METAPSYCHOLOGIE und PSYCHOLOGIE,  
METAPSYCHIATRIE und PSYCHIATRIE,  
METAPSYCHOTHERAPIE und PSYCHOTHERAPIE.  
Eine neue Theorie der Psyche, psychischer Krankheiten und deren Psychotherapie   
unter besonderer Berücksichtigung der Schizophrenie. Autor: Torsten Oettinger  
Das ist die KURZFASSUNG als Preprint. (8. Überarbeitung vom 30.01.2023)   
In der → `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´ findet man eine sehr kurze Zusammenfassung der Arbeit.   
Zur ungekürzten Fassung → Web: <https://www.new-psychiatry.com> → „Langfassung“

[Inhaltsübersicht 10](#_Toc71105987)

[Einleitung 12](#_Toc71105988)

[M E T A P S Y C H O L O G I E 14](#_Toc71105989)

[Einführung 14](#_Toc71105990)

[Psychisch Relevantes allgemein 15](#_Toc71105991)

[Differenzierung (Analogie von Sprache und psychisch Relevantem) 17](#_Toc71105992)

[Sprache und psychisch Relevantes 17](#_Toc71105993)

[Erste Differenzierungsstufe (die 4 „Hauptaspekte“) 19](#_Toc71105994)

[Zweite Differenzierungsstufe 22](#_Toc71105995)

[Dimensionen 25](#_Toc71105996)

[Einteilungsübersicht 27](#_Toc71105997)

[Absolutes 28](#_Toc71105998)

[Kurze systematische Übersicht 33](#_Toc71105999)

[Relatives 35](#_Toc71106000)

[Absolutes und Relatives im Vergleich 38](#_Toc71106001)

[Symbole und Abkürzungen des (eigentlichen) Absoluten und Relativen 40](#_Toc71106002)

[Das Nichts 40](#_Toc71106003)

[Psychisch relevante Einheiten/ Systeme 41](#_Toc71106004)

[Zusammenhänge in psychisch relevanten Wirklichkeiten 45](#_Toc71106005)

[Einzelne metapsychologische Themen 48](#_Toc71106006)

[Zu Dimensionen 48](#_Toc71106007)

[Zu Lösungen (a1) 49](#_Toc71106008)

[Identität, Selbst (a2) 49](#_Toc71106009)

[Wahrheit (a3) 50](#_Toc71106010)

[Einheit (a4) 52](#_Toc71106011)

[Sicherheit (a5) 52](#_Toc71106012)

[Ursachen und Folgen (a6) 53](#_Toc71106013)

[Autonomie und Freiheit(a7) 55](#_Toc71106014)

[Zu Differenzierungen 56](#_Toc71106015)

[Zu den 4 Hauptdifferenzierungen 56](#_Toc71106016)

[I. Seinsformen 56](#_Toc71106017)

[II. Leben 57](#_Toc71106018)

[III. Qualitäten 58](#_Toc71106019)

[IV. Subjekte, Objekte und das Subjekt-Objekt-Problem 63](#_Toc71106020)

[Zu einzelnen Einheiten/ Systemen 64](#_Toc71106021)

[Weitere Beispiele 69](#_Toc71106022)

[Zusammenfassung 71](#_Toc71106023)

[P S Y C H O L O G I E 74](#_Toc71106024)

[Allgemeines 74](#_Toc71106025)

[Einführung 74](#_Toc71106026)

[Person 74](#_Toc71106027)

[Psyche 75](#_Toc71106028)

[Übliche Definitionen 75](#_Toc71106029)

[Neue Definition von Psyche 76](#_Toc71106030)

[Übersicht über die Einteilung von Person und Psyche 79](#_Toc71106031)

[Differenzierung („Grammatik der Psyche“ - Analogie von Sprache und Psyche) 80](#_Toc71106032)

[Dimensionen von Person und Psyche 82](#_Toc71106033)

[Selbst - das personale Absolute 82](#_Toc71106034)

[Eigene Selbstdefinitionen 87](#_Toc71106035)

[Das personale Relative 93](#_Toc71106036)

[Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist 94](#_Toc71106037)

[Spezielles zum Ich 95](#_Toc71106038)

[Zum Begriff 95](#_Toc71106039)

[Das `Ich´ in der Fachliteratur 95](#_Toc71106040)

[Eigene Bestimmung des `Ich´ 96](#_Toc71106041)

[`Arten´ des Ich 96](#_Toc71106042)

[Differenzierungen des Ich 98](#_Toc71106043)

[Ich und Selbst 100](#_Toc71106044)

[Selbst und Ich im Vergleich 100](#_Toc71106045)

[Beziehungen zwischen Ich und Selbst 100](#_Toc71106046)

[Ich, Selbst und meine `Etwas´ 102](#_Toc71106047)

[Die absolute Grundeinstellung des Ich 103](#_Toc71106048)

[Individuation 105](#_Toc71106049)

[Die konkrete Person und deren Sprachanalyse 106](#_Toc71106050)

[]M E T A P S Y C H I A T R I E 108](#_Toc71106051)

[Einführung 108](#_Toc71106052)

[Inhaltsübersicht 111](#_Toc71106053)

[Inversion - Verkehrungen der Dimensionen des Daseins 113](#_Toc71106054)

[Ursachen für Inversionen 114](#_Toc71106055)

[Woher kommen Inversionen? 115](#_Toc71106056)

[Wo spielen sich Inversionen ab? 115](#_Toc71106057)

[Unterscheide 116](#_Toc71106058)

[Inversionen und Folgen aus der Sicht der Sprachanalogien 118](#_Toc71106059)

[Wie drücken sich Inversionen aus? (Sprachanalyse) 118](#_Toc71106060)

[*Systematik*: Inversionsmöglichkeiten (optional) 119](#_Toc71106061)

[Inversionen der 7 Dimensionsaspekte 119](#_Toc71106062)

[Inversionen der Hauptdifferenzierungen 120](#_Toc71106063)

[Inversionen der Einheiten 120](#_Toc71106064)

[Es - eine fremde, beherrschende Entität 122](#_Toc71106065)

[Einleitung 122](#_Toc71106066)

[Allgemeines zum Es 122](#_Toc71106067)

[Warum habe ich den Begriff des `Es´ gewählt? 122](#_Toc71106068)

[Weitere Charakterisierung und Definition des Es 124](#_Toc71106069)

[Die Entstehung des Es 127](#_Toc71106070)

[Die Entstehung der Es-Teile 128](#_Toc71106071)

[Die Entstehung der 3 Seiten eines jeden Es-Teils 136](#_Toc71106072)

[Die unterschiedlichen Valenzen des Es 140](#_Toc71106073)

[Gegensätze, Fusionen und Negierungen 142](#_Toc71106074)

[Veränderungen der Es 146](#_Toc71106075)

[Welche Es entsprechen welchen Ideologien 147](#_Toc71106076)

[Personales Es und Fremd-Selbst 148](#_Toc71106077)

[Einführung und Übersicht 149](#_Toc71106078)

[Dimensionen des personalen Es 153](#_Toc71106079)

[Fremd-Selbst 153](#_Toc71106080)

[Nicht-Selbst 157](#_Toc71106081)

[Differenzierung des personalen Es 157](#_Toc71106082)

[Arten der personalen Es (Übersicht) 159](#_Toc71106083)

[Nach Herkunft und Art 159](#_Toc71106084)

[Nach Lokalisation 161](#_Toc71106085)

[Erscheinungsbilder des personalen Es 161](#_Toc71106086)

[Bildung von fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten 164](#_Toc71106087)

[Einführung 164](#_Toc71106088)

[Begriffe der zweitrangigen Wirklichkeiten (W²) 165](#_Toc71106089)

[Übersicht der Phasen 165](#_Toc71106090)

[Bildung der einzelnen Bereiche von W² 165](#_Toc71106091)

[Rolle der Es in W² als Diktatoren/ Parasiten/ Täter... 167](#_Toc71106092)

[Hierarchien in W² 167](#_Toc71106093)

[Hypothesen bezüglich der Es-Wirkungen 167](#_Toc71106094)

[Das Nebeneinander von Widersprüchlichen 168](#_Toc71106095)

[Es-Wirkungen auf die Dimensionen 170](#_Toc71106096)

[zu a1: Störung des Absoluten 170](#_Toc71106097)

[zu a2: Störung der Identität 170](#_Toc71106098)

[zu a3: Störung der Realität 170](#_Toc71106099)

[zu a4: Störung der Einheit 170](#_Toc71106100)

[zu a5: Störung des Unbedingten 170](#_Toc71106101)

[zu a6: Störung der Prioritäten 171](#_Toc71106102)

[zu a7: Störung der Unabhängigkeit 171](#_Toc71106103)

[Es-Wirkungen auf die Differenzierungen 171](#_Toc71106104)

[Die 4 Hauptdifferenzierungsbereiche SLQ Z 171](#_Toc71106105)

[Übersicht über die Veränderungen: 171](#_Toc71106106)

[zu I. Störung und Umkehrung des Seins 171](#_Toc71106107)

[zu II. Störung und Umkehrung Lebens 172](#_Toc71106108)

[zu III: Störung und Umkehrung der Qualitäten 172](#_Toc71106109)

[zu IV: Störung der Subjekte, Objekte und Kontexte 172](#_Toc71106110)

[Änderung der Einheiten 172](#_Toc71106111)

[1. Negierung (Alles oder Nichts) 172](#_Toc71106112)

[2. Profanierung 173](#_Toc71106113)

[3. Verdinglichung 173](#_Toc71106114)

[4. Überanpassung 173](#_Toc71106115)

[5. Entgeistigung, Entseelung 173](#_Toc71106116)

[Zu weiteren Differenzierungsaspekten 174](#_Toc71106117)

[Das Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten 174](#_Toc71106118)

[Gleiches in verschiedenen zweitrangigen Systemen (WPI²) 180](#_Toc71106119)

[Zu einzelnen Systemen 180](#_Toc71106120)

[Gesellschaftssysteme 180](#_Toc71106121)

[Umwelten 181](#_Toc71106122)

[Virtuelle Welten 181](#_Toc71106123)

[Ideologien 181](#_Toc71106124)

[Zusammenfassung 182](#_Toc71106125)

[Bildung von fremdem, zweitrangigem Personalen (P²) 182](#_Toc71106126)

[Einführung 182](#_Toc71106127)

[Übersicht über alle Anteile des zweitrangigen Personalen (P²) 185](#_Toc71106128)

[Ist das personale Es eine Art Homunkulus in uns? 186](#_Toc71106129)

[Veränderung der personalen Dimensionsbereiche 186](#_Toc71106130)

[a1 Störung des Absolutbereichs der Person (P) 186](#_Toc71106131)

[a2 Störung der Identität der Person 187](#_Toc71106132)

[a3 Störung der personalen Wirklichkeit 189](#_Toc71106133)

[a4 Störung der Einheit der Person 190](#_Toc71106134)

[a5 Störung der Sicherheit und Freiheit der Person 191](#_Toc71106135)

[a6 Störung von personaler Basis und „Höhe“ 192](#_Toc71106136)

[a7 Störung von Selbstständigkeit und Bindung 192](#_Toc71106137)

[Veränderung der personalen Differenzierungsbereiche 193](#_Toc71106138)

[Hauptdifferenzierungen 193](#_Toc71106139)

[I. Die Es verändern das personale Sein 193](#_Toc71106140)

[II. Die Es verändern das Leben der Person (Dynamik) 193](#_Toc71106141)

[III. Die Es verändern die personalen Qualitäten 193](#_Toc71106142)

[IV. Die Es verändern P als Subjekt, die Objekte und personalen Zusammenhänge 195](#_Toc71106143)

[Einzeldifferenzierungen 197](#_Toc71106144)

[Darstellung eines einzelnen zweitrangigen Personalen (P²) 205](#_Toc71106145)

[Welche Es bewirken in P was und wie? 205](#_Toc71106146)

[Fremd-Ich 208](#_Toc71106147)

[Der „Aufbau“ des Fremd-Ich (Ego) 209](#_Toc71106148)

[Das Nebeneinander verschiedener personaler Zustände 210](#_Toc71106149)

[Zusammenfassung der personalen Veränderungen 210](#_Toc71106150)

[Dynamik in den fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten (W²) 212](#_Toc71106151)

[Allgemeine Dynamik 212](#_Toc71106152)

[Autonome Phasen des Es 212](#_Toc71106153)

[Interaktionen in zweitrangigen Wirklichkeiten (W²) 213](#_Toc71106154)

[Allgemeine Prinzipien 213](#_Toc71106155)

[Kurze Übersicht über mögliche Interaktionen in W² 213](#_Toc71106156)

[Bildung von Komplexen durch verschiedene Es und ihre Systeme 215](#_Toc71106157)

[Personale Dynamik 218](#_Toc71106158)

[Einfache personale Dynamik 218](#_Toc71106159)

[Einleitung 218](#_Toc71106160)

[Personale Dynamik als Es 220](#_Toc71106161)

[Personale Dynamik zum Es hin 227](#_Toc71106162)

[Dynamik des Es zum P (Opfer-Dynamik und Folgen) 237](#_Toc71106163)

[Phasen des Wechselspiels zwischen P² und Es 241](#_Toc71106164)

[Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen 244](#_Toc71106165)

[Interaktionsmöglichkeiten 244](#_Toc71106166)

[Personale System- und Beziehungsstörungen im Verlauf 247](#_Toc71106167)

[Vom Komplex zum Symptom 260](#_Toc71106168)

[Komplexe Zusammenspiele 260](#_Toc71106169)

[Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit 267](#_Toc71106170)

[Gott und Leid - eine neue Theodizee 272](#_Toc71106171)

[Konkrete Beispiele: Hölderlin, Nietzsche ... (Entwurf) 276](#_Toc71106172)

[P S Y C H I A T R I E 277](#_Toc71106173)

[Zu Ursachen psychischer Krankheiten 277](#_Toc71106174)

[Psychische Krankheiten aus biografischer Perspektive 278](#_Toc71106175)

[Beginn 278](#_Toc71106176)

[Überanpassung oder Feindschaft 281](#_Toc71106177)

[Krise und Erkrankung 285](#_Toc71106178)

[Psychosen 287](#_Toc71106179)

[Schizophrenie 291](#_Toc71106180)

[Was ist Schizophrenie? 291](#_Toc71106181)

[Eine neue Theorie der Schizophrenie 292](#_Toc71106182)

[Inversionen als Hauptursache 292](#_Toc71106183)

[Schizophrene Symptome und ihre Bedeutung 297](#_Toc71106184)

[Übereinstimmungen mit bisherigen Schizophrenie-Theorien 307](#_Toc71106185)

[Vulnerabilitäts-Stress-Konzept 308](#_Toc71106186)

[Kernbergs Objektbeziehungstheorie 310](#_Toc71106187)

[Doppelbindungs-Theorie 310](#_Toc71106188)

[Expressed-Emotion-Konzept 313](#_Toc71106189)

[Kritik an einigen Schizophrenie-Theorien 313](#_Toc71106190)

[Wahn 316](#_Toc71106191)

[Halluzinationen 320](#_Toc71106192)

[Depressive und manische Reaktionen 321](#_Toc71106193)

[Anmerkungen zu weiteren Störungen 324](#_Toc71106194)

[Zwangsstörungen 324](#_Toc71106195)

[Angst 326](#_Toc71106196)

[Burn-out 327](#_Toc71106197)

[Schmerzen 327](#_Toc71106198)

[Posttraumatische Belastungsstörungen 327](#_Toc71106199)

[Kommunikationsstörungen 328](#_Toc71106200)

[ADHS 329](#_Toc71106201)

[M. Alzheimer 330](#_Toc71106202)

[Sucht 330](#_Toc71106203)

[Sonstige 330](#_Toc71106204)

[Zur Antipsychiatrie 331](#_Toc71106205)

[M E T A P S Y C H O T H E R A P I E 332](#_Toc71106206)

[Was bedeutet Metapsychotherapie 332](#_Toc71106207)

[Grundprobleme 335](#_Toc71106208)

[Lösungen 337](#_Toc71106209)

[Erstrangige Lösungen 337](#_Toc71106210)

[Zweitrangige Lösungen 339](#_Toc71106211)

[Weiteres zu Lösungen 339](#_Toc71106212)

[Vergleich mit Lösungen anderer Autoren 341](#_Toc71106213)

[Was ist das Beste für die Psyche? 342](#_Toc71106214)

[Weltanschauungen - Grundlagen der Psychotherapien (kritische Übersicht) 345](#_Toc71106215)

[Einleitung 345](#_Toc71106216)

[Anthropozentrische/ theozentrische Weltanschauungen 346](#_Toc71106217)

[Philosophien 348](#_Toc71106218)

[Materialismus 348](#_Toc71106219)

[Idealismus 355](#_Toc71106220)

[Humanismus 356](#_Toc71106221)

[Formen des Humanismus 356](#_Toc71106222)

[Religionen und spirituelle Strömungen 361](#_Toc71106223)

[Zum Islam 362](#_Toc71106224)

[Zum Buddhismus 364](#_Toc71106225)

[Hinduismus 365](#_Toc71106226)

[Esoterik und ähnliche Ideologien 366](#_Toc71106227)

[Zum Christentum 366](#_Toc71106228)

[„Christliche“ Einseitigkeiten und Fehlinterpretationen 367](#_Toc71106229)

[Religionskritik 370](#_Toc71106230)

[Kriterien suboptimaler Weltanschauungen 374](#_Toc71106231)

[Allgemein 374](#_Toc71106232)

[Beispiele 375](#_Toc71106233)

[Optimale Weltanschauung 377](#_Toc71106234)

[Revision der Inversionen 377](#_Toc71106235)

[Ist Gott das positive Absolute? 377](#_Toc71106236)

[Gott und der Mensch; das Paradies und die Welt 378](#_Toc71106237)

[Widerstand gegen die „Revision“ 379](#_Toc71106238)

[P S Y C H O T H E R A P I E 381](#_Toc71106239)

[Schwierigkeiten in der Psychotherapie (PT) 381](#_Toc71106240)

[Persistenz der fremden Absoluta (fA) 382](#_Toc71106241)

[Widerstand 382](#_Toc71106242)

[Widerstand wogegen? 384](#_Toc71106243)

[Widerstand und Abwehr 385](#_Toc71106244)

[Wunsch und Widerstand 385](#_Toc71106245)

[Schwierigkeiten und Widerstand seitens des Therapeuten 386](#_Toc71106246)

[Psychotherapierichtungen (Kritische Übersicht) 387](#_Toc71106247)

[Anthropozentrische, säkulare Psychotherapien 388](#_Toc71106248)

[Analytisch-tiefenpsychologische PT 391](#_Toc71106249)

[Psychoanalyse 391](#_Toc71106250)

[Verhaltenstherapien 398](#_Toc71106251)

[Humanistische Psychotherapien 404](#_Toc71106252)

[Frankls Logotherapie 404](#_Toc71106253)

[Systemische Psychotherapien 404](#_Toc71106254)

[Integrative Psychotherapie und Gestalttherapie 404](#_Toc71106255)

[Salutogenese 405](#_Toc71106256)

[Resilienzforschung 405](#_Toc71106257)

[Körperpsychotherapie und Embodiment 406](#_Toc71106258)

[Neurowissenschaft 408](#_Toc71106259)

[Spirituell/ religiös fundierte PT 410](#_Toc71106260)

[Spiritualität in der Psychotherapie? 410](#_Toc71106261)

[„Dritte Wiener Schule“ 411](#_Toc71106262)

[Transpersonale Psychologie 411](#_Toc71106263)

[Pastoralpsychologie 412](#_Toc71106264)

[Pastoralpsychiatrie 412](#_Toc71106265)

[Seelsorge 413](#_Toc71106266)

[Soteriogenese 413](#_Toc71106267)

[Selbsthilfegruppen mit Spiritualität 413](#_Toc71106268)

[Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie heute 415](#_Toc71106269)

[Neue Ansätze? 416](#_Toc71106270)

[Ängste und Widerstände gegen Veränderungen 417](#_Toc71106271)

[`Primäre Psychotherapie´ 420](#_Toc71106272)

[Einführung 420](#_Toc71106273)

[Unterschiede zu anderen Psychotherapien 423](#_Toc71106274)

[Beispiele 425](#_Toc71106275)

[Übereinstimmungen mit anderen Psychotherapien 427](#_Toc71106276)

[Therapieziele 428](#_Toc71106277)

[Das oberste Therapieziel 429](#_Toc71106278)

[Rat für Patienten 429](#_Toc71106279)

[Zur Rolle von Therapeuten und Patienten 429](#_Toc71106280)

[Praktische Durchführung 430](#_Toc71106281)

[Ursächliche Therapien 432](#_Toc71106282)

[Symptomatische Therapien und Notlösungen 432](#_Toc71106283)

[Kontra symptomatische Therapie 432](#_Toc71106284)

[Pro symptomatische Therapie 434](#_Toc71106285)

[A) Notlösung auf Kosten anderer Menschen 434](#_Toc71106286)

[B) Notlösung auf eigene Kosten mit Krankheit 434](#_Toc71106287)

[C) Notlösung mit mehr alten oder neuen Inversionen 438](#_Toc71106288)

[D) Notlösung durch Gegenbesetzung oder weniger Verabsolutierungen 441](#_Toc71106289)

[E) Notlösung mit Psychopharmaka 442](#_Toc71106290)

[„Paradoxe“ Therapien 444](#_Toc71106291)

[Zur Psychotherapie der Schizophrenie 448](#_Toc71106292)

[Gegenwärtiger Stand der Therapie von Psychosen 448](#_Toc71106293)

[Meine Einschätzung in Stichworten 448](#_Toc71106294)

[Problem: Antipsychotika 449](#_Toc71106295)

[Kriterium `Rückfall´? 450](#_Toc71106296)

[Kriterium: Unverstehbarkeit der Symptome? 451](#_Toc71106297)

[Heilbarkeit 452](#_Toc71106298)

[Primäre Psychotherapie der Schizophrenie 452](#_Toc71106299)

[Ausführungen für Patienten 454](#_Toc71106300)

[Grundeinstellungen 454](#_Toc71106301)

[Selbst-Stärke und Ich-Stärke 462](#_Toc71106302)

[Kind-Ich und Erwachsenen-Ich 465](#_Toc71106303)

[Erst A dann B 466](#_Toc71106304)

[Hochsprung mit oder ohne Messlatte 467](#_Toc71106305)

[Die Lösung der Fixierung 468](#_Toc71106306)

[Die Wahl des Selbst oder die Wahl Gottes - ein Plädoyer 469](#_Toc71106307)

[Der Kreis schließt sich 471](#_Toc71106308)

[Systematik 472](#_Toc71106309)

[Bezüglich der Dimensionen 472](#_Toc71106310)

[a1 Absolutes und Relatives oder: Erlösung und Lösungen 472](#_Toc71106311)

[a2 Identität und Andersartigkeit 472](#_Toc71106312)

[a3 Wirklichkeit und Unwirklichkeit 473](#_Toc71106313)

[a4 Einheit und Vielfalt 473](#_Toc71106314)

[a5 Freiheit und Sicherheit 474](#_Toc71106315)

[a6 Mitte und Rand 474](#_Toc71106316)

[a7 Geborgenheit und Autonomie 475](#_Toc71106317)

[Bezüglich der Differenzierungen 475](#_Toc71106318)

[I. Sein 475](#_Toc71106319)

[II. Leben 475](#_Toc71106320)

[III. Qualitäten 475](#_Toc71106321)

[IV. Subjekt/ Objekt und Zusammenhänge 476](#_Toc71106322)

[Einzelaspekte Nr. 1-18 476](#_Toc71106323)

[19. Vergangenheit 482](#_Toc71106324)

[20. Gegenwart 483](#_Toc71106325)

[22. Richtiges und Falsches 483](#_Toc71106326)

[23. Schutz und Abwehr 485](#_Toc71106327)

[Erfolge einer `Primären Psychotherapie´ 486](#_Toc71106328)

[20 kurze Geschichten 488](#_Toc71106329)

[Meditationen (siehe ungekürzte Fassung) 496](#_Toc71106330)

[LITERATURVERZEICHNIS 497](#_Toc71106331)

[Verweise 502](#_Toc71106332)

[Häufig verwendete Abkürzungen mit Erklärungen 503](#_Toc71106333)

[Index 504](#_Toc71106334)

[Autor und Kontakt 509](#_Toc71106335)

# Inhaltsübersicht

*Hinweise*: Auch die [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) (mit Zoom zu lesen!) gibt eine textliche und tabellarische Übersicht. Dadurch ist es möglich, spätere Kapitel zuerst zu lesen und die wichtigsten Zusammenhänge zu erkennen.  
Die vorliegende `Kurzfassung´ ist inhaltlich sehr komprimiert. Bei Verständnisschwierigkeiten kann man bei Bedarf in der ungekürzten `Originalfassung´ meist unter derselben Überschrift nachlesen. Leser, die sich nur für die Entstehung und Therapie psychischer Krankheiten interessieren, mögen ab Teil `Metapsychiatrie´ beginnen.   
  
Im Teil `[METAPSYCHOLOGIE](#_M_E_T)´ entwickele ich eine allgemeine Einteilung des psychisch Relevanten (so auch der Psyche), die von der Hypothese ausgeht, dass alles psychisch Relevante (pR) am besten durch Sprache ausgedrückt und in Analogie zu Sprachmustern und –bedeutungen eingeteilt werden kann.  
 Deshalb verwende ich

• 1. Grundlegende Sprachmuster für eine Differenzierung des psychisch Relevanten.   
(→`[Differenzierung](#_Differenzierung__(Analogie)´)

• 2. Grundlegende Sprachbedeutungen für die Darstellung fundamentaler Bedeutungen des psychisch Relevanten (→`[Dimensionen](#_Dimensionen)´).  
  
Im Teil `[PSYCHOLOGIE](#_P_S_Y)´ übertrage ich diese Einteilung auf die Person.   
Dabei komme ich zu neuen Definitionen von Person und Psyche.   
  
Auch im Teil `[METAPSYCHIATRIE](#_M_E_T_1)´ verwende ich die oben genannte Einteilung und gehe von der Hypothese aus, dass die Hauptursachen für psychische Krankheiten in falschen Zuordnungen fundamentaler Bedeutungen bestehen. Ich nenne das die → `[Inversionen](#_2._Inversion_-)´ fundamentaler Bedeutungen. Als Leitworte für fundamentale Bedeutungen verwende ich die Begriffe: absolut, relativ und nichts.  
Die Verwechslung solcher fundamentalen Bedeutungen ist ubiquitär. Typische Beispiele sind Ideologien. [[1]](#footnote-1) Diese sowie ähnliche Einstellungen in Familien oder im Individuum treten mit dem Anspruch auf Absolutheit auf, der etwas Relatives absolutiert und gleichzeitig anderes negiert und ausschließt. Das führt zu grundlegenden Bedeutungsumkehrungen: das verabsolutierte Relative wird ein `fremdes Pseudo-Absolutes´ (fA) und alles Andere wird fremdes Nichts (f0). Ich beschreibe später, wie fremdes Absolutes und Nichts Gegensatzpaare, eine Art `Alles-oder-Nichts-Komplexe´ bilden, die ich allgemein [Es](#_3._Es_-) und in der Person [Fremd-Selbst](#_Personales_Es_und) (fS) genannt habe, weil diese Begriffe das Gemeinte gut kennzeichnen: (`Es´ = eine allgemeine, nicht näher bezeichnete Ursache eines Geschehens z.B. Es schwächt/ beherrscht/ verfälscht usw.; `Fremd-Selbst´ = personales Es als personales Zentrum).  
Diese `Es´ beziehungsweise Fremd-Selbsts stellen fremde invertierte Entitäten dar, die sich verselbstständigt haben und neue [fremde, zweitrangige Wirklichkeiten](#_Bildung_von_fremden,_1) / - [Personales](#_5._Es-wirkungen_), so auch Krankheiten, hervorrufen können.   
Ist an diesem Geschehen mehr oder weniger die „ganze” Psyche (also alle Aspekte) beteiligt, dann kann eine psychotische Symptomatik entstehen. Betrifft dieses Geschehen nur einzelne oder mehrere Aspekte, so entstehen, je nach Aspekt, „nur“ neurotische oder psychosomatische oder andere Symptome.   
Diese Störungen sind meines Erachtens nur dann erklärbar, wenn man sie auf Störungen im Absolutbereich der Person zurückführt. Denn solange ein Mensch Probleme relativ, also locker, nehmen kann, wird daraus schwerlich eine Krankheit. Mit der Etablierung eines verabsolutierten Relativen, eines`Etwas´, jedoch fungiert dieses als ein die Person bestimmendes Es bzw. fremdes Selbst. Dieses Etwas wird zu absolut und der Mensch zu relativ. Etwas wird zu selbstständig und der Mensch zu unselbstständig. Etwas wird zum Subjekt und der Mensch zu dessen Objekt. Etwas wird personal und die Person wird „Etwas“. Etwas beherrscht den Menschen und nicht er es. Es ist die Herrschaft des Relativen über die Person.[[2]](#footnote-2)  
Für das Verständnis der Genese der Störungen ist ein Vorgang wichtig, den ich `[Streuung und Verdichtung](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Streuung_und_Verdichtung#_)´ genannt habe. D.h. jede Inversion streut so, dass sie vielerlei Störungen verursachen kann, so wie eine Störung von vielerlei Inversionen stammen kann. (Näheres dazu im Teil `Metapsychiatrie´.)   
  
Wie im Teil `[PSYCHIATRIE](#_P_S_Y_1)´ beschrieben und in der `Übersichtstabelle´ zusammengefasst, können diese `Es´ bzw. Fremd-Selbsts verschiedenste Krankheiten hervorrufen. Speziell versuche ich das am Beispiel der schizophrenen Psychosen zu zeigen. Aus dieser Sicht halte ich auch das Problem der Entstehung der Psychosen theoretisch für prinzipiell gelöst.   
  
Im Teil `[METAPSYCHOTHERAPIE](#_M_E_T_2)´ untersuche ich die `psychotherapeutische Qualität’ der wichtigsten Weltanschauungen und Religionen und  
im Teil `[PSYCHOTHERAPIE](#_P_S_Y_2)´ die der bekanntesten psychotherapeutischen Schulen.   
Im Kapitel `[Primäre Psychotherapie](#_`Primäre_Psychotherapie´)´ stelle ich eine ideologiefreie Geisteshaltung vor, die, wie ich meine, die stärkste Kraft gegen psychische Krankheiten ist.

### Einleitung

„Der ist ein Arzt, der das Unsichtbare weiß, das keinen Namen hat,   
 das keine Materie hat und doch Wirkung." Paracelsus

Zu mir, Torsten Oettinger, als Verfasser: Ich bin Nervenarzt/ Psychotherapeut und veröffentliche hier Erfahrungen und Erkenntnisse, die ich nach jahrzehntelanger Tätigkeit in diesem Bereich gewonnen habe.  
Mit den vorliegenden Texten glaube ich neue Perspektiven in Psychiatrie und Psychotherapie aus folgenden Gründen zu eröffnen:

1. Ich entwickele eine neue Theorie der Psyche und ihrer Störungen.  
2. Ich untersuche, welchen Einfluss unterschiedliche Ideologien und Weltanschauungen   
 auf die Psyche und `Psychotheorien´ haben.

**zu 1**. Psyche speziell bzw. psychisch Relevantes allgemein teile ich anders als üblich ein:  
Ich leite Psyche bzw. psychisch Relevantes von grundlegenden Sprachmustern ab. Das heißt, ich verwende die Sprache als Analogie für das, was psychisch relevant ist, denn mit der Sprache besitzt der Mensch ein Werkzeug, das alles erfasst, was für ihn von Bedeutung ist und nichts psychisch Relevantes ausschließt. Grundlegende Sprachmuster dienen deshalb in dieser Arbeit als Analogie für Grundmuster („*Differenzierung*“) des psychisch Relevanten allgemein und der Psyche speziell.[[3]](#footnote-3) Diese Differenzierungen werden nach ihrer Bedeutung weiter in die „*Dimensionen*“ absolut, relativ oder 0 (unbedeutend) eingeteilt.[[4]](#footnote-4)  
Diese Einteilung umfasst alles psychisch Relevante und Psychologische und sie geht, vor allem im Gegensatz zur universitären Psychologie, über das nur wissenschaftlich Erfassbare hinaus, da dieses, so glaube ich, nur einen Teil dessen ist, was Psyche ausmacht.   
In „*Inversionen*“ (Verwechslungen des Relativen und Absoluten) sehe ich die Hauptursache für psychische Erkrankungen. Im Teil `Metapsychiatrie´ stelle ich dar, wie diese Inversionen fremde Absolutheiten erzeugen und diese dann `zweitrangige Wirklichkeiten´ bilden, zu denen auch die psychischen Krankheiten gehören.  
 **zu 2**. Obwohl unterschiedliche Ideologien und Weltanschauungen für die Psyche und psychologische Theoriebildungen von großer Bedeutung sind, wird das von akademischer Seite kaum reflektiert. Die Ursache dafür sehe ich darin, dass sich Psychologie und Psychiatrie zu einseitig als Wissenschaft definieren. Was wissenschaftlich nicht zugänglich ist findet wenig Beachtung.[[5]](#footnote-5) Der Ausschluss solcher Themen führt jedoch zu defizitären Theorien und Therapien und auch zu einer starken Zunahme von Psychopraktiken (`Psychoboom´), die den Menschen oft fragwürdigen Antworten auf ihre von der Schulmedizin unbeantworteten Fragen geben.[[6]](#footnote-6)  
Ich versuche den Schwerpunkt von der „reinen“ Wissenschaft zurück ins Leben zu verlagern, das heißt, das zu beachten, was den Patienten unbedingt angeht - egal, ob es wissenschaftlich erfassbar ist oder nicht.   
Dabei ist für mich die Glaubwürdigkeit von Aussagen das entscheidende Kriterium - Glaubwürdigkeit, die Wissen und Erfahrungen mit einschließt, diesen aber übergeordnet ist.[[7]](#footnote-7)  
In dieser Arbeit werden die Grundannahmen (Philosophien bzw. Weltanschauungen und Religionen), die den gängigen psychologischen und psychiatrischen Theorien zugrunde liegen, auf ihre psychologische und psychotherapeutische Relevanz und Zweckmäßigkeit hin kritisch reflektiert und eine eigene Theorie und Psychotherapie entwickelt, die auch Subjektives und Spirituelles mit berücksichtigt. Dadurch werden Theorie und Therapie psychischer Krankheiten wesentlich erweitert.   
Man könnte die polemische Frage stellen, ob nicht unsere Psychologie und Psychiatrie selbst kränkeln, weil sie, um es scherzhaft zu sagen, auch an leichten „Geisteskrankheiten" leiden, die man etwa „Szientitis“ oder „Dogmatitis" wegen ihrer Verabsolutierung der Wissenschaftlichkeit nennen könnte, denn in der Wissenschaftsliteratur wird auf philosophische oder gar religiöse Erkenntnisse nur selten Bezug genommen.  
In Anlehnung an das `böse´ Wort von Karl Kraus: „Psychoanalyse ist jene Geisteskrankheit, für deren Therapie sie sich hält"[[8]](#footnote-8) sollten wir Psychiater uns fragen, was an unseren Theorien „krank“ sein könnte, bzw. ob wir „die Krankheiten des Geistes auf Krankheiten ohne Geist“ (Basaglia) reduziert haben.[[9]](#footnote-9)

M E T A P S Y C H O L O G I E

##### Einführung

Am Anfang war Gott,   
 und bei Gott war das Wort (nach Joh 1, 1-4)

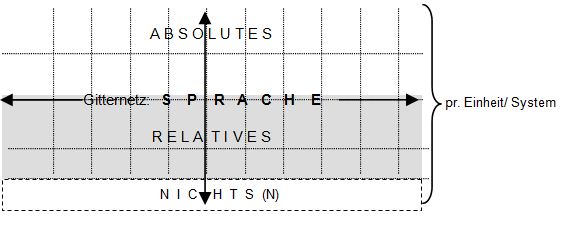
Definitionen und Hypothesen

• Metapsychologie ist die Theorie von allem psychisch Relevanten.   
• Alles, worüber ein Mensch spricht bzw. sprechen kann, ist psychisch relevant.  
• Psychisch Relevantes wird am besten durch Sprache ausgedrückt.   
• Für die Einteilung von psychisch Relevantem sind allgemeine Sprachstrukturen als Analoga  
 gut geeignet.  
• Psychologie ist die Lehre vom personalen psychisch Relevanten.

Ich verstehe unter Metapsychologie - entsprechend der mehrfachen Bedeutung des Präfix `meta´ *(über, zwischen, hinter, jenseits)* - eine Betrachtungsebene oberhalb der Psychologie, von der aus sie reflektiert werden kann, die aber auch alle Fächer umfasst und durchdringt, die mit ihr zusammenhängen.  
Zu den Disziplinen, die mit der Psychologie zusammenhängen, zähle ich vor allem - neben der Psychiatrie - Soziologie, Neurologie, Biologie und Linguistik; Aber auch - und zum Teil übergeordnet - Philosophie (Metaphysik) und Theologie.   
Das Thema der Psychologie ist die Psyche. Das Thema der Metapsychologie ist alles das, was mit der Psyche zusammenhängt, eine Bedeutung für sie hat, auf sie wirken kann und sie von einer höheren Ebene aus reflektiert. Es geht also in der Metapsychologie um alles psychisch Relevante (pR) und dessen Reflexion.   
Die Beachtung dieses metapsychologischen Bereichs und ihres „Gegenstands“, des psychisch Relevanten, ist deshalb sinnvoll, weil die isolierte Betrachtung der Psyche ganz wichtige Zusammenhänge außer Acht lässt.   
Es geht mir deshalb um die Beachtung *aller* Dimensionen des Menschseins und nicht nur der wissenschaftlich zugänglichen. D.h. neben allen wissenschaftlichen Erkenntnissen soll auch das Beachtung finden, was über unsere Erfahrungen, über das Beweisbare, über das sinnlich Wahrnehmbare hinausgeht. Damit sind auch alle relevanten metapsychischen, philosophischen und religiösen Phänomene gemeint.[[10]](#footnote-10)  
 Im Unterschied zu dieser Betrachtungsweise wird - in Anlehnung an Freud - der Begriff „Metapsychologie“ von der Psychoanalyse zur Beschreibung der dynamischen, topischen und ökonomischen Beziehungen psychischer Phänomene verwendet. In der Topik ging es S. Freud vor allem um die Instanzen Ich, Es und Über-Ich; in der Dynamik um die Kräfte zwischen diesen seelischen Instanzen; in der Ökonomik um den Nutzen bestimmter seelischer Vorgänge für den Betreffenden.  
Auch in dieser Arbeit geht es um strukturelle, dynamische und qualitative Aspekte, die den psychoanalytischen Theorien durchaus ähneln, wobei letztere aber nur einen Teil der Metapsychologie und Psychologie darstellen und auch aus einer anderen Perspektive dargestellt werden.[[11]](#footnote-11) Umfassender kann man sagen, dass alle schulmedizinischen Modelle nicht über eine anthropologische Sicht hinausgehen; D.h. sie sehen die Psyche und ihre Erkrankungen, nach den Begriffen dieser Arbeit, nur aus einer horizontalen Perspektive, die Analyse- und Therapiemöglichkeiten deutlich einschränkt. Deshalb bleiben vor allem Fragen, die für die Menschen am wichtigsten sind und existenzielle Bedeutung haben, nicht oder zu wenig beantwortet.[[12]](#footnote-12)  
 Metapsychologisches soll erst allgemein und dann speziell anhand einiger metapsychologische Themen, die für diese Arbeit wichtig sind, behandelt werden. Das ist nur eine Auswahl, denn im Grunde genommen sind alle Themen, die sich mit dem Menschen beschäftigen und vor allem in Philosophie, Theologie, Anthropologie, Psychiatrie und Psychologie selbst behandelt werden, psychisch relevant.  
• Im ersten Abschnitt wird psychisch Relevantes „horizontal“ und „vertikal“ eingeteilt.   
Horizontale Einteilung: Differenzierung des psychisch Relevanten durch Analogien von grundsätzlichen Sprachmustern her. Vertikale Einteilung: Das psychisch Relevante in seinen Dimensionen/ Bedeutungen.  
• Im zweiten Abschnitt behandele ich spezielle metapsychologische Themen.   
Die Psyche selbst steht danach im Kapitel `Psychologie´ im Mittelpunkt.

## Psychisch Relevantes allgemein

###### Einführung und Einteilung

Es geht hier allgemein um alles, was psychisch relevant ist.  
Synonyme: psychisch, seelisch Bedeutsames, Bezügliches.[[13]](#footnote-13)  
  
Es ist fast alles psychisch relevant (pr) und wenn etwas faktisch nicht pr ist, so doch potenziell. Es ist schwer, sich etwas vorzustellen, das nicht psychisch relevant ist oder werden könnte.   
Der Begriff `Wirklichkeit´ kommt dem allgemeinen psychisch Relevanten am nächsten, wenn man unter Wirklichkeit alles das versteht, das auf uns wirkt. Dazu gehören neben den objektiven dann auch die subjektiven Sachverhalte und Möglichkeiten.   
Es geht darum, das psychisch Relevante (pR) zu differenzieren und seiner Bedeutung nach zu ordnen. Man kann auch sagen: Es geht um eine adäquate Einteilung der Wirklichkeit/ Welt nach ihrer Bedeutung für die menschliche Psyche.  
  
Ich teile das psychisch Relevante bzw. die Wirklichkeit ganz allgemein ein nach:   
  
• Differenzierungen   
• Dimensionen.  
  
Bezüglich der **DIFFERENZIERUNG** leite ich Grundmuster des psychisch Relevanten wie auch der Psyche von Grundmustern der Sprache ab. Ich gehe hier von einfachen Grammatiken entwickelter Sprachen aus.  
Dabei unterscheide ich drei Differenzierungsstufen und möchte die erste hier kurz vorwegnehmen:   
Aus den 3 Hauptwortarten: Substantive, Verben und Adjektive und aus der Syntax werden 4 pr `Hauptaspekte´ abgeleitet: Formen von Sein, Leben, Qualitäten und deren Zusammenhänge. Diese werden später noch weiter differenziert.  
  
Die `**DIMENSIONEN´** repräsentieren in dieser Arbeit prinzipielle, fundamentale Bedeutungen des seelisch Relevanten.  
Ich teile sie ein in:  
 - Absolutes (absolute Dimension)   
 - Relatives (relative Dimensionen)  
 - das Nichts.[[14]](#footnote-14)  
Diese Begriffe verwende ich als Leitbegriffe für entsprechende später zu besprechende Synonyme.  
Die Dimensionen stellen die sogenannte vertikale Einteilung dieser Arbeit dar.   
Sie sagen v.a. etwas über Stellung und Bedeutung des psychisch Relevanten aus.  
  
Nimmt man **Differenzierung und Dimensionierung** zusammen, so ergibt sich folgendes Bild:   
  
 

(Abb. 1) Das psychisch Relevante bzw. die pr Wirklichkeit wird durch die Differenzierungen und Dimensionen wie durch eine horizontale und eine vertikale Ebene eingeteilt.  
In der horizontalen Einteilung differenziere ich anhand grundlegender Sprachmuster das psychisch Relevante so, als würde man ein Netz mit Koordinaten waagerecht über das zu Bestimmende legen, um es zu ordnen. Horizontal bzw. waagerecht nenne ich die Einteilung deshalb, weil durch sie keine Aussage darüber gemacht wird, welche Wichtigkeit („Höhe“) das Gemeinte hat. Darüber gibt die senkrechte Einteilung Auskunft, die die `Dimensionen´ des psychisch Relevanten anzeigt. (→ [absolute Perspektive](#_Die_absolute_Pespektive))

Es geht also um eine Differenzierung des pR in bestimmten Dimensionen durch Sprache.  
Man kann auch sagen: **Das psychisch Relevante leitet sich von dem ab, was man über die Wirklichkeit (Personen, Umwelt usw.) aussagen kann und ob dieses absolute oder relative oder keine Bedeutung hat.**|

###### Einteilungsstufen

Ich unterscheide 3 Stufen in der Einteilung des psychisch Relevanten - sowohl der Dimensionen als auch der Differenzierungen:

Tab. 1

|  |  |
| --- | --- |
| DIMENSIONEN | DIFFERENZIERUNGEN |
| 1. Dimensionsstufe: Absolutes (A), Relatives (*R*) und Nichts (0). | 1. Differenzierungsstufe: 4 Hauptaspekte: **S**ein, **L**eben, **Q**ualitäten, **Z**usammenhänge  (Abkzg. SLQZ) |
| 2. Dimensionsstufe: Die 7 Synonyme des Absoluten und Relativen. | 2. Differenzierungsstufe: 23 Einzelaspekte |
| 3. Dimensionsstufe: Weitere in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) aufgeführten Begriffe, wenn sie fundamentale Bedeutung haben. | 3. Differenzierungsstufe: Alle in der Übersichtstabelle aufgeführten Begriffe, die die Differenzierungen betreffen. |

Hinweis: Von den Dimensionen her verwende ich der Einfachheit halber oft nur die 1. Einteilungsstufe (A*R*0), um die absolute, relative oder Null-Bedeutung der Aspekte zu kennzeichnen.   
Von den Differenzierungen her verwende ich meist die 1. und 2. Stufe. (Dazu später mehr.)

### Differenzierung (Analogie von Sprache und psychisch Relevantem)

#### Sprache und psychisch Relevantes

|  |
| --- |
| „Sprache ist mehr als Blut.“  (Franz Rosenzweig) |

Die Differenzierung des psychisch Relevanten beruht auf der Annahme einer Analogie zwischen Sprache und seelisch Relevantem - so auch der Psyche.  
( → `[Analogie von Sprache und Psyche](Grammatik#_Differenzierung__()´)   
  
Ich wiederhole: Seelisch Relevantes (also alles in der Welt, das eine Bedeutung für uns hat) kann „horizontal“ und „vertikal“ eingeteilt werden. Die horizontale Einteilung soll seelisch Relevantes differenzieren, die vertikale Einteilung soll mit ihren Dimensionen Auskunft über Rang und Bedeutung des Differenzierten geben.   
Die Differenzierung gleicht dem Gitternetz von Längen- und Breitengraden, mit der wir die Erdoberfläche eingeteilt haben, um uns zu orientieren. Bei der Betrachtung des seelisch Relevanten vermittelt die Sprache diese „Längen- und Breitengrade“ („horizontale Einteilung“), während die Dimensionen des Absoluten, Relativen und Nichts uns Auskunft darüber geben, welche „Höhe“ (Rang und Bedeutung) das Gemeinte hat („vertikale Einteilung“).   
Kein anderes Instrument gibt uns so viele Informationen über den psychisch relevanten Bereich wie die Sprache. Sie hat nicht nur individuelle, sondern auch allgemeine Ausdrucksformen und Bedeutungen.   
Psyche selbst kann nur indirekt bestimmt werden. Man kann aus dem Verhalten der Menschen, ihren Träumen, der Kultur allgemein und der Kunst speziell oder der Geschichte der Menschheit aber auch aus der Sprache und vielen anderen Quellen Rückschlüsse auf die Psyche und auf das, was für sie bedeutsam ist, ziehen – aber besonders von Sprache. [[15]](#footnote-15)  
Inhalt der Psychologie sollte ja alles sein, was Menschen angeht. Dass was Menschen angeht, wird aber vor allem durch die Sprache geordnet, verstehbar und kommunizierbar gemacht. Erfahren wir nicht auch am meisten über die Welt und über uns Menschen durch das, was wir sagen? Wenn wir Sprache als wichtigste Quelle verwenden, um auf das Seelenleben unserer Patienten rückzuschließen, dann entspricht das ja auch der allgemeinen Praxis, dass das, was unser Gegenüber sagt, im Vordergrund der Beurteilung seiner Person und Situation steht.  
Die Sprache ist so, wie ich meine, das wichtigste Mittel der Menschen, um das auszudrücken, was sie angeht. Die Sprache hat auch, im Gegensatz zu anderen Quellen, den Vorteil, dass sie schon eine Gliederung und Ordnung besitzt, die man verwenden kann, um auch Inhalte und Bedeutungen der Psyche entsprechend darzustellen. Außerdem benötigen in der Regel alle psychologischen Erkenntnisse aus anderen Quellen die Sprache, um ihre Inhalte verstehbar und kommunizierbar zu machen.   
Ist aus diesen Gründen Sprache nicht deshalb bestens dafür geeignet, Rückschlüsse auf unser Inneres zu ziehen? Ich denke ja.   
Sprache erscheint so als erstrangiges metapsychologisches Instrument/ Medium, um Psychisches zu gliedern und über ihre Inhalte Aussagen zu machen.[[16]](#footnote-16)  
 Aus diesem Grunde liegt es nahe, grundlegende Sprachcharakteristika als Analogien oder Homologien für grundlegende psychische und psychisch relevante Charakteristika zu verwenden.   
Bezüglich der Differenzierungen von Sprache und Psyche hatten schon Lévi-Strauss und Lacan einen ähnlichen Gedanken, als sie eine `Homologie´ von Sprachstrukturen und (allerdings nur) dem Unbewussten postulierten.[[17]](#footnote-17)   
Ich möchte deren Hypothese, das Unbewusste sei strukturiert wie die Sprache, erweitern und präzisieren. Ich glaube:  
  
• Grundlegende Charakteristika der Sprache inbezug auf ihre Struktur, Dynamik und Qualitätsaussagen finden sich auch allgemein im psychisch Relevanten und speziell in der Psyche wieder.  
Nur die Psyche betreffend:   
• So wie Sprache unser Dasein differenziert, so differenziere ich die Psyche.   
• Psyche zeigt analoge Charakteristika wie die Sprache in Bezug auf ihre Struktur, Dynamik und Bedeutungsinhalte.   
  
Ich meine, in der Sprachentwicklung hat in allgemeinen Sprachbestandteilen und -regeln vor allem das seinen Niederschlag gefunden, was seit Jahrtausenden für Menschen seelisch wichtig ist. Was für sie wichtig ist, hat die Menschheit aber nicht nur durch viele verschiedene Worte und Begriffe, sondern auch durch entsprechende Wortarten und Satzglieder festgelegt. Die Menschheit hat so mit der Sprache nicht nur bestimmten Phänomenen Begriffe zugeordnet, sondern sie widerspiegelt auch deren Verbindungen und Funktionen als Ausdruck unserer Psychen und ihrer Welterfahrung. Deshalb bilden allgemeine, basale Sprachbestandteile, wie die Wortarten, hervorragende Analoga zur Darstellung allgemeiner psychisch relevanter „Grundbausteine“ - und die Syntax wiederum gibt uns in Form von Subjekt, Objekt, Prädikat und deren Funktionen Hinweise auf analoge psychische Formen und deren Funktionen und die Semantik zeigt deren Bedeutungen.   
Wie die Sprache sehe ich auch die Psyche als hochdiffenziertes System, das einerseits bestimmte Charakteristika hat, andererseits aber sehr flexibel und immer lebendig ist.  
In Analogie zur Grammatik der Sprache könnte man von einer `Grammatik der Psyche´ sprechen. Dabei gehe ich in dieser Arbeit von einfachen Grammatiken entwickelter Sprachen aus, die in ihren Regeln im Wesentlichen übereinstimmen. Hier kann ich nur kurz auf dieses Thema eingehen.  
Über die Analogie von Sprachstrukturen und Strukturen der Psyche siehe dortigee Ausführungen

→ [Differenzierung](#_Differenzierung__(Analogie).  
 Über die Analogien zwischen Bedeutungen in der Sprache und dem psychisch Relevanten siehe [Dimensionen](#_Dimensionen).

##### Erste Differenzierungsstufe (die 4 „Hauptaspekte“)

Eine grundlegende Einteilung, die sich in fast allen entwickelten Sprachen wiederfindet, ist, von den Wortarten her, die von Substantiven, Verben und Adjektiven und die von Subjekt und Prädikat aus syntaktischer Sicht. Legt man diese Gedanken zugrunde, wird man feststellen, dass in allen üblichen Sätzen vier Komponenten enthalten sind:   
• Erstens eine Komponente, die eine mehr statisch-strukturelle Seite der Welt und ihrer „Einheiten" repräsentiert und die ich unter dem Begriff „Sein“ (S) zusammenfasse. Diese Komponente wird in der Sprache v.a. durch Substantive (von den Wortarten her) und durch Subjekte und Objekte (von der Syntax her) repräsentiert. Eine besondere Rolle spielen dabei Personen - als quasi lebendige Seinsformen - weil sie als primäre Subjekte fungieren können.   
• Zweitens eine Komponente, die Dynamiken bzw. „Bewegungen“ (Aktionen und Funktionen) darstellt und die ich unter dem Begriff „Leben“ (L) bzw. Lebens-Formen zusammenfasse. Sie wird von der Sprache her v.a. von Verben bzw. dem Prädikat repräsentiert.   
• Drittens eine qualitative Komponente, unter dem Begriff „Qualität“ (Q) zusammengefasst, die sprachlich v.a. von den Adjektiven repräsentiert wird.  
• Hinzukommt als Viertes der Zusammenhang (Z) dieser drei Hauptaspekte - sprachlich v.a. durch die Syntax repräsentiert.[[18]](#footnote-18)|

Tab. 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. Differenzierungsstufe | | | |
| S P R A C H F O R M E N | | P s y c h i s c h r e l e v a n t e F o r m e n | |
|  | | `HAUPTASPEKTE´ entsprechen: | |
| Wortart | Substantive | I. Seins-Formen | Einheiten |
| Verben | II. Lebens-Formen | Dynamiken |
| Adjektive | III. Qualitäten | Qualitäten |
| Syntax | | IV. Zusammenhänge | Kontext, Subjekte/ Objekte |

Man kann also psychisch Relevantes, ebenso wie Sprache, in diese vier Hauptaspekte: **S**ein, **L**eben, **Q**ualitäten und deren **Z**usammenhänge einteilen. Abgekürzt: SLQZ.  
Alles psychisch Relevante hat also erstens eine Seins-Komponente, zweitens eine dynamische (Leben), drittens eine qualitative Komponente und schließlich einen Kontext - so wie in der Sprache, jede sinnvolle Aussage aus einem Subjekt (in der Regel repräsentiert durch ein Substantiv) und einem Prädikat (in der Regel repräsentiert durch ein Verb) besteht und es dabei um bestimmte Qualitäten (Hauptrepräsentant: Adjektive) und deren Kontext geht. Das, was Substantive, Verben und Adjektive repräsentieren, existiert in bestimmten Zusammenhängen, die sprachlich in syntaktischen und morphologischen Regeln ihren Niederschlag finden. Anders gesagt: Bei allem seelisch Bedeutsamen finden sich diese vier Komponenten in bestimmten Zusammenhängen immer wieder. Das heißt auch: Es gibt keine seelisch relevante Struktur ohne „Bewegung“ (Dynamik) und ohne bestimmte Qualitäten; ebenso keine Bewegung oder Qualität losgelöst vom Statisch-Strukturellen. So hat alles Lebendige auch eine Seinsform - und dies in bestimmter Art und Weise und in bestimmten Zusammenhängen. Sein und Leben sind in bestimmten Qualitäten untrennbar ineinander verflochten.[[19]](#footnote-19) Dabei findet dieses Zusammenspiel auf verschiedenen Ebenen bzw. Dimensionen statt, die später noch erläutert werden sollen.  
 Ich habe dann in einer „2. Differenzierungsstufe“, auch in Analogie zur Sprache, die 4 Hauptaspekte des seelisch Relevanten und der Psyche bis auf 23 Aspekte weiter differenziert. Am Ende aller Differenzierungen stünde das, was alle möglichen pr Worte in ihrer unendlichen Vielfalt repräsentieren.   
Diese fast unbegrenzte Differenzierung muss natürlich im Rahmen dieser Arbeit erheblich eingeschränkt werden. Dennoch ist es mir wichtig, nicht in einem geschlossenen theoretischen System zu arbeiten, sondern diese Vielfalt, zumindest potenziell, zu erhalten, d.h. seelisch Relevantes, wie auch die Sprache selbst, als offenes System darzustellen. Das erscheint mir deshalb einleuchtend, weil alles in dieser Welt für den einen oder anderen Menschen oder für ganze Gruppen von besonderer Bedeutung werden kann und man Bedeutsames nicht von vornherein auf bestimmte Themen einschränken sollte, wie etwa die Beziehung der Kinder zu den Eltern oder Sexualität usw. Selbst wenn diese Themen auch für die meisten Menschen wahrscheinlich auch in Zukunft wichtig bleiben, so können doch andere Probleme, auch solche, die wir heute noch nicht sehen, eine durchaus größere Bedeutung gewinnen. Man denke nur daran, welche Rolle in früheren Zeiten die Verletzung der Ehre, adlige Herkunft usw. hatten - Themen, die heute kaum noch eine Rolle spielen - während gegenwärtig zerstörte Umwelt und religiöser Fundamentalismus bedrohlich erlebt werden.   
Die Sprache-Psyche-Analogie soll also helfen, dass man psychisch relevante Themen nicht von vornherein einschränkt, sondern so weit zulässt, dass sich im besten Fall jedes Individuum, egal mit welcher Problematik und in welcher Zeit, wiederfinden kann.  
In dieser Arbeit spielen Ideologien eine besondere Rolle, denn mir scheint, es sind viel mehr Menschen durch bestimmte Ideologien geschädigt worden, als durch ungünstige Familienverhältnisse oder ungelöste sexuelle Fragen (wobei natürlich beides nicht strikt voneinander getrennt werden kann.) Allerdings hat jede Ideologie neben negativen auch positive Seiten. Darauf komme ich später noch zurück.   
  
Bisher haben wir in der 1. Differenzierungsstufe folgende Analogien hergestellt:  
  
 I. *Substantive* = **S**ein (= Seinsformen = pr Einheiten)  
 II. *Verben* = **L**eben (= Dynamiken)  
 III. *Adjektive* = **Q**ualitäten  
 IV. *Syntax* = Subjekte, Objekte und deren **Z**usammenhänge   
 [Abkzg. **SLQZ**]  
  
Mit dieser 1. Differenzierung erhalten wir die genannten `4 Hauptaspekte´ des psychisch Relevanten. Ich glaube, sie spiegeln 4 wichtige Themen der Menschheit wider:   
**I. Sein oder Nichtsein, II. Leben oder Tod, III. Gut oder böse, IV. Subjekt oder Objekt.**   
Diese sind wiederum eingebettet in das existenzielle Thema des Absoluten.   
(Im Teil `Metapsychotherapie´ unter dem Stichwort `[Grundprobleme](#_Grundprobleme)´ dazu mehr.)|

##### Zweite Differenzierungsstufe

Differenzieren wir die genannten 4 Hauptaspekte, allgemeinen Sprachbestandteilen folgend, noch weiter, so kann man zu unterschiedlich vielen Aspekten gelangen, je nachdem, wie und wie weit man differenziert.  
In meiner Arbeit hat sich eine weitere Differenzierung bis auf 23 Einzelaspekte bewährt.

Tab. 3

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| S P R A C H F O R M E N | | E I N Z E L A S P E K T E  p s y c h i s c h r e l e v a n t e r F o r m e n | |
|  | I. SUBSTANTIVE | Seins-Formen | Einheiten |
|  |  | 1 Alles / Einiges (Nichts) |
|  |  | 2 Gott / Welt |
|  |  | 3 Personen / Dinge |
|  |  | 4 Ich / Andere(s) |
|  |  | 5 Geist / Seele, Körper |
| Artikel |  | 6 - /Geschlecht |
| II. VERBEN | Lebens-Formen | **Dynamiken** (und Modalitäten) |
| Modalverben | Modalitäten | 7 sein |
|  |  | 8 wollen |
|  |  | 9 haben |
|  |  | 10 können |
|  |  | 11 müssen |
|  |  | 12 sollen |
|  |  | 13 dürfen |
| Vollverben | Tätigkeiten | 14 erzeugen |
|  |  | 15 tun |
|  |  | 16 wahrnehmen |
|  |  | 17 wiedergeben |
|  |  | 18 werten |
|  | Zeiten | 19 Vergangenheit |
|  |  | 20 Gegenwart |
|  |  | 21 Zukunft |
| III. ADJEKTIVE | Qualitäten | Qualitäten |
|  |  | 22 richtig, falsch (erst- und zweitrangig) |
|  |  | 23 negativ, positiv |

[Die einzelnen Differenzierungsaspekte sind verschieden dimensioniert. In der obigen Tabelle habe ich bei der 1.-5. Einheit zuerst solche mit überwiegend absoluter und nach dem Schrägstrich solche mit relativer Dimensionalität angegeben.]

Erläuterungen zur 2. Differenzierungsstufe:   
Zum **I. Hauptaspekt** (Ableitungen aus den Substantiven bzw. Subjekten = „Seinsformen“ oder pr Einheiten):  
Substantive repräsentieren vor allem Lebewesen (=`personale Einheiten´) oder Dinge (Asp. 2-5) und  
die Artikel der Substantive deren Geschlecht (Asp. 6.)   
Unter dem Aspekt 1 „Alles“ fasse ich alle pr Substantive zusammen, denn dieser Aspekt spielt in seiner Gegen-überstellung zum Nichts eine besondere Rolle. „Alles“ entspricht im Wesentlichen dem „Allgemeinen psychisch Relevanten“ oder der pr „Wirklichkeit“ insgesamt.  
  
Zum **II. Hauptaspekt** (Ableitungen aus den Verben = „Lebensformen“ / Dynamiken):  
Sie sind von Aspekt 7-13 von den Hilfs- und Modalverben, von Asp. 14-21 von Voll- bzw. Tätigkeitsverben und den Zeitformen abgeleitet.  
Substantiviert haben diese Verben folgende Bedeutung:

sein = Existenz, Zustand  
wollen = Strebungen  
haben = Besitz  
können = Fähigkeiten, Möglichkeit  
müssen = Notwendigkeit   
sollen = Pflichten  
dürfen = Freiheit  
erzeugen = Neues  
tun = Taten  
wahrnehmen = Wahrnehmungen  
wiedergeben = Wiedergabe  
werten = Werte, Bedeutungen   
Vergangenheit   
Gegenwart   
Zukunft

Zum **III. Hauptaspekt** (Ableitungen aus den Adjektiven = Qualitäten):   
In der Übersichtstabelle sind zwar nur zwei Qualitätsaspekte (Asp. 22 und 23) aufgeführt - andererseits stellen die später zu besprechenden „Dimensionen“ ebenfalls Qualitäten dar.  
(„Differenzierungen“ und „Dimensionen“ überschneiden sich hier.)   
  
Zum **IV. Hauptaspekt** der Syntax:  
Da Subjekte und Objekte i.d.R. durch Substantive und Prädikate durch Verben präsentiert werden, habe ich auf eine weitere Differenzierung hier verzichtet und sie unter den oben genannten Hauptgruppen I und II mit berücksichtigt. (Näheres siehe unter „[Subjekt-Objekt-Problem](#_Subjekt-Objekt-Problem)“.)  
  
Die **3. Differenzierungsstufe** findet man in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf).   
  
Die hier verwendete Differenzierung von psychisch Relevantem bzw. Psychologischem durch Sprachanalogien hat den Vorteil, dass ihre Einzelaspekte unbegrenzt erweitert werden können, so dass jeder psychisch relevante Begriff eingeordnet werden kann oder dass man nur die 1., 2. oder 3. Differenzierungsstufe oder eine ähnliche, besonderen Gegebenheiten angepasste, verwendet.  
Ein Einwand gegen diese Differenzierungen lautet, dass es Sprachen mit ganz anderen Grundstrukturen gibt, ja selbst für die hochentwickelten Sprachen existieren ganz verschiedene Grammatiktheorien, die sich von der üblichen einfachen, hier verwendeten „Schulgrammatik“ unterscheiden. Ohne Zweifel ist dieser Einwand berechtigt. Ich glaube aber, dass ab einem bestimmten Punkt alle Sprachen und alle Grammatiken das für den Menschen Wichtigste ausdrücken können. (Sonst wären ja auch adäquate Übersetzungen in verschiedenste Sprachen nicht möglich.) Insofern ist für mich die hier verwendete Einteilung nur eine von vielen Möglichkeiten, psychisch Relevantes von allgemeinen Sprachformen abzuleiten - allerdings eine, die einerseits von einer hoch entwickelten Sprache ausgeht und andererseits eine Grammatik („Schulgrammatik“) zugrunde legt, die m.E. den Alltagsge-brauch der Sprache am besten widerspiegelt.  
Wie gesagt widerspiegelt neben der Sprache natürlich auch vieles Andere psychisch Relevantes: unser Verhalten, Gestik, Mimik, Kunst usw. Keine dieser Ausdrucksformen ist jedoch so differenziert und zugleich verständlich wie die Sprache.

Zur Sprachphilosophie

Die Sprachphilosophie untersucht die „Sprache nach Ursprung, Wesen, Funktion in den menschlichen Gemeinschaften und Kulturen." (Schischkoff). Man kann die Ausführungen in `Metapsychologie´ und `Psychologie´ auch als Beiträge zur Sprachphilosophie verstehen. In dieser Arbeit geht es aber nicht um das Problem, ob und inwieweit Sprache Denken, Erkenntnis und Weltbild prägt (Sapir, Whorf, W.v. Humboldt u.a.), sondern umgekehrt, inwieweit sich psychisch Relevantes und Psyche in Sprache widerspiegeln.  
Auch **Psycholinguistik** (Sprachpsychologie) im Sinne einer „Wissenschaft von den psychischen Vorgängen beim Erlernen und Gebrauch der Sprache“[[20]](#footnote-20) steht hier nicht zu Diskussion.

### Dimensionen

„Stimmen die Worte und Begriffe nicht, so ist die Sprache konfus.  
Ist die Sprache konfus, so entstehen Unordnung und Mißerfolg ...“ (Konfuzius)

„Das Wort ist, nach seiner Natur, die freieste unter den geistigen Kreaturen, aber auch die   
gefährdetste und gefährlichste. **Darum bedarf es der Wächter des Wortes**.“ (Hrabanus Maurus)[[21]](#footnote-21)  
  
Ähnlich Ortega y Gasset: „... **es ist keineswegs gleichgültig wie wir die Dinge einreihen. Das Gesetz der Lebensperspektive ist durchaus nicht nur subjektiv, sondern wurzelt im Wesen der ... Dinge selbst. …   
Der Fehler besteht in der Annahme, dass es unserer Willkür anheimgegeben sei, den Dingen den ihnen zugehörigen Rang anzuweisen. Das ist keineswegs der Fall.**“ [[22]](#footnote-22)

###### Erläuterung und Begriffe

Die `Dimensionen´ des Daseins und des psychisch Relevanten geben Auskunft über fundamentale Bedeutung und Wichtigkeit eines jeden psychisch Relevanten.

Hinweis:

Weil das Wort `Bedeutung´ im Deutschen sowohl Sinn und Inhalt als auch Wichtigkeit und Wert meint, verwende ich es in diesem doppelten Sinn, wenn ich im Folgenden nur den Begriff `Bedeutung´ benutze.

`**Fundamental**´ soll heißen, dass es um Ur-Bedeutungen, um grundlegendste, allererste Bedeutungen des Daseins geht, hinter die man nicht zurückgehen kann, die nicht weiter hinterfragbar, sondern höchstens glaubwürdig sind, und die jedes psychisch Relevante in seiner je grundlegendsten Bedeutung erfassen.

Das heißt, dass alles, was psychisch relevant ist, eine dieser drei Bedeutungen hat:   
Entweder hat etwas absolute oder relative oder (fast) keine Bedeutung.[[23]](#footnote-23)

Noch weiter gefasst könnte man formulieren, dass unser Dasein/ unsere Welt diese drei grundlegenden geistigen Dimensionen hat. So würde man beispielsweise mit den Kategorien `richtig oder falsch´, `angenehm oder unangenehm`, `reif oder unreif, ´logisch oder unlogisch´ und ähnlichen weder jedes psychisch Relevante, noch dessen wichtigste, fundamentale Bedeutungen erfassen.  
Ähnliche Begriffe für fundamentale Bedeutung sind: existenzielle, basale, wesentlichste   
-Signifikanzen, -Bezugssysteme, -Maßstäbe, -Positionen, -Stellungen, -Perspektiven, - Werte, -Wichtigkeiten, -Prioritäten, - Rangordnungen.  
  
Über Umkehrungen (Inversionen) dieser fundamentalen Bedeutungen siehe im Teil `Metapsychiatrie´.  
(Siehe auch [Fundamentale Psychotherapie](#_Inhalt_und_Ziele))

Ich unterscheide in der 1. Einteilungsstufe folgende Dimensionen des seelisch Relevanten:   
 • das Absolute (A)  
 • das Relative (*R*)[[24]](#footnote-24)  
 • [das Nichts (0).][[25]](#footnote-25)  
  
Wie gesagt verwende ich diese genannten Begriffe als **Leitworte** für die in der 2. Einteilungsstufe genannten `7 Synonyme´. Dabei handelt es sich um verschiedene Aspekte Desselben.

Vorschau: Gegenüberstellung der wichtigsten `fundamentalen Bedeutungen´:

|  |  |
| --- | --- |
| **absolut**  selbst  eigentlich einheitlich unbedingt primär unabhängig | **relativ** anders möglich teilweise bedingt sekundär abhängig |

Die Dimensionen stellen die „vertikale Einteilung“ des psychisch Relevanten dar.[[26]](#footnote-26)   
Sie geben den Differenzierungsaspekten entsprechende Bedeutung: absolute, relative oder keine Bedeutung.   
Das Absolute ist das Entscheidende! Hat etwas relative Bedeutung, dann gibt es viele Abstufungen (etwa von wenig bedeutend über bedeutend bis sehr bedeutend.)   
M.a.W.: Das Relative ist etwas Komparatives, es ist steigerungsfähig und vergleichbar, während das Absolute und das Nichts weder gesteigert, noch direkt verglichen und auch nicht bewiesen werden können! Das weist m.E. auch darauf hin, dass das Absolute und das Nichts „geistiger Natur“ sind, während es sich beim Relativen um mehr Faktisches handelt.  
In den Bereichen des Absoluten oder Relativen oder des Nichts gelten jeweils völlig andere Gesetze. Je nach Dimension hat das psychisch Relevante also ganz unterschiedliche Charakteristika und Dynamiken. Diese Tatsache spielt für die Theorie der Entstehung seelischer Krankheiten eine wichtige Rolle.   
  
Zur Kennzeichnung der Dimensionen eignen sich absolute oder relative Adjektive.   
Sie geben darüber Auskunft, ob Seins- und Lebensformen, Qualitäten und deren Zusammenhänge absolute, relative oder keine Bedeutung haben.  
In diesem Zusammenhang sind zwei Arten von Adjektiven von Bedeutung:   
1. solche, die sich steigern lassen und   
2. solche, die sich nicht steigern lassen  
• zu 1. Bei den Adjektiven, die sich steigern lassen, spricht man von Vergleichsformen (Steigerungsformen) des Adjektivs. Dabei unterscheidet man:

- (der) Positiv (lat. festlegen) = Grundstufe = gleicher Grad.  
**- Komparativ** (lat. vergleichen) = Höherstufe = ungleicher Grad.  
- Superlativ (lat. übertragen) = Höchststufe = höchster Grad im Vergleich.)

• zu 2. Bei den Adjektiven, die sich nicht steigern lassen, kann man unterscheiden:  
**- Absolute Adjektive:** „Ein absolutes Adjektiv ist in der Sprachwissenschaft ein Adjektiv, das semantisch keine Steigerung erlaubt, da die Teilhabe an dieser Eigenschaft nur ganz oder gar nicht ... möglich ist."[[27]](#footnote-27) D.h. es handelt sich um Adjektive ohne Vergleichsformen, da ihre Bedeutung keinen Vergleich erlaubt,   
- Elativ (lat. herausheben) ist eine besondere Gebrauchsweise des Superlativs (absoluter Superlativ), der ein besonders hohes Maß kennzeichnet (`äußerst´, `hervorragend´ usw.)  
 Der „*Exzessiv*“ (lat. herausgehen/ überschreiten) drückt ein übersteigertes Maß der bezeichneten Eigenschaft aus (`maßlos´,`zu´, `zu sehr´).  
Ich verwende in dieser Arbeit (in der Regel)den **Exzessiv vor allem zur Kennzeichnung sogenannter Hyperformen**,[[28]](#footnote-28) steigerbare Adjektive zur Kennzeichnung der relativen Dimension und absolute Adjektive zur Kennzeichnung der absoluten Dimension.

##### Einteilungsübersicht

Insgesamt teile ich die Dimensionen ein nach:

• ihren `Bereichen´ (absolut, relativ oder 0 = 1. Einteilungsstufe;   
bzw. deren 7 Synonyme = 2. Einteilungsstufe),  
• nach ihrem `Rang´ (erstrangig, zweitrangig oder nichtig),   
• nach ihrer `Ausrichtung´ (pro bzw. +, kontra bzw. ‒ oder neutral) und   
• nach ihrem `Vorkommen´ (z.B. Dimensionen der Welt, der Person, der Psyche etc.)  
(Dazu später mehr).

Jedes pr Phänomen lässt sich so unter den Gesichtspunkten: absolut, relativ oder 0; erstrangig, zweitrangig oder nichtig; pro/ +, kontra/ ‒ oder 0 und nach seinem „Vorkommen" einordnen.

Weitere Analogien

In Physik und Psychologie, spielen zwei Begriffe eine wichtige Rolle, die auch in unserem Zusammenhang von Bedeutung sind und ganz Ähnliches wie der hier verwendete Begriff „Dimension“ meinen:   
1. `Bezugssystem´, 2. `Raum´.[[29]](#footnote-29)  
• zu 1. Bezugssystem:   
In der **Physik**: „Ein … festgelegtes Koordinatensystem, das bei der Messung oder mathematischen Beschreibung eines physikalischen Sachverhalts zugrunde gelegt wird … Die Wahl des Bezugssystems ist weitgehend beliebig … Ein durch räumlich und zeitlich unveränderliche Gegebenheiten festgelegtes absolutes Bezugssystem gibt es nicht.“[[30]](#footnote-30) „Ein besonderes Bezugssystem ist das Inertialsystem der Relativitätstheorie ... Praktisch kann als Inertialsystem ein Bezugssystem angesehen werden, das in der Milchstraße verankert ist.“[[31]](#footnote-31) (Hier etwa einer absoluten Dimension entsprechend.)  
In der **Psychologie**: „Jegliches Erleben und Beurteilen geschieht unter Bezug auf ein System von Werten und Normen, von Bedeutungen und Erfahrungen, die sich im Lauf der individuellen Entwicklung herausbilden. Insofern sind alle wahrnehmbaren oder erlebbaren Erscheinungen von einem Bezugssystem abhängig und von ihm her verständlich, auch wenn der vergleichende Charakter des Urteils nicht unmittelbar gegenwärtig ist … So können alle erlebnishaft absoluten Eigenschaften … und absolut scheinende Zustände … nur von einen psychologischen Bezugssystem bestimmt werden, wobei ein erlebter Durchschnittswert als Nullpunkt dient.“ (W. Metzger).[[32]](#footnote-32)  
• zu 2. Raum:   
„Die moderne Physik definiert den Raum als dasjenige, worin sich Felder (s. Feldtheorie) befinden; die Verwandtschaft von Feld und Bezugssystem ist unverkennbar.“[[33]](#footnote-33)  
  
**Diskussion**: Sowohl die Aussage „ein absolutes Bezugssystem gibt es nicht“ vonseiten der Physik, als auch die Aussage `ein erlebter Durchschnittswert diene als Nullpunkt´ oder Ähnliche vonseiten der Psychologie erscheinen mir fragwürdig und negativistisch. Ich gehe davon aus, dass es ein absolutes Bezugssystem, hier ` absolute Dimension´ genannt, gibt.   
Die oben genannte Beschreibung der Bezugssysteme in der Psychologie von Metzger (oder anderen) entspricht den Bezugssystemen, die i.d.R. relativen oder fremdabsoluten Charakter haben und die ich in dieser Arbeit mit dem Begriff ` fremde bzw. zweitrangige Wirklichkeiten´ (man könnte auch sagen `zweitrangige Bezugssysteme´ bzw. `Räume´) bezeichne.

#### Absolutes

Der Grund der Dinge ist das Unbedingte, das Absolute.[[34]](#footnote-34)  
  
Was geht uns unbedingt an? Was ist der Ur-Grund, die Ur-Sache von Allem? Was bestimmt uns am meisten? Was ist für uns von größter Bedeutung und das absolut Notwendige?   
Hunger und Liebe? (F. Schiller). Die Triebe und das Unbewusste? (S. Freud).   
Das „Fressen“? (B. Brecht).[[35]](#footnote-35) Die Religion? (P. Tillich). Die Gene? Lust- oder Realität?   
Die Ideologien? Die Naturgesetze?  
Die Ansichten gehen auseinander. Ich nenne es das Absolute.  
Das Absolute ist der bestimmende Geist alles psychisch Relevanten (pR). Das Absolute ist die entscheidende Instanz, nach der sich letztlich alles in seinem Einflussbereich richtet. Es ist Ur-Grund und Ur-Sache von Allem. Deshalb ist Letztlich alles auf ein Absolutes zurückzuführen.  
 Aber, es ist (wie das Nichts) weder beweisbar noch vergleichbar, im besten Fall glaubwürdig, aber dennoch von existenzieller Bedeutung.  
Wenn aber das Absolute das Wichtigste ist, warum stellt man es nicht selbst in den Mittelpunkt einer Theorie und Praxis, die sich mit dem Menschen beschäftigt?   
Dieser Gedanke ist nicht neu, aber in Vergessenheit geraten. Wenn man das Absolute in den Mittelpunkt stellt, schließt das selbstverständlich analytische, systemische oder kognitive Sichten nicht aus, sondern man versucht, diese aus der Sicht eines (positiven) Absoluten zu sehen und das Sinnvolle davon zu integrieren. Mit anderen Worten: Ob ich analytisch, verhaltenstherapeutisch, systemisch oder anders therapiere, ist von relativer Bedeutung (aber keineswegs unbedeutend!). Die Hauptsache ist jedoch, dass ich mit den verschiedensten Methoden die Menschen vor Negativem schütze und das möglichst Positivste vermittele.   
Was das ist, auch davon soll diese Arbeit handeln. Schon jetzt sei gesagt, dass das absolut Positive etwas mit der Würde des Menschen, seiner Einmaligkeit, seiner Freiheit und seiner Gottesebenbildlichkeit zu tun hat.  
  
 Ich unterscheide:  
**•** **eigentliches Absolutes (A)  
• fremdes, Pseudo-Absolutes (fA)**, das durch „Inversionen“ entsteht. [[36]](#footnote-36) Weiter:  
- subjektives Absolutes (dies ist oft, aber nicht immer, ein Pseudoabsolutes).

- objektives Absolutes (wenn es existiert, wovon ich ausgehe, dann ist es immer ein eigentliches Absolutes).  
  
Alle Arten können positiv oder negativ, die fA auch ambivalent, konnotiert sein.  
Ich unterscheide so genauer:   
• Ein eigentliches +Absolutes (+A), ein eigentliches ‒Absolutes (‒A) und ein `Wahlabsolutes´.   
• fremde positive oder negative (oder ambivalente) Absolutsetzungen (+fA, ‒fA, ±fA).   
 (Dazu im Teil `[Metapsychiatrie](#_Bildung_der_fremden)´ mehr). [[37]](#footnote-37)   
Das Absolute ist als Grundlage unseres Seelenlebens immer dabei. Auf ihm basiert unser Leben. Auf ihm spielen sich sowohl unser Alltag als auch die Höhen- und Tiefpunkte unseres Daseins ab. Mit unseren Absolutheiten stehen oder fallen wir. Durch sie leben oder sterben wir.  
Das, was Menschen für das Wichtigste oder Absolute halten, ist natürlich sehr unterschiedlich. Ich denke, jeder Mensch hat seine Absolutheiten. Subjektiv oder individuell haben wir Tausende von Absolutheiten: Götter, die wir über alles lieben oder Teufel und Feinde, die wir fürchten und hassen. Jeder glaubt so an Irgendetwas: dass die Welt und der Mensch so oder so sind, dass es sinnvoll ist, so oder so zu leben, nach diesem oder jenem zu streben oder anderes unbedingt zu vermeiden usw. Manche glauben, Sicherheit sei das Wichtigste, andere glauben, Gesundheit sei das höchste Gut, ein Dritter meint, der Lebenssinn bestünde darin, ein guter Mensch zu sein, noch ein anderer sieht das Wichtigste im Fortschritt und wieder ein anderer hält bestimmte Personen für am wichtigsten usw. Jeder von uns hat seine eigene Weltanschauung, sein „Bezugssystem“, in dessen Zentrum jeweils etwas Absolutes steht - oft unbewusst, durch die Eltern und Umgebung geprägt und übernommen, oder, seltener, bewusst frei gewählt. Zum Teil haben diese Weltanschau-ungen Namen, zum Beispiel die von Religionen und Ideologien, zum Teil nicht. Ich habe die Erfahrung gemacht: Selbst, wenn jemand einer bestimmten Kirche angehört, haben die meisten Leute daneben noch eine Vielzahl privater Glaubenssysteme, die oft in krassem Gegensatz zu dem stehen, zu dem sie sich offiziell bekennen. Es besagt also nicht unbedingt etwas, wenn jemand, wie viele in unserem Land, katholisch oder evangelisch ist, also offiziell an Gott glaubt. Er kann daneben auch an das Geld, die Macht, den Fortschritt, an eine Partei, an Vater, Mutter, seine Frau oder nur an sich selber glauben - und wer von uns täte das nicht.[[38]](#footnote-38)  
Das Wichtigste kann aber auch etwas Negatives sein: Man kann es als Hauptsache ansehen, auf keinen Fall unmoralisch, untreu oder abhängig zu sein oder wie diese oder jene Person zu werden usw. Es ist dann etwas, das man um jeden Preis vermeidet, das Schlimmste, Unannehmbare, Unverzeihliche, die sog. Todsünde oder Ähnliches. Alle unbewussten oder bewussten, offiziellen oder privaten Lebens- bzw. Weltanschauungen lassen sich meines Erachtens auf solche Absolutheiten zurückführen, die diesen Anschauungen zugrunde liegen. Weiterhin gehe ich von der, wie mir scheint, einfachen Schlussfolgerung aus, dass diese Absolutsetzungen entscheiden, wie gut jemand mit sich, den anderen Menschen und der Welt klarkommt oder nicht und die deshalb auch für Krankheitsentstehung und -therapie von entscheidender Bedeutung sind.[[39]](#footnote-39)  
 Die Idee, das Absolute als Zentrum der Psyche zu sehen, ist nicht neu. Der Philosoph Karl Jaspers meint, was für einen Gott ein Mensch habe, mache ihn aus. (Genauer ließe sich sagen: Was für einen Gott *und „Teufel“* man hat, macht ihn aus.) Ähnlich äußerte sich S. Kierkegaard.[[40]](#footnote-40) Vor allem Psychotherapeuten der `Wiener Schule´, hier besonders W. Daim und I. Caruso haben Fehlverabsolutierungen in den Mittelpunkt der Entstehung psychischer Krankheiten gerückt. Ihre Arbeiten sind jedoch wenig bekannt.[[41]](#footnote-41)  
Warum aber sind diese offensichtlich so wichtigen Ansätze nicht weiter verfolgt worden?  
Die Ursache dafür liegt meines Erachtens hauptsächlich in der Wissenschaftsgläubigkeit unserer Zeit, die solche Perspektiven weitgehend ausschließt.[[42]](#footnote-42) So sinnvoll in manchen Fachgebieten rein wissenschaftliche Verfahren sind, so schwierig und fragwürdig ist es jedoch, wenn man auch das Subjektivste, was es meiner Ansicht nach überhaupt gibt: das menschliche Seelenleben, nur mit objektiver Wissenschaftlichkeit behandeln will.

###### Zusammenfassung

Das Absolute (A) ist Identitätszentrum der Person.[[43]](#footnote-43) (Etwa nach dem Motto: „So wie mein A ist, so bin ich“ oder: „Mein A ist mein Leben“). Das A ist auch der eigentliche schöpferische Raum. Absolut wird für den Menschen das, was er über sich stellt. Das Absolute ist nicht beweisbar, ist aber mehr oder weniger offenkundig (Evidenz), glaubwürdig und erlebbar.   
So wie das Absolute an sich kann man das Absolute der Person (sein Selbst) nicht beweisen, man kann nur daran glauben. Das Absolute ist an sich eine metaphysische bzw. geistige Kategorie, d.h. wir können es nur umschreiben, in Analogien und Metaphern darstellen. Es ist in diesem Sinn letztlich unaussprechlich. |Das Absolute ist auch nicht direkt definierbar, nicht ableitbar. Man kann nicht weiter dahinter zurückgehen. Es ist eine Grundannahme, ein Apriori, ein Axiom. Das Absolute „definiert“ sich aus sich selbst.[[44]](#footnote-44) Es ist selbsterklärend.   
Im Absolutbereich herrschen, wie erwähnt, andere Gesetze und Charakteristika als im Relativbereich.   
(Diese Aussage ist für das Verständnis der später besprochenen Inversionsfolgen und damit auch für die Krankheitsentstehung von besonderer Bedeutung.)|  
Die Frage nach den `Ur´-sachen, auch seelischer Krankheiten, ist letztlich (!) eine Frage nach dem Absoluten! Parallel dazu stammen auch die primären und wichtigsten Antworten (Therapie) aus dem Absolutbereich.

###### Die 7 Synonyme des Absoluten (`2. Einteilungsstufe´)

Ich verwende in dieser Arbeit 7 Synonyme des Absoluten, weil sie dessen unterschiedliche Facetten zeigen. Der Begriff `absolut´ fungiert als Leitbegriff, der diese verschiedenen Bedeutungen mit umfasst.  
Der Charakter des Absoluten (A) zeigt sich auch an der Herkunft des Wortes: Es stammt von dem lateinischen Wort „absolutus“ und bedeutet: das Losgelöste, Unabhängige, Unbedingte, Selbstständige.  
Ich verwende in der `2. Einteilungsstufe´ der Dimensionen folgende 7 Synonyme:

1. **absolut**  
2. selbst   
3. eigentlich  
4. einheitlich  
5. unbedingt  
6. primär  
7. unabhängig

Substantivisch ausgedrückt: Das Absolute ist das (Los-)Gelöste, das Selbst (das Mit-sich-Identische), das Eigentliche, Einheitliche, Unbedingte, Primäre und Unabhängige, das Wichtigste, Wesentlichste, Existenzielle. Es erscheint als das Primäre, der Ur-Grund, die Ur-Sache, Ur-sprung, das letztlich Bestimmende, das Unvergleichliche,[[45]](#footnote-45) Nichthinterfragbare, Grundlegende, Prinzipielle, Fundamentale, Hauptsächliche, Grundsätzliche, Elementare.   
Es ist der Kern, Mittelpunkt, Herz, Schaltstelle, Zentrum des Betreffenden usw.  
  
**Für das `Kern-Absolute´ treffen diese Eigenschaften unbedingt zu und für das `Auch-Absolute´ bedingt zu.** Weiter zu → [`Kern-Absolutes´ und `Auch-Absolutes´](#_Bereiche_der_Absoluta).  
Die absoluten Eigenschaften werden, wie erwähnt, gut durch sogenannte absolute Adjektive repräsentiert.

##### Kurze systematische Übersicht

###### Rang der Absoluta

Nach dem Rang unterscheide ich erstrangige und zweitrangige Absoluta.   
• Die erstrangigen, eigentlichen Absoluta (A¹) sind unbedingt, nicht mehr hinterfragbar.   
Ich zähle dazu: 1. Das eigentliche positive Absolute (+A¹), 2. das eigentliche negative Absolute (−A¹) und 3. das personale „Wahlabsolute“, das ich später bespreche.[[46]](#footnote-46)  
• Die zweitrangigen, fremden Absoluta (fA) und ihre Komplexe spielen eine wesentliche Rolle bei der Entstehung der psychischer Krankheiten. Ich zähle dazu: positive und negative fA (+fA und ‒fA) und f0.   
(Weiteres siehe später).

###### Bereiche der Absoluta

Man kann beim erstrangigen, eigentlichen Absoluten (A¹) folgende Bereiche unterscheiden:  
- `Kern-Absolutes´ = Nur-Absolutes, absolutes Absolutes.[[47]](#footnote-47)  
- `Auch-Absolutes´ = relatives Absolutes, `Außen-Absolutes´.[[48]](#footnote-48) (Abb. 2)

Außen-Absolutes in R  
(= Auch-Absolutes oder relatives Absolutes)

Gesamtes Absolutes

Kern-Absolutes   
(nur Absolutes)

In der erstrangigen Wirklichkeit wird das Relative vom eigentlichen Absoluten mitverabsolutiert, sodass dieses Relative hier ein `Auch-Absolutes´ ist.

**Vorschau**: **Bereiche eines fremden Absoluten (fA)**. (Abb. 3)   
  
Kern und Relativbereiche der fA sind   
in besonderer Weise gespalten und verzerrt.

(Genaueres siehe im Teil `[Metapsychiatrie](#_Beispiele,_wie_die)´.)

###### Ausrichtung des Absoluten

Ausrichtung = Einstellung, Position.  
Bezüglich der `Ausrichtung´ des Absoluten unterscheide ich die schon oben genannten pro/positiven, kontra/negativen (oder ambivalenten) Formen, wobei ich die Begriffe **`positiv´** und **`pro´** und die Begriffe `**negativ´** und **`kontra´ synonym** verwende.  
(Näheres zum +A¹ und −A¹ siehe im Kapitel `[Einzelne metapsychologische Themen](#_Einzelne__metapsychologische)´.)

###### Repräsentanzen

• Repräsentanzen der **eigentlichen Absoluta**:  
 - Repräsentanzen von +A¹: Gott (Liebe) und eine +personale absolute Grundeinstellung´.  
 - Repräsentanzen von ‒A¹: `absolutes Böses´ und seine Wahl.  
 - Die [Absoluteinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle) einer Person.  
• Repräsentanzen von **fremden Absoluta (fA)**:  
 +fA: allgemeine oder individuelle +fA, z.B.   
 Ideal von sich selbst = `Ideal-Ich´ bzw. `Selbst-Ideal´,  
 Ideal von Anderem (z.B. von anderen Menschen, der Welt als Idol, Ideologien usw.)  
 ‒fA: allgemeine oder individuelle ‒fA-Anteile = absolut negativ Genommenes (Tabus u.ä.)  
 f0 = 0: Negiertes oder Verdrängtes.

Übersicht und **Vorschau** über die wichtigsten Begriffe und Abkürzungen (Abb. 4)

**A¹**

–A¹

`absolute Grundeinstellung´

+A¹

**K** = Komplexe

Es

**fA** = fremdes Pseudo-Absolutes  
personal als fS = fremd-Selbst   
und 0

• Pro-fA/ fS   
• Kontra-fA /fS

• 0 = Nichts

Es**-**Kerneiner `Dyade´:

erstrangig ¹  
= eigentlich

zweitrangig ²  
 = fremd

• ∀ = fremdes Alles   
• 0 = Nichts

Es-Kern einer `Triade´:

viele Es

**A** = Absolutes  
**fA** = fremdes Absolutes  
**fS** = fremdes Selbst (= personales fA)  
**∀** = fremdes Alles in einer Alles-oder-Nichts-Beziehung.  
**0** = Nichts  
**Es** = Komplex im Kern bestehend aus:  
 fremdem Alles und Nichts (`Dyade´) oder   
 Pro- und Kontra-fA/ fS und 0 (`Triade´).  
**K** = allgemeine Abkürzung für Komplexe, die personale und andere Wirklichkeitsbereiche dominieren.[[49]](#footnote-49)   
**Diese Begriffe und ihre Funktionen werden später im Teil `Metapsychiatrie´ genau erklärt.**

#### Relatives

###### Bedeutung des Relativen[[50]](#footnote-50)

Das Relative ist letztlich ein `Geschöpf´ eines Absoluten.  
Das Relative ist dem Absoluten untergeordnet und hat ihm gegenüber eine relative Bedeutung. Relatives ist, genau genommen, nur im Komparativ zu beschreiben (also: Etwas ist fremder, uneigentlicher, bedingter usw. als das Absolute oder gegenüber einem anderen Relativen.) Im Gegensatz zum Absoluten, das nur eine Bedeutung hat, also eindeutig ist, haben Relativa die unterschiedlichsten Bedeutungen - so wie Traum- oder Symptomdeutungen - aber nie eine absolute, eindeutige Bedeutung. Die Relativa können allerdings für den Menschen als fremde Absolutheiten (= fA) eine absolute Bedeutung haben und sind dann nicht nur mehrdeutig, sondern widersprüchlich und paradox.

Relatives als Teil des Absoluten

An sich ist das Relative nicht losgelöst zu betrachten!   
Man könnte salopp sagen: In jedem Relativen steckt ein Stück Absolutes drin.   
Auch: Jedes Relative basiert auf einem Absoluten. Wenn wir den Begriff „Relatives“ verwenden, so müsste es eigentlich genau heißen: „Relatives vom Absoluten“, d.h. das Relative existiert nicht so unabhängig wie der isolierte Begriff vortäuscht. Das Wort „relativ“ bezeichnet ja v.a. eine Beziehung. Da das Relative nur ein Teil des Absoluten ist,[[51]](#footnote-51) ist es von diesem unbedingt abhängig. Das Relative kann letztlich ohne das Absolute nicht existieren. Es sei denn man sagt, es hätte eine relativ eigene Existenz. So existieren auch Krankheiten nicht isoliert vom Menschen. Man kann sie ganz unabhängig nur als Gedankenkonstrukt betrachten.   
Relatives kann man nicht ganz exakt aus einem anderen Relativen definieren, sondern nur aus dem Absoluten.  
An sich bildet der erstrangige relative Bereich insgesamt, wie auch seine einzelnen Anteile, ein relatives Kontinuum, das durch unsere sprachliche Begriffsbildung häufig in abgegrenztere Einheiten eingeteilt wird als es an sich der Fall ist. Das gilt auch für die Krankheitseinteilungen.  
Das Relative kann dem Absoluten gegenüber an sich nur in einer relativen Opposition stehen. Ebenso können zwei Relativa nur im relativen Gegensatz zueinander stehen. Deshalb besteht kein Dualismus im Sinne einer absoluten Gegensätzlichkeit zwischen Leib und Seele, Gesundheit und Krankheit, Subjekt und Objekt usw. Eine absolute Gegensätzlichkeit und Spaltung besteht nur zwischen +A und −A.   
 Ein besonderer Fall liegt vor, wenn das an sich Relative absolut genommen wird, also eine Fehlverabsolutierung stattgefunden hat. In diesem Falle geht zwar subjektiv die ursprüng-liche Einheit von Absolutem und Relativem verloren und es kommt zu „Spaltungen“ zwischen dem eigentlichen Absoluten und dem verabsolutierten Relativen (fA), aber auch zu einer „Spaltung“ des fA selbst (s.a. Kap. [Spaltungen](#_Zu_Spaltungen)) - obwohl es sich objektiv bzw. aus erstrangiger Sicht gesehen nicht um echte, eigentliche Spaltungen, sondern quasi nur um Einschnitte handelt, deren Teile noch miteinander verbunden sind, auch wenn sie als völlig getrennt und miteinander unvereinbar erlebt werden. Spaltungsphänomene werden oft absolut erlebt, beispielsweise von Menschen bei Trennungen oder intrapsychisch bei schizophrenen Psychosen, aber auch bei vielen anderen psychischen Erkrankungen.

###### 7 Synonyme des Relativen (`2. Einteilungsstufe´)

Parallel zu den 7 Synonymen des Absoluten wären in der 2. Einteilungsstufe der Dimensionen 7 Synonyme des erstrangigen Relativen zu nennen.   
Das Relative ist (im Vergleich zum Absoluten):

1. relativ(er), relationaler  
2. anders, fremd(er)   
3. möglich, uneigentlich(er)   
4. teilweise, uneinheitlich(er)  
5. bedingt   
6. sekundär   
7. abhängiger[[52]](#footnote-52)  
Das Relative (*R*) (vom lat. relatus) ist - substantivisch ausgedrückt - das Abhängige, Bedingte, Nicht-Losgelöste, Angenäherte, Unselbstständige, Untergeordnete, Sich-auf-anderes-Beziehende, Relationale, Je-nach-dem-Standpunkt-Verschiedene und damit ab einem gewissen Punkt auch (relativ) Widersprüchliche, Zwiespältige und Irdische. Es erscheint im Gegensatz zum Absoluten als das Beweisbare.[[53]](#footnote-53)

**Vorschau**: Zum Vergleich wichtigste Charakteristika *zweitrangiger* Relativa (*R* ²), d.h. Relativa, die einem fremden Absoluten (fA) untergeordnet oder selbst verabsolutiert sind. Dabei dominieren die linken, erstgenannten Formen.  
(Siehe auch [`[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´](http://www.neue-psychiatrie.de/gesamt-uebersichtstabelle.docx)  Spalten I und L, Zeilen 1-7. Charakter der fA ebd. Spalte K, Zeilen 1-7.)

1. inadäquat/ hyperabsolutiert/ beziehungslos  
2. fremd/ überidentisch/ identitätslos  
3. irreal/ hyperreal/ wesenlos  
4. gespalten/ einseitig/ entgrenzt  
5. akzidentell/ determiniert/ unbestimmt  
6. zu untergeordnet/ extrem/ folgenlos  
7. zu heteronom/ pseudoautonom/ losgelöst.[[54]](#footnote-54)

Die qualitative Bedeutung der Relativa ist nicht absolut festgelegt, das heißt, im Einzelfall kann etwas, das meist negative Bedeutung hat, positiv wirken und umgekehrt. Das heißt etwa auch: Lügen kann im Einzelfall „richtiger“ sein, als die (relative) Wahrheit zu sagen. Jemanden körperlich zu verletzen oder Schmerzen zuzufügen (z.B. bei einer Operation) ist manchmal sinnvoller, als nicht zu verletzen. Ein symptomatisches Vorgehen kann manchmal sinnvoller sein als ein ursächliches usw. Entscheidend ist die dahinterstehende Grundeinstellung/ Motivation.   
Alles Relative hat so eine relativ positive (+) und eine relativ negative (−) Seite oder mehrere dieser Seiten. Es gibt so im Relativen keinen Vorteil ohne Nachteil und keinen Nachteil ohne Vorteil. Ein rein positives oder rein negatives Relatives gibt es nicht, dann wäre es nicht mehr relativ, sondern absolut. Diese Aussage ist in Bezug auf die seelischen Krankheiten, die ja auch nur Relativa sind, in mehrfacher Hinsicht wichtig. Sie relativiert insbesondere die häufige Auffassung, Krankheiten und ihre Entstehung nur völlig (absolut) negativ und Gesundheit und ihre Entstehung nur ganz positiv zu sehen.|  
Das Relative hat also eine große Spannbreite und lässt sich an sich nicht mit einem Wort fassen (es ist eben nicht das Eindeutige.) Die Redewendungen „Alles (Relative) hat zwei Seiten“ und „Alles hat seine Vor-und Nachteile“ sind bekannt. Bei Aussagen über das Relative stimmen also beide bzw. alle seiner Seiten. (Natürlich können die verschiedenen Seiten unterschiedlich ausgeprägt sein.) Es herrscht ein Sowohl-als-Auch, ein Überwiegen der einen oder anderen Seite - kein (absolutes, höchstens ein relatives) Entweder-Oder.

###### Weiter kurze Systematik|

Rang des Relativen

Wie die Absoluta kann man die Relativa einteilen in:  
• Erstrangige, eigentliche Relativa. Abkzg. *R*¹, d.h. *R* als Teil eines eigentlichen A¹.[[55]](#footnote-55)  
• Zweitrangige, fremde Relativa:  
a) *R* unter der Herrschaft eines fremden Absoluten (fA) oder fremden Nichts (f0). Abkzg. *R*².  
 b) *R* verabsolutiert zu fremdem Absoluten (fA).  
(Im Teil `Metapsychiatrie´ bespreche ich, wie Relatives durch Verabsolutierung zum fA wird.)

Ausrichtung des Relativen

Die 3 Ausrichtungen des *R*: pro,+ / kontra,− / 0.|

Repräsentanzen des Relativen

Das Relative wird repräsentiert von  
a) v.a. Materiellem also Dingen/ Dinglichem. Es existiert also v.a. als `Etwas´ oder `es´.[[56]](#footnote-56) Genauer: Relativ sind von den Differenzierungen her, neben den „Dingen“ vor allem: Materielles, Sachen, Körper, das Funktionale, die Objekte, physikalische Gesetze. Speziell von den Einheiten her: Die Umwelt, die „Welt“, das Irdische, die Körperlichkeit des Menschen, so auch Gesundheit und Krankheit.[[57]](#footnote-57)  
b) relativ Geistigem/ Spirituellem - wie etwa von alltäglichen Haltungen, Meinungen zu irgendeiner Sache.  
  
Die Psyche steht dem Geist näher als der Materie bzw. sie steht zwischen Materie und Geist, ist jedoch dem „absoluten Geist“ gegenüber relativ.   
Der Körper erscheint überwiegend relativ; Er steht dem Absoluten, dem Geistigen weniger nahe, ist aber auch von ihm durchdrungen. Wie *R* gegenüber A relativ ist, so sind auch die Materie, der Leib, das Funktionieren, die Objekte, die Dinge gegenüber dem Geist, dem Leben, den Subjekten, den Personen relativer, bedingter, sekundärer, abhängiger.  
Geschlossen oder offen? Die relativen Systeme sind relativ offen und relativ geschlossen.   
+A ist nur für −A völlig geschlossen, sonst offen.

##### Absolutes und Relatives im Vergleich

Ich möchte die Leser für mögliche Wiederholungen um Entschuldigung bitten, doch ist dieses Thema in Bezug auf die psychischen Erkrankungen wichtig. Ich vergleiche hier erstrangiges Absolutes und Relatives (also A¹ und *R* ¹) - es sei denn, ich kennzeichne es anders.  
  
Das Absolute ist wichtiger als das Relative.[[58]](#footnote-58)  
D.h. das + Geistige, Lebendige und z.T. die Subjekte sind an sich eher absolut, eigentlich, einheitlich, unbedingt, primär und unabhängig und bestimmen das Materielle und sind deshalb wichtiger als dieses. Und umgekehrt:   
Das Materielle, das Funktionale und die Objekte und deren Zusammenhänge sind an sich dem Absoluten gegenüber weniger wichtig, relativ, fremder, uneigentlicher, uneinheitlicher, bedingter, sekundär und abhängig. Sie sind aber nicht abgekoppelt vom Absoluten und Geistigen.  
Da der Mensch sowohl geistige als auch materielle „Anteile“ hat, hat er sowohl die Charakteristika des Absoluten als auch des Relativen. Er wird aber vor allem bestimmt durch seine jeweiligen Absolutheiten.  
Das eigentliche Absolute ist (im Kern) Geist und das von ihm bestimmte Materielle, Irdische ist das Relative, das von dem Absoluten durchdrungen, aber nicht mit ihm völlig identisch ist (nur relativ identisch.)  
- Menschliche Ebene: Eine Parallele ergibt sich auch für den Menschen bezüglich der Wichtigkeit von Geist und Körper. Ein bestimmter Geist wäre dann das Absolute und der Körper vom Geist durchdrungen und von ihm abhängig.  
- Religiöse Ebene: Das hieße auch, dass Gott einerseits das Materielle, Irdische geschaffen hat und durchdringt, aber andererseits mit diesem nicht völlig identisch ist. Und weiter: Gott braucht das Materielle als das Relative nicht unbedingt, aber umgedreht braucht das Relative, das Materielle, Gott unbedingt - es hat aber eine relative Selbstständigkeit.  
Die relativen Bereiche überschneiden sich, das +A und −A nicht.|  
Deshalb ist Relatives immer mehrdeutig (höchstens relativ eindeutig).[[59]](#footnote-59)  
Das Absolute dagegen ist eindeutig. Man kann es allerdings von verschiedenen Seiten aus ansehen, deshalb kann man auch Synonyme bilden. Die *R* ¹- Formen hingegen sind abgestuft und unterschiedlich (*R* ² ist z.T. widersprüchlich).  
 Das Verhältnis von Absolutem und Relativem hat in der Philosophie schon immer eine große Rolle gespielt. So z.B. bei Aristoteles, der die Unterscheidung von `Substanz´ und `Akzidenz´ in die Philosophie eingeführt hat. Er teilt die Uraussageweisen in zehn Kategorien ein. Eine ist die Substanz als Wesen und fundamentale Grundbestimmung, und die anderen neun sind die Akzidenzien: Quantität, Qualität, Relation, Zeitbestimmung, Ortsbestimmung, Tätigkeit, Leiden, Lage und Besitz. Ich sehe in dieser Einteilung eine Parallele zu meiner Einteilung des psychisch Relevanten, insbesondere, weil mit `Substanz´ (von lat. `sub stare´ = darunter stehen) in der ursprünglichen Bedeutung dasjenige gemeint war, das als Grundlage unter den veränderlichen Eigenschaften bzw. Akzidenzien steht und so für etwas Absolutes und die `Akzidenzien´ für Relativa stehen können.[[60]](#footnote-60)

Zuordnung bestimmter absoluter und relativer Aspekte zueinander

(Tab. 4)

|  |  |
| --- | --- |
| Absolutes | Relatives |
| absolut  selbst eigentlich  einheitlich  unbedingt primär unabhängig | relativ anders  möglich teilweise  bedingt  sekundär  abhängig |

Für das +Absolute kann v.a. Gott, Liebe, Selbst, Geist, Leben¹ eingesetzt werden.  
Neben Gott tragen hauptsächlich die Menschen Absolutes in sich. Dabei zeigen vor allem die Begriffe „Person“, „Persönliches“ und „Selbst” besonders gut den absoluten Teil des Menschen. Auch Begriffe wie Geist, Wahrheit, Gerechtigkeit, Würde, Freiheit, Liebe weisen auf das eigentliche Absolute hin.  
Für das Relative kann v.a. eingesetzt werden: Materie, Leib, Ding, Objekt, das Irdische, Funktionieren.|

Einige Fragen bezüglich des Absoluten und Relativen

Wenn das Absolute eine geistige und das Materielle eine relative Dimension hat, so ergeben sich daraus eine Reihe grundsätzlicher Fragen.   
Davon einige, die für unser Thema relevant sind:  
- Die Frage nach dem Primat - Geist oder Materie? Mensch oder Ding? Psyche oder Körper?  
- Bestimmt das Sein das Bewusstsein oder umgekehrt?[[61]](#footnote-61)  
- Die Frage nach der Priorität in der Therapie, primär geistig oder materiell orientiert?  
- Sind die objektiven oder die subjektiven Faktoren im therapeutischen Gespräch wichtiger?  
- Von welchen Menschenbildern gehen Therapeuten und Patienten aus?   
- Wie sehr soll sich der Therapeut mit den Patienten identifizieren?  
- Philosophisch auch die Frage nach der Absolutheit der Naturkonstanten.[[62]](#footnote-62)  
Alle diese Fragen sind letztlich Glaubensfragen, auf die ich im Laufe dieser Arbeit zurückkommen werde.

##### Symbole und Abkürzungen des (eigentlichen) Absoluten und Relativen

A

R

A

R

R

A

R

A

R

A

(Abb. 5) Die Symbolbilder zeigen die Priorität des Absoluten (**A**) gegenüber dem Relativen (*R*):  
Von links nach rechts: Das Absolute ist das Zentrum/ das Übergeordnete/ die Basis/ das Primäre und das Umfassende. Das Relative ist jeweils, parallel dazu, das Periphere/ das Untergeordnete/ der Überbau/ das Sekundäre und das Eingeschränkte bzw. Teil von A. Das Nichts liegt außerhalb von A*R*.|

#### Das Nichts

Das eigentliche Nichts sehe ich als Folge des negativen Absoluten.   
Das fremde, zweitrangige Nichts könnte man als Folge der fA sehen bzw. als eine Kategorie der zweiten Wirklichkeiten. (Siehe auch `[Bildung des Nichts](#_Bildung_des_Nichts_1)´.)

###### Begriffe für das Nichts

Nomen: Das Nichts, Leere, Lücke, Öde.  
Verben: vernichten, negieren, liquidieren, abschaffen, ausrotten, beseitigen, zerstören.  
Adjektive/ Adverbien: nichts, null, nichtig, negiert, wertlos, bedeutungslos, überflüssig, nie, niemals kein, leer.  
Numeralien: zero, null, 0.   
Suffixe/ Präfixe: los: wie grundlos, gegenstandslos, haltlos <23 Asp.  
 un…: wie unbedeutend, unklar…<23 Asp.  
 a…: wie anonym …<23 Asp.

###### Arten des Nichts

• Vom Rang her:  
 1. erstrangiges, primäres bzw. absolutes Nichts = Nichts¹.  
 2. zweitrangiges, d.h. fremdes Nichts² = f0 (in dieser Arbeit oft auch nur `Nichts´ bzw. 0 genannt).  
zu 1. Wie erwähnt, ist es eine alte Frage, ob es das eigentliche Nichts (= Nichts¹) gibt.   
Wenn, dann ist es m.E. eine Folge des −A. Man kann sagen, dass in der erstrangigen +Welt ein eigentliches Nichts nicht existiert.   
zu 2. Das fremde Nichts spielt im Zusammenhang mit den psychischen Erkrankungen eine wesentliche Rolle. Es existiert nur in den zweitrangigen Wirklichkeiten und hat noch eine „Substanz“/ Repräsentanz, die dieses Nichts kennzeichnet.   
Es ist ein subjektiv empfundenes scheinabsolutes Nichts, etwa in Form des horror vacui oder ähnlicher Empfindungen der Leere.| In den zweitrangigen Wirklichkeiten steht dieses Nichts² dem Alles² konträr gegenüber (Alles-oder-Nichts-Situationen) und spielt dort eine wichtige Rolle. (Dazu später mehr.)  
 • Von der Ausrichtung her:  
Wenn es ein erstrangiges, eigentliches Nichts geben sollte, dann kann es nicht positiv oder negativ, sondern nur nichtig sein.   
Ich unterscheide aber zweitrangiges positives, negatives und neutrales Nichts. z.B.   
+0: belle indifference, Nirwana, Gleichgewicht, Neutralisierung.  
–0: Horror vacui, Leere, Tod, Ausgebranntsein.   
o0: neutrale Leere, wie etwa Langeweile.|

### 

### Psychisch relevante Einheiten/ Systeme

Ich behandele hier die pr `Einheiten´ als Teil der `Differenzierungen´ extra, weil personale Einheiten als `primäre Subjekte´ fungieren können und dann eine besondere Rolle spielen.

###### Begriffe/ Definitionen

Hinweis: Die Begriffe `System´, `Einheit´, `Wirklichkeitsformen´ verwende ich in dieser Arbeit synonym. Abkürzung: System, Einheit, Wirklichkeitsformen = Ʃ.   
 **„System** kann man definieren als „Konkretes oder ideelles Ganzes, dessen Teile strukturell oder funktional miteinander in Beziehung stehen.“[[63]](#footnote-63)  
Ein `psychisch relevantes System´ würde ich definieren als einen Zusammenschluss von pr Relativa durch ein oder mehrere Absolutheiten. D.h. jedes pr System besteht aus Absolutem und untergeordnetem Relativen.|  
Unter `**personalen Einheiten** ´verstehe ich Seinsformen, die ein eigenes, primäres Absolutes besitzen - also vor allem Personen, aber auch Gott.   
  
Von den Dimensionen her hat ein pr System/ Einheit einen Absolut- und einen Relativbereich. Im Absolut-bereich befinden sich ein oder mehrere Absoluta. Handelt es sich um ein erstrangiges pr System, dann besitzt es nur ein einziges eigentliches Absolutes. Handelt es sich um einen fremdes bzw. zweitrangiges pr System, dann besitzt es mindestens zwei, sonst mehrere oder gar viele fremde Absoluta.|

###### Kurze Systematik

Alle pr Systeme/Einheiten kann man weiter betrachten:  
- nach ihren Arten und Repräsentanzen  
- nach ihren Dimensionsbereichen: absolut oder relativ bzw. den 7 synonymen   
 Dimensionsaspekten  
- nach deren Rang: erstrangige und zweitrangige  
- nach deren Ausrichtung: pro oder kontra bzw. + oder −  
- nach ihren Differenzierungen.

• Arten

Ich unterscheide folgende pr Systeme/ Einheiten, die ich im speziellen Teil näher bespreche.   
(Dabei habe ich jeweils zuerst absolute(re), dann relative genannt):  
1. Alles - Einiges 2. Gott - Welt 3. Personen - Dinge 4. Ich - Andere(s) 5. pers. Geist - Seele, Körper.

• Dimensionsbereiche der Einheiten und einiger anderer Aspekte

Man kann allen pr Einheiten wie allen pr Aspekten eine absolute und relative Dimension zuschreiben.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ABSOLUTBEREICH**    absolut selbst, identisch eigentlich einheitlich, ganz unbedingt, ewig primär unabhängig | ALLES GOTT, WELT PERSONEN ICH GEIST, SEELE, KÖRPER  SEIN LEBEN QUALITÄTEN SUBJ. / OBJEKT (Zusammenhänge)  Einzelaspekte  z.B. MORAL BESITZ FÄHIGKEITEN | **RELATIVBEREICH**    relativ anders möglich teilweise bedingt sekundär abhängig |

|  |
| --- |
| Abb. 6 zeigt in der Mitte 5 (erstrangige) pr Einheiten, 4 Hauptaspekte und 3 Einzelaspekte mit ihren absoluten (links) oder relativen (rechts) Dimensionen. Diese haben jeweils einen absoluten und einen relativen Anteil. Insofern lassen sie sich einzeln oder in Kombination (wenn sie durch 1 Absolutes vereint werden) auch als einzelne pr Systeme oder Subsysteme verstehen. In ihren absoluten Anteilen (links) bilden alle Aspekte eine vielfältige Einheit, die im positiven Sinn etwa mit den Begriffen Liebe oder Gott umschrieben werden kann. D.h. absolutes Sein, absolutes Leben, absolute Moral, absolute Freiheit, absolute Unabhängigkeit usw. kann man in der Liebe/ Gott finden. Wenn wir das +Absolute als vielfältige Einheit sehen, dann wird deutlich, dass Änderungen im Absolutbereich auch Änderungen über alle Differenzierungsaspekte hinweg nach sich ziehen. |

• Einheiten bezüglich ihres Ranges

Ich unterscheide:  
1. erstrangige Einheiten, Systeme, Wirklichkeitsformen = Ʃ¹.  
2. zweitrangige Einheiten, Systeme, Wirklichkeitsformen = Ʃ².  
Sonst: das Nichts  
Zu 1. Das Kennzeichen der erstrangigen Einheiten, Systeme, Wirklichkeiten ist, dass sie A¹-bestimmt sind.[[64]](#footnote-64)  
Zu 2. Zweitrangige Einheiten gibt es fast unendlich viele. So viele, wie es fremde Absoluta (fA) gibt. Sie sind den erstrangigen Einheiten ähnlich. Auch sie haben Absolut- und Relativbereiche. Allerdings herrschen in ihnen besondere Gesetzmäßigkeiten, die für das Verständnis der psychischen Krankheiten wichtig sind. Die zweit-rangigen Einheiten sind fremder, uneigentlicher, uneinheitlicher, bedingter und abhängig. Sie entstehen dadurch, dass Relativa absolut genommen werden und als fA anderes Relatives an sich binden und so die zweitrangigen Wirklichkeiten bilden.|  
Die Welt, in der wir leben, ist vor allem die der vielen zweitrangigen Wirklichkeiten, die die erstrangige +Wirklichkeit überlagern, aber nie ganz zum Verschwinden bringen können. Sie werden im Kapitel Metapsychiatrie näher besprochen.  
Der Charakter des Absoluten, das eine Einheit/ System bestimmt, entscheidet darüber, was in dem System stattfindet. Erstrangige Einheiten/ Systeme reagieren erstrangig - fA-bestimmte Einheiten/ Systeme dagegen reagieren nach fremden, zweitrangigen Kriterien.  
Beispiel: Eine Person oder eine Gruppe von Menschen, die von einem +A¹ (z.B. von der Liebe) bestimmt wird oder eine Person oder eine Gruppe, die von einem fA (etwa von Macht) beherrscht wird, werden unterschied-lich reagieren: erst- oder zweitrangig.  
So wie jedes einzelne System durch sein bzw. seine Absoluta bestimmt wird, so wird auch das Verhältnis zwischen verschiedenen Einheiten/ Systemen durch deren Absolutheiten bestimmt.|

• Einheiten bezüglich ihrer Ausrichtung

Alle Einheiten, Systeme oder andere Wirklichkeitsformen können positiv, negativ oder null oder gemischt ausgerichtet sein. Bei allen unseren Wirklichkeiten, Welten, so auch bei uns Menschen bestehen die verschiedensten Ausrichtungen nebeneinander. Typisch für die zweitrangigen Einheiten, Systeme, Wirklichkeiten sind deren Ambivalenzen und Widersprüchlichkeiten und krankmachende Potenz.

###### Welt, Personen, Ich (WPI) wie sie sind

Welt, Personen, Ich bestehen aus einer erstrangigen Wirklichkeit und vielen zweitrangigen Wirklichkeiten.[[65]](#footnote-65)  
Ob unsere Welt „die beste aller möglichen Welten“ ist, wie Leibniz meinte oder ob man, wie Schopenhauer (und Buddha), vom „Jammer des Lebens“ ergriffen wird, ob der Mensch gut oder schlecht ist - die Meinungen der Philosophen gehen weit auseinander. Ich denke, die ganze Bandbreite, die vom +A bis zum −A reicht, ist vertreten, wobei das Meiste wohl zwischen beiden Extremen liegt. Wir leben in einer Art Zwischenwelt zwischen Himmel und Hölle, die sich mal mehr zu der einen, mal mehr zu der anderen Seite neigt, eine Welt, die, wie wir selbst, immer erlösungsbedürftig bleibt.   
(Siehe auch Kapitel: „[Das Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten](#_Das_Nebeneinander_verschiedener_1)“).

### Zusammenhänge in psychisch relevanten Wirklichkeiten

„Dass ich erkenne, was die Welt  
im Innersten zusammenhält“. Goethe, Faust.

###### Allgemein

Gemeinsam ist für alle pr Wirklichkeiten (W)/ Systeme (Ʃ), dass sie letztlich durch irgendein Absolutes (A oder fA) bestimmt sind.[[66]](#footnote-66)|  
Näheres zum Zusammenhang von Absolutem und Relativem (und Nichts) siehe ungekürzte Fassung.

###### Zusammenhang zwischen absolutem Geist, Ideen und Materie

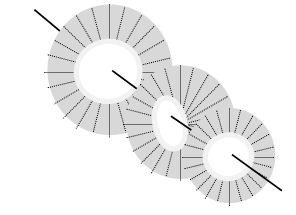
Hypothesen:   
Der absolute Geist ist stärker als die Ideen und diese sind stärker als die Materie.   
Der (absolute) Geist durchdringt/ beeinflusst alles, also Ideen und Materie (außer −A).   
Die Ideen¹ durchdringen die Materie, aber nicht den Geist, sind aber ein Teil von diesem.   
Die Materie durchdringt weder den Geist¹ noch die Ideen¹, hat aber Anteil an diesen.   
Analog dazu die [Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist](#_Zusammenhänge_zwischen_Körper,) (s. dort).    
  
 Hypothesen in Bezug auf Gott („Gegenprobe“):   
Gott durchdringt/ beeinflusst alles, d.h. alle Ideen und alle Materie (außer das −A und die personale Absoluteinstellung´). Er ist aber nicht mit diesen identisch und diese bestimmen ihn nicht.   
Gott durchdringt/ beeinflusst den Menschen, bestimmt ihn aber nicht, denn der Mensch kann sich auch von fA oder −A bestimmen lassen.  
Aber auch: Nicht alle Menschen, nicht der gesamte Mensch sind von Gott total durchdrungen.   
Der Mensch kann Gott in dessen relativen Bereichen beeinflussen, aber nicht in seinem absoluten Bereich.   
Die Materie durchdringt weder Gott und noch die eigentlichen Ideen, hat aber Anteil an diesen.

###### Zusammenspiel allgemeiner Sprachformen und pr Differenzierungen

Ich beschränke mich hier auf die 4 Hauptaspekte der Differenzierung: Sein, Leben, Qualitäten und ihre Zusammenhänge. (Für die 23 Einzelaspekte der Differenzierung gilt Gleiches.) Außerdem will ich hier nur einige wichtige Grundlagen darstellen, da im Teil Metapsychiatrie ausführlicher darüber berichtet wird.  
   
 Die Hypothese lautet: Sein, Leben und deren Qualitäten hängen prinzipiell so zusammen, wie in einem Satz die Substantive, Verben und Adjektive (die diese repräsentieren) zusammenhängen.   
Das Sein bestimmt das Leben mit und das Leben bestimmt das Sein mit. Wie die Qualität des Seins ist, wird das die Qualität des Lebens mitbestimmen und wie die Qualität des Lebens ist, wird das die Qualität des Seins mitbestimmen. Von der Syntax her kann man formulieren: Das Subjekt bestimmt das Prädikat mit und das Prädikat bestimmt das Subjekt mit, bzw. die Qualität des Subjektes bestimmt das Prädikat mit und die Qualität des Prädikats bestimmt das Subjekt mit.   
Ob diese Wechselwirkungen dieser Repräsentanten der Sprache bzw. des Seins aber absolute oder relative oder keine Bedeutung haben, darüber geben sie, für sich genommen, keine Auskunft. Man kann auch sagen, die Zusammenhänge zwischen den genannten Hauptrepräsentanten sind für sich genommen nur relativ.   
Für die Beantwortung dieser Frage bedarf es der näheren Beachtung des dimensionalen Bereichs.   
D.h. wie Sein- und Lebensformen miteinander zusammenhängen, hängt von dem sie bestimmenden Absoluta ab. Diesem kommt meiner Meinung nach entscheidende Bedeutung zu.  
 Nicht immer wird uns durch die Sprache (aber auch durch unsere Gedanken oder unser Bewusstsein) also deutlich, ob sich das Zusammenspiel der Repräsentanten auf einer relativen oder absoluten Ebene abspielt. Wenn wir etwa feststellen: „Peter leidet unter dem Verlust seiner Arbeitsstelle“, so wird nicht deutlich, ob Peter dem Verlust seiner Arbeitsstelle eine relative Bedeutung gibt oder eine absolute - also eine, die ihn in seinem Selbst, also etwa in seiner Persönlichkeit, seiner Identität, in seinen geistigen Grundlagen getroffen hat oder nicht. Für das Verständnis der Entstehung seelischer Krankheiten ist das jedoch ausschlaggebend, weil vor allem das krank macht, was uns im Kern trifft, also absolute Bedeutung für uns hat.   
 Man kann auch sagen, selbst die Sprache, wie auch der Verstand, kann das geistig-seelische Bedeutsame zwar sehr differenziert, letztlich aber nicht eindeutig erfassen. Schon Rilke bedauerte, „dass wir nicht sehr verlässlich zuhause sind in der gedeuteten Welt.“ Andererseits wird durch fast kein anderes Medium wie durch die Sprache, so offenbar, wes „Geistes Kind“ die Person bzw. das System ist. Man denke etwa an die Sprache in totalitären Staaten.[[67]](#footnote-67)| Deshalb suchen Menschen schon seit Urzeiten nach diesem Übergreifenden, Eigentlichen, dem erlösenden Absoluten, dem Urgrund - wie man es auch nennen mag. Ist es die Kunst? Die Musik? Das Mystische? Findet man es im Humanismus, in der Philosophie, in der Religion, im Fortschritt, in der guten Tat, in seinen Mitmenschen, in der Liebe - die Reihe ist endlos. Heißt es das `Ur´, Gott, o.ä.?[[68]](#footnote-68)|

###### Zusammenhang verschiedener pr Einheiten

Auch der Zusammenhang verschiedener pr Einheiten wird durch deren Absolutheiten bestimmt. Er folgt bestimmten Grundmustern, die im Kapitel Metapsychiatrie näher besprochen werden sollen. ( → [Allgemeine Dynamik](#_Allgemeine_Dynamik)).  
Wir sehen, dass kleinere pr Einheiten in größere eingebettet sind. Typisch dafür ist die Einbettung des Individuums in eine Gruppe. Diese wiederum ist eingebettet in eine Gemeinschaft, diese in einen Staat, dieser in die gegenwärtige Menschheit, diese in die Menschheit insgesamt, die Menschheit in den Kosmos usw.   
Haben unterschiedliche pr System gemeinsame Absolutheiten, dann sind sie durch diese wie durch ein gemeinsames geistiges Band (common sense, Zeitgeist o.ä.) miteinander verbunden. Sie bilden dann größere gemeinsame geistige Systeme (geistige Gemeinschaften, Interessengruppen, Parteien o.ä.), die auch namenlos sein können. Haben diese Verbände ein eigentliches positives Absolutes, dann können sie andere pr Einheiten gut integrieren. Werden sie aber von fremden Absolutheiten beherrscht, dann werden sie spätestens zu dem Zeitpunkt an intolerant und totalitär, an dem ihr eigenes Absolutes infrage gesetzt wird. Sie fühlen sich dann existenziell bedroht und bekämpfen andere pr Einheiten bis aufs Blut, es sei denn, dass sich diese unterordnen. Konträr sich gegenüberstehende Gesellschaftsordnungen oder gegeneinander Krieg führende Staaten sind dafür typische Beispiele.  
Zwischen den verschiedenen pr Einheiten besteht häufig eine Wechselwirkung. Häufig bestimmen die größeren Einheiten die kleineren. D.h. etwa die Gesellschaft bestimmt eher das Individuum, als dieses die Gesellschaft. Dennoch kann auch das Letztere der Fall sein. Im Gegensatz zu anderen Einheiten, die mehr oder weniger automatisch ablaufen bzw. automatischen Gesetzmäßigkeiten folgen, hat der Mensch in Bezug auf sein Absolutes Wahlmöglichkeit d.h. er kann die Richtung des Systems mitbestimmen.

  
  
Diese Abbildung (Abb. 7) soll zeigen, wie verschiedene Systeme durch einen gleichen Absolutbereich   
(`geistiges Band´) miteinander verbunden sein können.

## Einzelne metapsychologische Themen

Ich behandele hier vor allem Themen der `2. Einteilungsstufe´. Ich versuche insbesondere Antworten auf die Fragen zu finden: Was ist Wirklichkeit, Wahrheit, Freiheit, das Selbst, das Leben, das Ich usw.? Gibt es nur eine Wirklichkeit, nur eine Wahrheit, nur eine Freiheit, nur ein Ich, nur ein Selbst usw. oder viele - also viele Wirklichkeiten, viele Wahrheiten, viele Freiheiten, viele Ichs, viele Selbsts usw.? Und, wenn ja, welches sind diese?

###### Hypothesen

Ich unterscheide in diesem Kapitel zwischen absoluten und relativen pr Formen und zwischen erstrangigen¹ (eigentlichen) und zweitrangigen² (fremden) pr Formen. [[69]](#footnote-69)   
So gibt es:  
• bei den erstrangigen Formen nur eine +absolute (göttliche/ himmlische), die viele relative Formen umfasst,[[70]](#footnote-70)  
• bei den zweitrangigen, fremden Formen viele fremd-absolute und -relative Formen.   
 [Dabei sind die fremdabsoluten Formen in zwei gegensätzliche und einen Null-Anteil gespalten.]   
  
Ich unterscheide also ein erstrangiges Absolutes (+A), das mit seinen Relativa (*R*¹) eine vielfältige Einheit bildet  
- und viele zweitrangige, fremde Absolutheiten (fA) mit vielen zweitrangigen, fremden Relativa (*R*²).  
Das +A kompensiert und umfasst auch alle fA aus einer erstrangigen Metaposition (siehe unten).   
Wenn P aber einem +fA den Vorrang gegenüber dem +A gibt, wird sie nur Relatives bzw. Scheinabsolutes statt eigentliches Absolutes in Form von Liebe/ Freiheit/ Identität usw. wahrnehmen, obwohl P nach wie vor unbedingt geliebt/ frei/ identisch usw. ist. [[71]](#footnote-71) |

### Zu Dimensionen

Im Folgenden sind die 7 Dimensionsaspekte der Reihe nach in substantivierter Form aufgeführt (2. Dimensionsstufe).   
Was für das Verhältnis von +A und den fA allgemein gilt, gilt auch für deren Synonyme - also für erst- oder zweitrangige Identität (a2), erst- oder zweitrangiges Eigentliches, Wahres (a3), erst- oder zweitrangige Einheiten (a4), erst- oder zweitrangiges Unbedingtes, Sicheres (a5), erst- oder zweitrangige Ursachen (a6) und erst- oder zweitrangige Autonomie und Freiheit (a7), die ich im Folgenden näher bespreche. Ich nenne bei jedem Aspekt einen `Meta´-begriff. Damit will ich deutlich machen, dass diese erstrangige Metaposition am höchsten steht und alles Relative mit umfasst und stärker ist als alle fAs, die aus dieser Sicht nur eine relative Bedeutung haben.

##### Zu Lösungen (a1)

Absolutes und Relatives wurde oben bei `Hypothesen´ und als allgemeine `Leitbegriffe´ im Kapitel `Dimensionen´ (1. Stufe) abgehandelt.

Inbezug auf ihre (Haupt?)-Funktion kann man sagen:

• Es gibt eine erstrangige absolute Lösung (= Erlösung) und viele erstrangige relative Lösungen.  
• Im Unterschied dazu gibt es viele zweitrangige Lösungen: zweitrangig (pseudo-) absolut, wenn eine an sich relative Lösung verabsolutiert wurde oder zweitrangig relativ, wenn aus einer pseudoabsoluten Lösung andere Lösungen abgeleitet wurden.   
(Genaueres siehe [Lösungen](#_Lösungen) im Teil Metapsychotherapie).

##### Identität, Selbst (a2)

Identität wird als „Wesensgleichheit“ oder als die „innere Einheit der Person“ verstanden.[[72]](#footnote-72)  
Ich unterscheide erstrangige, eigentliche Identität von zweitrangigen, fremden Identitäten:  
• Die erstrangige, eigentliche, Identität umfasst alle möglichen relativen Identitäten, egal ob positive oder negative. Persönlich halte ich die Identitäten, die wir uns selbst geben, wie etwa die des „guten Menschen“ oder die unserer Profession oder unseres Status nicht für die absolute Identität, sondern für relative bzw. attributive Identitäten. Die stärkste bzw. höchste Identität, ist die, so glaube ich, die Gott uns zuspricht, nämlich die der Gotteseben-bildlichkeit, die auch dann nicht verloren geht, wenn wir den eigenen Vorstellungen unserer Identität nicht entsprechen (Theomorphismus). Sie repräsentiert sich personell als positives Selbst. Sie integriert auch unsere fremden, zweitrangigen Identitäten. D.h. ich darf mich immer mit mir identisch fühlen, auch wenn ich mir selbst bzw. aus relativer oder zweitrangiger Sicht fremd bin. Aus dieser Perspektive wird mir (von Gott / der Liebe) trotz aller Verfremdung eine prinzipielle, unzerstörbare Identität zugesprochen.  
Man kann diese Identität auch `Meta-Identität´ nennen, weil sie über allen anderen relativen oder fremden Identitäten steht und diese relativiert. [[73]](#footnote-73)  
• Im Unterschied dazu gibt es viele fremde, zweitrangige, (schein)absolute Identitäten.   
Diese haben einen überidentischen und einen gegensätzlichen, völlig fremden und einen Null-Anteil. Sie sind auf bestimmte Identitäten festgelegt und schließen andere, meist negative, aus. In diesem Falle hat der Betroffene entweder das Gefühl einer fremden oder gar unannehmbaren Identität oder Hyperidentität oder keiner Identität.  
Beispiel: Wenn die Rolle des Psychotherapeuten für mich eine unbedingte Identität darstellt, dann empfinde ich deren Verlust als Verlust meiner Identität und eine andere Rolle als fremde Identität.  
Auch relativistische Überidentifizierungen führen zu fremder oder keiner eigentlichen Identität. So, wenn etwa, von soziologischer Seite ausgesagt wird: `Die Struktur der vollständigen Identität ist eine Spiegelung des vollständigen gesellschaftlichen Prozesses.´[[74]](#footnote-74) In die gleiche Richtung gehen auch die Definitionen des Selbst von Kernberg und anderen (s. später).   
 Es ist wohl gut, die o.g. Attribute (Beruf, Nationalität...) als zu sich gehörig zu sehen. Stärker aber ist die in der Tiefe existierende primäre Identität, die mich immer Ich-selbst sein lässt. Man kann auch sagen, es ist nicht verkehrt, sich auch über Relatives zu bestimmen, sind diese relativen Identitäten jedoch nicht eingebettet in eine tiefere, absolute Identität, so gewinnen sie selbst Absolutheitscharakter und der Betreffende ist dann mit vielen teilweise widersprüchlichen und nicht mehr zu integrierenden Identitäten konfrontiert.|  
Ist das nicht eines der Hauptprobleme unserer Patienten, dass diese unerschütterliche und freie Identität eingeschränkt und an irgendwelche Vorbedingungen gebunden wurde, so dass wir uns auch nur dann wohl und uns mit uns identisch fühlen, wenn diese verinnerlichten Selbstrepräsentanzen dies auch bestätigten? Ist es nicht offensichtlich, wie angreifbar, vulnerabel, labil, fragwürdig und potenziell krankmachend ein solches Menschenbild ist? Aber wir brauchen eine unzerstörbare Identität.   
(→ `[Selbst - das personale Absolute](#_Selbst_-_das)´,`[Individuation](#_Individuation)´,`[a2 Identität und Andersartigkeit](#_a2_Identität_und)´,`[Störung der Identität der Person](#_a2_Störung_der)´).

##### Wahrheit (a3)

„Denn je höher eine Wahrheit ist, von desto höherer Warte   
 musst du Ausschau halten, um sie zu begreifen.“ (Antoine de Saint-Exupéry)

Es gibt, so glaube ich, verschiedene „Wahrheiten“. Ich unterscheide eine erstrangige, eigentliche Wahrheit von zweitrangigen, fremden „Wahrheiten“.   
• Die erstrangige, eigentliche, Wahrheit umfasst auch alle möglichen relativen Wahrheiten.   
Die erstrangige, eigentliche Wahrheit ist ein Ganzes mit vielfältigen relativen Wahrheitsanteilen bzw. „Unter-Wahrheiten“. Dazu zähle ich auch Logik und Richtigkeit. Weiter: Zu jeder relativ wahren Aussage gibt es, zumindest eine relativ gegenteilige Aussage, die auch relativ wahr ist.[[75]](#footnote-75) Beide „Wahrheiten“ wären also weder absolut wahr noch absolut unwahr.[[76]](#footnote-76) Diese relativen Wahrheiten können für sich allein stehend nicht in Anspruch nehmen, absolut wahr zu sein, sondern sie erhalten ihre Wahrheit nur durch ein übergeordnetes eigentliches Absolutes. Wird dieses eigentliche Absolute, das den Mittelpunkt für ein eigentliches Bezugssystem bildet, nicht beachtet und relative Wahrheiten isoliert betrachtet und verabsolutiert, also quasi jenseits dieses eigentlichen Bezugssystems behandelt, so entstehen zweitrangige „Wahrheiten“, vor allem „Verrücktheiten“ und Paradoxien u.a. - Formen, die für die psychischen Krankheiten typisch sind.   
Die erstrangige Wahrheit schließt nicht nur objektive, sondern auch subjektive Wahrheiten mit ein. Man könnte sie `Meta-Wahrheit´ nennen.  
Auch: Objektivität wird dann am stärksten und am wahrsten sein, wenn sie nicht nur reine (sterile) Objektivität sein will, sondern Relativität und Subjektivität mit einbezieht. Und Subjektivität wird dann am stärksten und am wahrsten sein, wenn sie Objektivität mit einbezieht. Die erstrangige Wahrheit ist stärker als alle zweitrangigen, fremden „Wahrheiten“ und kann diese kompensieren.  
• Im Falle von zweitrangigen, fremden oder uneigentlichen „Wahrheiten“ wird eine relative Wahrheit zur absoluten Wahrheit und das relative Gegenteil zum absoluten Gegenteil gemacht. Es gibt dann nur absolut wahr oder absolut unwahr, richtig oder falsch, schwarz oder weiß usw. Das, was jemand verabsolutiert hat, wird auch das bestimmen, was er für wahr und richtig hält. So wird ein Kapitalist das für wahr halten, was sein Kapital vermehrt oder ein Moralist, das was der Moral dient usw.  
Auch: Wird eine (relative) Wahrheit übertrieben, entsteht eine relative Unwahrheit.   
  
Wie bei den Wahrheiten, so hängen also auch die verschiedenen Wirklichkeiten von einem Absoluten ab, dem sie untergeordnet sind und das über deren Erst- oder Zweitrangigkeit entscheidet. Diese Aussagen stimmen mit der Erkenntnis der modernen Logik überein,   
z.B. dass hinreichend starke widerspruchsfreie Systeme ihre eigene Widerspruchsfreiheit nicht beweisen können. = Gödel´sches Unentscheidbarkeitstheorem.[[77]](#footnote-77)

###### Wahrheit und Richtigkeit

Wahrheit ist stärker als Richtigkeit, denn letztere ist oft „nur von kurzer Lebensdauer“.   
 (Peter Bamm)  
  
Von der Wahrheit ist die `Richtigkeit´ zu unterscheiden.[[78]](#footnote-78) Wahrheit ist ein wichtiges Thema der Philosophie, Richtigkeit das der Wissenschaften. An die Wahrheit glaubt man, das Richtige erkennt man durch den Verstand. Wahrheit erfasst vor allem das Wesen, Richtigkeit die Sache an sich. [[79]](#footnote-79) Wahrheit ist glaubwürdig, das Richtige ist beweisbar, aber das Glaubwürdige ist stärker als das Beweisbare. „Die Würde des Menschen ist unantastbar“ u.ä. Aussagen sind für mich Wahrheiten. Man kann aber nicht beweisen, dass sie richtig sind.  
Obwohl Wahrheit oft definiert wird als Übereinstimmung von Realität und Verstand ("Veritas est adaequatio rei et intellectus") sehe ich keine Übereinstimmung, denn Realität ist nur teilweise logisch erfassbar.   
Die Richtigkeit sollte eingebettet sein in die Wahrheit und die Suche nach Wahrheit nicht unabhängig von der Suche nach dem Richtigen sein. Mir erscheint Richtigkeit als eine Art von relativer Wahrheit.

##### Einheit (a4)

Ich unterscheide erstrangige, eigentliche Einheit von zweitrangigen, fremden „Einheiten“.  
• Die erstrangige, eigentliche Einheit kann absolut oder relativ sein.   
Es gibt nur eine erstrangige absolute Einheit, in die alle relativen Einheiten eingebettet sind.   
Ich persönlich sehe in der Einheit von uns Menschen mit dem uns unbedingt liebenden Gott eine absolute Einheit, in die alles (positive oder negative) Relative, so auch alle Spaltungen oder Abspaltungen, eingebettet sind. Von dieser Einstellung her kann uns nichts von Gott trennen und ebenso können in uns oder zwischen uns Menschen keine absoluten Spaltungen entstehen,[[80]](#footnote-80) sondern wir sind in dieser Einheit immer aufgehoben und geborgen. Ich halte diese Einstellung deshalb auch für die stärkste Kraft gegen jedwede psychopathologische Spaltung, denn jede Gesellschaft und jedes Individuum neigt dazu, Negatives abzuspalten und unsere menschlichen Kräfte reichen oft nicht aus, diese Spaltungen zu überwinden.  
Die erstrangige, eigentliche Einheit stellt eine Art `Meta-Einheit’ dar. (S.a. in `Meta-Psychotherapie´).  
• Im Unterschied dazu gibt es viele zweitrangige, fremde „Einheiten“, die duch fremde Absolutheiten (= `[Es](#_3._Es_-)´) bestimmt sind. Diese Es und die von ihnen Einheiten sind in sich widersprüchlich (→ [Das Es als neunseitige Triade](#_Zusammenfassung:_Es_als), `[Störung der Einheit der Person](#_a4_Störung_der)´), sie haben eine widersprüchliche Dynamik und sind bei allen psychischen Krankheiten zu finden (z.B. bei [Schizophrenie](#_Schizophrene_Symptome_und)).

##### Sicherheit (a5)

Ich unterscheide erstrangige, eigentliche Sicherheit von zweitrangigen, fremden Sicherheiten.   
• Die erstrangige, eigentliche, Sicherheit kann absolut oder relativ sein. Es gibt nur eine erstrangige absolute Sicherheit mit vielen erstrangigen relativen Sicherheitsformen. Man kann von einer Art Meta-Sicherheit sprechen, weil sie über allen relativen Sicherheiten oder Unsicherheiten steht und diese kompensiert.   
D.h. der Betreffende kann sich trotz aller Unsicherheiten wie auf einer „höheren Ebene“ noch sicher fühlen.  
• Im Unterschied dazu gibt es viele zweitrangige fremd-absolute und -relative Sicherheiten. Die fremd-absoluten haben eine „übersichere“, eine gegensätzliche zu unsichere und eine Null-Variante.   
Beispiel: Irgendetwas kann einem Menschen ein absolutes Sicherheitsgefühl vermitteln: Etwa absolut sicher zu sein, dieses oder jenes Ziel erreichen zu können o.ä. Werden diese Gewissheiten jedoch in Frage gestellt oder gehen sie verloren, so kippt die „Übersicherheit“ schnell in eine zu große Unsicherheit - also in ihr Gegenteil - um. Die Zwischentöne fehlen. Es fehlt auch das Gefühl für andere Sicherheiten (Null-Anteil).  
(→´[Störung der Sicherheit und Freiheit der Person](#_a5_Störung_der)´).

##### Ursachen und Folgen (a6)

Ich unterscheide:   
a) erstrangige, eigentliche Ursachen („Eigenursachen“), die primär und absolut („Primärursachen“) oder sekundär und relativ („Sekundärursachen“) sein können.   
b) zweitrangige, fremde Ursachen („Fremdursachen“), die (schein)primär und (schein)absolut - also von fA oder sekundär aus deren Relativbereich (*R*²) stammen.   
Genauer:   
• zu a) Bei den „Eigenursachen“ kann man sich also eine erstrangige, eigentliche „Primärursache“ mit vielen „Sekundärursachen“ denken. Ich persönlich sehe die erste eigentliche „primäre Ursache“ im Absoluten. Positiv: in Gottes unbedingter Liebe zu den Menschen. Eine zweite eigentliche primäre Ursache entspricht etwa der absoluten Grundausrichtung einer Person, die wiederum Grundlage für mannigfaltige „Sekundärursachen“ sein kann.  
Man kann sagen, dass Gott alle anderen Verursachungen unsererseits, vor allem die negativen, relativiert. Deshalb müssen wir keine Angst haben, dass das, was wir falsch machen, unverzeihbar ist. In diesem Sinne könnten wir völlig frei leben. So könnte die Grundausrichtung einer Person lauten: „Ich will das Gute“ bzw. „Ich will Gott“ („Primärursache“) und diese Grundausrichtung könnte wiederum Grundlage für vielfältige Sekundärursachen und -handlungen werden, ohne dass diese selbst gut sein müssten.   
Die Primärursachen sind unabhängig, denn sie stammen aus dem Absolutbereich, dem Selbst, eines personalen Subjekts. Die primären Ursachen sind also letztlich geistiger Natur. Weil die primären Ursachen immer dem Absolutbereich entstammen, sind sie auch nicht direkt beweisbar. Auch deshalb wäre es unsinnig, wollte man jedes psychopathologische Geschehen bis auf seine letzten Ursachen hin erhellen wollen. Man hätte in diesem Falle endlose kausale Ketten.   
Beispiel: Ein Raucher bekommt Lungenkrebs. Was aber sind die Ursachen seines Rauchens? Vielleicht innere Leere. Was aber sind die Ursachen dieser inneren Leere? Süchtig machende Einstellungen, die der Betreffende von seinen Eltern übernommen hat? Und, wenn ja, wo haben die Eltern diese Einstellungen her? Von der Gesellschaft? Oder wiederum von ihren Eltern? usw. usf. Endlosketten also, an deren Anfang aber je primäre Ursachen stehen, v.a. freie Entscheidungen von Menschen.   
Für unser Thema ist jedoch wichtig, dass Betroffene sich nicht nur als Opfer komplexer Bedingungszusammen-hänge sehen, sondern auch als diejenigen, die primär und völlig unabhängig neues Positives ins „System“ einbringen können.   
• zu b) Sekundäre (relative) Ursachen können eine scheinabsolute Bedeutung gewinnen und werden dann zu zweitrangigen, fremden Ursachen. Diesen zweitrangigen „Fremdursachen“ entsprechen Ursachen für Verhalten, Empfindungen o.ä., die oft der eigentlichen Grundhaltung der Person nicht entsprechen, sondern aus einer Fremdbestimmtheit stammen, also Produkt der `Es´ sind. Diese Es haben zwei oder drei gegensätzliche Anteile (Alles und Nichts) oder (Pro-fA, Kontra-fA und Nichts). D.h. die zweitrangigen Ursachen, wie das fremdbestimmte Wollen, sind in sich gespalten in einen Pro-Anteil („Ich will so“), in dessen Gegenteil („Ich will das Gegenteil“) und in einen Null-Anteil („Ich will nichts“).   
Die später näher beschriebenen `Es´ stehen in dieser Arbeit für die zweitrangigen Ursachen. Sie erzeugen zweitrangige Wirklichkeiten, zweitrangiges Personales und Individuelles (WPI²), die wiederum zu weiteren zweit- bzw. nachrangigen Ursachen, vor allem zu Krankheitsursachen, werden können.   
Die Es-Komplexe als zweitrangige Ursachen haben ganz besondere Charakteristika, die auch noch später näher beschrieben werden sollen. Zu erwähnen ist hier vor allem, dass sie vor allem indirekt, zwiespältig bzw. gegensätzlich wirken. Sie streuen und gehen über ihren ursprünglichen Wirkungsbereich hinaus.   
Sie sind auch Ursache für [Teufelskreise](#_•_Teufelskreise_(bzw.).[[81]](#footnote-81)

6 Hypothesen zu Ursachen von Veränderungen von psychisch Relevantem (pR)

**1. Hypothese**: Die primären Ursachen eines pr Geschehens stammen aus dem Absolutbereich eines, personalen Subjekts. Dieses „Subjekt“ kann sein: ein Mensch, Gott, ggf. −A. Anders formuliert: Die genannten „Subjekte“ sind in der Lage, in pr Systeme völlig Neues zu bringen. Der Mensch ist also keineswegs nur Produkt irgendwelcher Verhältnisse, sondern kann, wie gesagt, zu seiner Heilung entscheidend Neues selbst beitragen.   
**2. Hypothese**: In einem pr System kann jede Ursache/ Dynamik theoretisch jede relative Folge haben. D.h. auch umgekehrt: Jede relative Folge - negativ oder positiv - (wie Krankheit oder Gesundheit) kann von jeder pr Ursache/ Bewegung kommen. Aber mit sehr unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit! (Ausnahme s.u.).   
Das hieße auch: Jedes psychische Krankheitssymptom kann von sehr vielen pr Ursachen stammen, wenn auch mit sehr unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit. Ähnlich äußerte sich E. Bleuler: Es habe lange gedauert, „bis man einsah, dass ein psychopathologisches Zustandsbild durch verschiedene Noxen erzeugt sein kann, (und) wie eine Noxe zu verschiedenen Zustandsbildern führen kann.“[[82]](#footnote-82)  
Für die Deutung von Symptomen, Träumen, Verhaltensstörungen oder anderen pr Phänomenen bedeutet das, dass es keine absolut eindeutige Deutung gibt, allerdings Deutungen, die sehr wahrscheinlich bzw. unwahrscheinlich sind. (In diesem Zusammenhang sei erwähnt, dass bei zweitrangigen Wirklichkeiten gegenteilige Deutungen viel näher beieinander liegen, als man im Allgemeinen glaubt.)   
Für die Therapie bedeutet das: Es gibt sehr viele therapeutische Möglichkeiten, wenn auch von unterschiedlicher Güte!  
**3. Hypothese** betrifft Ausnahme von Hypothese Nr. 2: Eine absolut positive Ursache hat keine absolut negative Folge und umgekehrt: Eine absolut negative Ursache hat keine absolut positive Folge.   
Religiös ausgedrückt: Von Gott kann nichts absolut Negatives, aber relativ Negatives (genauer: negativ Empfundenes) kommen (so auch, wenn auch selten, Leid und Krankheit) und vom −A kann nichts absolut Positives, aber relativ Positives kommen.   
**4. Hypothese**: Folgen von Ursachen können wieder zu Ursachen für weitere Folgen werden. Diese können als zirkuläre oder systemische Ursachen oder als Netz oder Bündel von Ursachen auftreten.   
**5. Hypothese**: Primärursachen stammen aus dem geistigen Bereich.|  
Man wird zwar das Primat einer geistigen (oder ideellen) Verursachung ebenso wenig wie das Primat einer materiellen Verursachung beweisen können, gegenwärtig besteht jedoch m.E. die Gefahr, zu einseitig Verursachungen für psychische Erkrankungen im materiell-somatischen Bereich zu suchen[[83]](#footnote-83) und entsprechend einseitig zu therapieren.   
(STW Psychopharmaka).  
**6. Hypothese**: Wenn die Grundsätze (Axiome) nicht stimmen, dann stimmen auch nicht deren Ableitungen.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung und zu [Krankheitsursachen](#_Zu_Ursachen_psychischer) im Teil `Psychiatrie´).

Gedanken zu anderen `Ur-´

Vielleicht besteht ein **Urproblem** darin, dass wir uns nach dem verlorenen Paradies sehnen, hier aber mit irdischen Problemen und Leiden konfrontiert sind. Vielleicht ist ein weiteres Urproblem, dass wir einerseits um unserer selbst willen geliebt werden möchten, andererseits aber auch um unserer Leistungen wegen geliebt werden möchten und beides (relativ) unvereinbar ist.  
Vielleicht besteht unsere **Urspaltung** darin, dass wir eigentlich Gottes Ebenbilder sind, hier „auf Erden“ aber andere Identitäten wichtiger nehmen.  
Vielleicht besteht die „**Ursünde**“ darin, dass wir so dumm waren, das Paradies zu verlassen.  
Vielleicht besteht der **Urschmerz** darin, dass wir, vielleicht aus dem „Himmel" kommend, in diese Welt mit ihrem Leid und ihren Problemen hinein geboren wurden - und von Geburt an zur Kenntnis nehmen müssen, dass wir als Adame und Evas doch die falsche Entscheidung trafen. Warum schreit das Neugeborene, wenn es auf die Welt kommt? („Urschrei“, Janov). Man sagt uns, das sei ganz positiv, denn erst dadurch würde sich die Lunge richtig entfalten. Ich vermute aber, dass die Lunge sich auch gut entfalten würde, wenn das Kind lachend zur Welt käme. Aber es lacht nicht, sondern es schreit.   
Vielleicht existiert unser **Urbild** noch im Himmel? [[84]](#footnote-84)

##### Autonomie und Freiheit(a7)

Wir Menschen sind nur hinsichtlich unserer absoluten Wahlmöglichkeit völlig unabhängig. Im Übrigen sind wir nur mehr oder weniger unabhängig bzw. abhängig. Ich glaube, nur Gott ist absolut frei. Wir Menschen sind es nur dem Absoluten gegenüber.[[85]](#footnote-85) S. Kierkegaard hat es ähnlich formuliert. Deshalb glaube ich, dass das Ziel vieler Menschen wie auch Therapeuten, völlige Autonomie zu erreichen, irreal ist und uns überfordert.  
Ich unterscheide erstrangige, eigentliche Freiheit von zweitrangigen „Freiheiten“.   
• Die erstrangige, eigentliche Freiheit kann absolut oder relativ sein.   
Es gibt nur eine erstrangige absolute Freiheit mit vielen erstrangigen relativen Freiheitsformen.   
• Im Unterschied dazu gibt es viele zweitrangige (schein)absolute und relative² „Freiheiten“. Diese sind in sich in einen zu freien, „libertären“, einen fremden und einen völlig unfreien Anteil (Unfreiheit) gespalten. (→ `[Störung der Selbstständigkeit der Person](#_a7_Störung_der)´)  
  
Freiheit ist dann erstrangig, wenn sie mit ihrem polaren Gegenüber, der Verantwortung, verbunden ist und eingebettet ist in die Liebe, in Gott. Wird aber Freiheit isoliert ohne die Verantwortlichkeiten und ohne die Liebe absolut gesetzt, wird sie ein zweitrangiges fremdes Absolutes.   
Erstrangige quasi himmlische Freiheit besteht auch, wenn ich sagen kann, ich bin auch dann frei, wenn ich faktisch unfrei bin. Anders formuliert: Ich habe auch die Freiheit, unfrei sein zu dürfen. Die erstrangige Freiheit ist stärker als alle zweitrangigen Freiheiten bzw. Unfreiheiten.  
Ein wichtiges Kennzeichen der zweitrangigen Freiheiten ist die Einschränkung der Wahlmöglichkeit. Sonst gilt für sie Analoges wie für die zweitrangigen Wirklichkeiten und Wahrheiten (Siehe ggf. dort).

### Zu Differenzierungen

#### Zu den 4 Hauptdifferenzierungen

##### I. Seinsformen

In diesem Abschnitt möchte ich vor allem die Seins-Formen gegenüberstellen, die dem Absoluten nahestehen (Geist und Psyche) und solche die Relatives repräsentieren (Materie, Körper).   
Ich gehe dabei davon aus, dass in der erstrangigen Wirklichkeit zwischen diesen Entitäten fließende Übergänge existieren, ohne dass die jeweilige Entität dadurch ihren Charakter verliert. Grenzen und Spaltungen entstehen erst in den zweitrangigen Wirklichkeiten durch die fA. So sehe ich auch den Menschen nur in seiner erstrangigen Wirklichkeit als Einheit. Da wir aber auch in vielen zweitrangigen Wirklichkeiten leben bzw. als solche existieren, sind wir, wie auch unsere Umwelt, innerlich mehr oder weniger zerrissen.   
Das heißt, dass zwischen Geist und Körper oder innerhalb der Psyche oder des Geistes oder des Körpers Spaltungen, Gegensätzlichkeiten, Verfremdungen und andere noch zu besprechende fA-Folgen auch normalerweise existieren. Anders gesagt: In der erstrangigen Wirklichkeit existieren vielfältige Seinsformen, die insgesamt eine Einheit bilden. In den zweitrangigen Wirklichkeiten jedoch existieren viele Seinsformen, die teilweise verfremdet oder teilweise zueinander im Gegensatz stehen, also miteinander inkompatibel sind und so wichtige Ursachen für Krankheiten darstellen. Sie werden jedoch durch das +A, durch eine Art himmlisches Sein, relativiert und integriert: Wenn ich mich noch so zerrissen und kaputt fühle, kann ich mich in einer höheren Ebene heil fühlen.  
**Materie und Geist**: Wer bestimmt wen? Ich gehe vom Primat des Geistes gegenüber der Materie aus.   
D.h. primär bestimmt der Geist die Materie und nicht umgekehrt. Wie gesagt, stehen sich aber Geist und Materie in der erstrangigen Wirklichkeit nicht gegensätzlich gegenüber, sondern die Materie ist ein möglicher Ausdruck, eine mögliche Folge des Geistes. Sicher kann auch die Materie den Geist bestimmen, aber nur den relativen Geist, nicht den absoluten Geist. Der relative Geist kann in Form eines fremden Absoluten über die Person dominieren - der eigentliche absolute Geist aber ist frei und frei wählbar.  
Von derselben Hierarchie gehe ich auch beim Menschen aus. Die Hierarchiefolge wäre: Geist > Psyche > Körper. Zwischen diesen einzelnen „Anteilen “ bestünden, wie gesagt, im besten Fall keine Widersprüche.   
Die neuen Erkenntnisse der Naturwissenschaft lassen Zweifel am Primat des Geistes gegenüber der Materie aufkommen. Es wird wohl immer eine Glaubenssache bleiben, wem man das Primat zuspricht. Ich habe wenig Zweifel daran, dass der „Geist“, sowohl im positiven als auch negativen Sinn, die mächtigste Kraft ist.  
Entsprechende Fragen spielen in der Praxis und im Alltag durchaus eine große Rolle: Ist der Körper wichtiger als der Geist? Die Materie wichtiger als der Geist? Das Äußere wichtiger als das Innere? Wo liegen die Schwerpunkte bei Analyse und Therapie psychischer Erkrankungen: Im geistig-seelischen oder somatischen Bereich? Ist nicht die Seele wichtiger als der Körper? Kann man nicht trotz eines „kaputten“ Körper glücklich sein, während dies bei kaputtem Geist und tollem Körper unmöglich scheint? Entscheidet nicht letztlich doch der Geist und nicht die Gene über die Persönlichkeit?  
Fanatische Ideologien, die Millionen von Menschen das Leben gekostet haben; Kinder von Nazis, wie der Sohn von Nazi Bormann und andere, die ganz anders als ihre Eltern leben, sind für mich Beispiele für die Macht negativer, wie positiver Geisteshaltungen, die durch die Gene alleine nicht erklärt werden können.  
(Siehe auch später → [Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist](#_Zusammenhänge_zwischen_Körper,)).

##### II. Leben

Leben ist eine Eigenschaft der erstrangigen Wirklichkeit (W¹). Das Funktionieren ist in W¹ dem Leben untergeordnet. Die erstrangige Wirklichkeit lebt im Wesentlichen (im Kern) von selbst.   
In den zweitrangigen Wirklichkeiten dominiert das Funktionieren über das Leben. Wenn wir das Gefühl haben, wir funktionierten nur noch, statt zu leben, dann befinden wir uns in einer zweitrangigen fremden Wirklichkeit.

##### III. Qualitäten

Die Frage nach dem Guten und Bösen bzw. nach dem Richtigen oder Falschen [[86]](#footnote-86) ist eine der zentralsten Fragen unseres Lebens überhaupt.   
Nicht ohne Grund haben wir das Paradies verloren, nachdem wir vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen bzw. des Richtigen und Falschen gegessen haben.  
Was objektiv gut oder böse bzw. richtig oder falsch ist, ist letztlich Glaubenssache.   
Allgemein dürfte Konsens darüber bestehen, dass das Gute/ Richtige den Menschen fördert und das Böse/ Falsche dem Menschen schadet. Subjektiv gut und richtig bzw. böse und falsch ist das, wie derjenige es empfindet oder was er dafür hält. Die subjektive und objektive Beurteilung kann übereinstimmen, stimmt aber oft nicht überein. Wir halten manches für etwas Negatives, obwohl es etwas Positives ist (→ [Widerstand](#_Widerstand)). Und umgekehrt halten wir manches für positiv, obwohl es objektiv negativ ist und uns schadet. Wir können Dasselbe/ dieselbe Person, so auch uns, manchmal zu sehr hassen und zu sehr lieben, selbst wenn sich an dem „Objekt” prinzipiell nichts geändert hat. Solche und viele andere Ambivalenzen oder Paradoxien sind ubiquitär.  
Was man für das Positive oder Negative hält, spielt nicht nur allgemein in Bezug auf die Frage `Krieg oder Frieden´ eine Rolle, sondern ist als „innerer Krieg” für die Entstehung seelischer Krankheiten ganz bedeutend. Denn das, das man für *das* Böse, Teuflische, Feindliche usw. hält, wird in der Regel gehasst und bekämpft. Man kann sich mit ihm nicht identifizieren, es nicht integrieren, bekämpft es oder spaltet es ab.[[87]](#footnote-87)  
Das, was für einen *das* Positive, Geliebte, Göttliche usw. ist, ohne es zu sein, wird in der Regel zu sehr geliebt, gefördert und man überidentifiziert sich mit ihm.   
Das, was wir für das absolut Positive (+fA) oder absolut Negative (−fA) halten bildet entsprechende Gegenteil: Wer Götzen (+fA) hat, mit denen er sich identifiziert und nach denen er süchtig ist, hat auch entsprechende Teufel, Feinde (−fA), die ihn dann bedrohen.  
 Wenn wir der bisherigen Einteilung folgen, könnten wir postulieren:   
• Es gibt erstrangiges absolutes Gutes bzw. Positives (siehe +A) und vielerlei erstrangiges  
 relatives Gutes/ Positives.   
• Und es gibt vielerlei zweitrangiges Gutes/ Positives (+²).[[88]](#footnote-88)  
• Es gibt ein erstrangiges absolutes Böses/ Negatives (−A) und vielerlei erstrangiges relatives  
 „Böses“ / Negatives.   
• Und es gibt vielerlei zweitrangiges „Böses“/ Negatives (−²).   
• Das Gute ist nicht unbedingt mit Wohlbefinden verbunden.  
• Durch das +A wird alles relativ Negative oder Verabsolutierte integriert.

• Nachdem wir vom Baum der Erkenntnis des Guten/ Richtigen und Bösen/ Falschen gegessen haben sind wir nun „verflucht“, das Gute/ Richtige zu tun und das Böse/ Falsche zu vermeiden.

• Die erstrangigen Qualitäten sind ungespalten und stellen eine vielfältige Einheit dar.

Die zweitrangigen Qualitäten sind gespalten in zwei gegensätzliche Anteile (Alles oder Nichts) oder drei (pro-, kontra- oder 0 Anteil).

Ein positiver pro-Anteil (= positive Hyperqualität) verursacht überstarke positive Emotionen, die meist stärker empfunden werden als die Emotionen durch das eigentliche +A. (→ Verführung, Sucht). Und negative Hyperqualitäten erzeugen überstarke gegenteilige Emotionen. (→ Abwehr). (Siehe auch: Die Entstehung des Es, Dynamik der Gegensätze.)

###### + Absolutes (+A)

Absolut Positives drückten Begriffe aus wie: Gott, Liebe, heiliger Geist, absolut Gutes, usw.   
Ich unterscheide an erstrangigem positiven Absoluten:   
1. „Gott“ - als quasi unbedingtes, umfassendes, positives absolutes Personales - soweit hier überhaupt eine „Definition“ möglich ist. (Siehe auch `[Was ist das positive Absolute](#_Was_ist_das)?´)  
Hinweise:  
- Weil das meine Vorstellungen von Gott sind und es danben viele andere oder keine Vorstellungen gibt, schreibe ich teilweise Gott in Anführungs- oder mit Fragezeichen („Gott?“).  
- Gott ist natürlich mehr als das +A. Er umfasst als +AR auch das Relative. Ein +A allein ohne das Relative ist absolutistisch.   
2. Die absolute Grundeinstellung / Wahl des Menschen zum +A.  
(→`[Die absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute_Grundeinstellung)´).  
Beides zusammen drückt ein Liebesverhältnis aus, das, wie auch bei der Liebe von Menschen untereinander, eine freie Wahlmöglichkeit voraussetzt. Diese +A (Gott, die Liebe und das Selbst) kann man nicht beweisen. Könnte man sie beweisen, wären sie nicht absolut. Sie haben keinen Beweis nötig. Sie sind selbstevident und selbsterklärend. „Ich liebe Dich!" und nicht „Ich liebe Dich, weil ...“.  
 Neben Gott hat für mich also auch die absolute Entscheidung bzw. Einstellung (egal ob bewusst oder unbewusst) zum positiven oder negativen Absoluten selber absolute Bedeutung - das, was ich das die „absolute Grundeinstellung“ oder das„Wahlabsolute“ der Person nenne. Dann existiert neben Gott dieses personale +Absolute als zweites eigentliches positives Absolutes.[[89]](#footnote-89)   
    Das erstrangige absolute Gute steht in nur relativem Gegensatz zum relativ Negativen und zu den fA, aber in absolutem Gegensatz zum −A. Das heißt, +A (Gott/ das+Selbst) kann relativ Negatives integrieren (ohne sich mit ihm zu identifizieren), integriert aber nicht −A (weil dieses das nicht „will“). Dieses −A ist, so der Glaube, aber prinzipiell schon besiegt und muss nicht mehr gefürchtet werden - geschweige denn, dass noch andere Feinde gefürchtet und bekämpft werden müssen. An sich könnte man deshalb als Christ ganz gelassen sein, man müsste keine inneren und äußeren Feinde in einem existenziellen Sinn fürchten oder bekämpfen. Man könnte in sich und außer sich alles relativ Feindliche annehmen und versuchen zu korrigieren.  
**Das +A integriert alles Relative und Verabsolutierte (fA)!** (Beispiele siehe ungekürzte Fassung.)  
  
Auch **Liebe** ist im Kern absolut. So ist sie etwa grundlos, nicht beweisbar, nicht hinterfragbar. Sie kann nicht „hergestellt“, aber gewollt werden. Sie kommt wie von selbst. So ist sie im Grunde ganz einfach. Das bedeutet natürlich nicht, dass man sich nicht um den Erhalt der Liebe bemühen sollte.   
Liebe ist im Kern etwas Geistiges. (Sie ist natürlich auch etwas Seelisches und Körperliches - aber primär geistig). Ich glaube, der Mensch ist auf Liebe und Freiheit (Gott) hin angelegt, d.h. auch: er hat die Freiheit, das abzulehnen. Die Liebe erscheint auch als das, was wir etwa unseren Kindern grundsätzlich zugestehen würden, etwas, das sie nicht leisten müssten, auf das sie immer Anspruch hätten. Sie drückt etwas Göttliches, Himmlisches aus. Sie ist, wie das Absolute an sich, wie auch die allgemeinen Menschenrechte, nicht hinterfragbar, nicht beweisbar, aber evident und kann deshalb letztlich nur geglaubt werden.  
  
Auch den allgemeinen **Menschenrechten** sind diese absoluten Zusagen (+A) für alle Menschen zugrunde gelegt:[[90]](#footnote-90) Selbstbestimmungsrecht, Freiheit im Glauben, Würde der Person, Respektierung ihrer Einzigartigkeit und Einmaligkeit, Gerechtigkeit, Sicherheit, Gleichberechtigung aller Menschen.   
Diese sowie andere erstrangige +Relativa, wie +Wirklichkeiten, Wahrheiten, Freiheiten usw. bilden mit dem +A eine harmonische Einheit. Als positive Relativa könnte man auch von ihnen sagen: Sie sind Auch-Liebe, auch in Gott.|

**„Primär- und Sekundärtugenden“**/ Relativität von Moral?

„Zu den Sekundärtugenden wurden insbesondere Fleiß, Treue, Gehorsam, Disziplin, Pflichtbewusstsein, Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Ordnungsliebe, Höflichkeit, Sauberkeit u. a. m. gezählt, meist aus dem Katalog der preußischen Tugenden … Statt dessen wurden [später] postmaterialistische Werte wie Menschlichkeit, Kreativität und Selbstverwirklichung betont … Immanuel Kant lässt nur eine Primärtugend gelten: `Es ist überall nichts in der Welt, ja überhaupt auch außer derselben zu denken möglich, was ohne Einschränkung für gut könnte gehalten werden, als allein ein guter Wille.´ Fehle dieser, können alle anderen Tugenden `auch äußerst böse und schädlich werden´.“[[91]](#footnote-91)  
Ähnlich wie Kant und Kierkegaard glaube ich, geht es v.a. um den bewussten oder unbewussten absoluten Willen (oder Einstellung) der Person gegenüber dem Absoluten, im Sinne einer Grundhaltungen gegenüber dem absolut Guten oder Bösen (→ [absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle)), die ich in dieser Arbeit im positiven Fall prinzipielle Gutwilligkeit nenne. Fragen der Moral wären in diesem Sinne dieser „Primärtugend“ untergeordnet und demgegenüber (!) von relativer Bedeutung.  
Meines Erachtens wäre zudem auch eine Unterscheidung zwischen situativem (relativem) Willen und einem prinzipiellen existenziellem Willen als Lebenseinstellung sinnvoll.   
Die „Primärtugend“ wäre für mich in diesem Sinne ein primär positiver Wille/ Einstellung dem Guten gegenüber. (→ [Absoluter und relativer Wille](#_8._Absoluter_und))|

###### −Absolutes (‒A)

Begriffe wie: Todfeind, absolutes Böses, Teufel, Dämon usw. würden am ehesten das absolut Negative bezeichnen.

Auch das negative Absolute (−A) scheint im Kern ein eigentliches Absolutes zu sein. [[92]](#footnote-92) Allerdings ist es „schwächer“ als das positive Absolute, so dass man, etwas willkürlich, von einem, im Vergleich zu Gott, „schwächeren eigentlichen Absoluten“ sprechen könnte.   
Man könnte unterscheiden:   
 1. Ein außer- oder überpersonales negatives Absolutes (das man früher den Teufel nannte.)  
 2. Ein personales negatives Absolutes.   
zu 2. Ich glaube, dass es sich hier um die prinzipielle und unwiderrufene, destruktive Lebensentscheidung bzw. -einstellung eines Menschen handelt. Und dass diese - aber nur sie - unverzeihlich ist und mit Recht unverzeihlich ist, weil der Betreffende keine Verzeihung will. Die Bibel nennt das die „Todsünde“.   
Leider sehen viele Menschen, auch Theologen, anderes negatives Verhalten bzw. Einstellungen als unverzeihlich, also als „Todsünde“ an. Andere wiederum meinen, ein echtes Böses gäbe es nicht (s.u.). Beide Einstellungen haben m.E. fatale Folgen. |

Gibt es das Böse überhaupt?

Systematisiert dargestellt:

Ich glaube es gibt

1. a) Etwas erstrangiges negatives Absolutes, das außerpersonellen (früher Teufel genannt) oder Individuellen, personalen Ursprungs sein kann. (Siehe Absoluteinstellung des Ich),

b) Viele erstrangige relative „Bösartigkeiten “ (die auch unbedingt , also nicht ableitbar, aber von relativer Bedeutung aber entschuldbar sind, weil sie nicht der Grundeinstellungen der Person entsprechen Das entspricht etwa dem, was Alexander Solschenizyn meinte: „Aber der Strich, der das Gute vom Bösen trennt, durchkreuzt das Herz eines jeden Menschen.“

2. Daneben gibt es viele zweitrangige Bösartigkeiten die nicht genuin, sondern ableitbar und auch entschuldbar sind (etwa solche, die durch Erziehung oder negative Vorbilder entstanden sind.)

Ich persönlich fände mich nicht nur im bei den zweitrangigen Bösartigkeiten wieder, sondern entdecke bei mir durchaus auch Bösartigkeiten, die primär von mir selber stammen, also nicht von meiner bösen Umgebung (entsprechend 1b), die aber entschuldbar und damit von relativer Bedeutung sind, weil sie nicht meiner primären Grundeinstellung entsprechen.

Manche Menschen glauben, dass es das Böse gar nicht gibt. Dass der Mensch an sich gut sei.   
Aber: Könnten Sie einem Menschen, einem Unschuldigen noch dazu, eine Plastiktüte über den Kopf zerren, diese am Hals zubinden und sich daran ergötzen, wie der Mensch Ihnen gegenüber qualvoll erstickt? Manche können das! Könnten Sie ein kleines Kind, das Ihnen nichts getan hat, an den Füßen packen und solange mit dem Kopf an die Wand schlagen, bis es tot ist und mit gutem Gefühl zuhören, wie es um sein Leben schreit und zusehen, wie sein Schädel aufspringt … ? Manche können das!|  
Die Liste dieser Grausamkeiten ist lang und man sage mir nicht, dass es angesichts dieser und vieler anderer Brutalitäten auf dieser Erde kein primäres Böses gibt. Ich meine allerdings nicht, dass alle Grausamkeiten das „absolute Böse“ repräsentieren und unverzeihlich sind. Vieles ist Folge von negativen Umwelteinflüssen. Und ich bilde mir auch nicht ein, das Eine von dem Anderen unterscheiden und mich zum Richter aufschwingen zu können. An dem Faktum eines primär Bösen habe ich jedoch keinen Zweifel.   
Es ist heutzutage neben den falschen Todsünden einerseits auch der Verlust des Bösen im Denken der Menschen andererseits zu beklagen, denn der Verlust dieses negativen Absoluten bewirkt, dass anderes, relatives Negatives an dessen Stelle rückt.| Außerdem, und das ist vielleicht noch gravierender, muss ich, wenn ich von der Nichtexistenz eines primär Bösen ausgehe, *allen* Tätern, die mir Böses antun, Verständnis entgegenbringen und sie ggf. noch mehr als ihre Opfer bemitleiden. Eine solche Sicht, zu der es heute starke Tendenzen gibt, birgt die Gefahr in sich, dass dann dem Täter mehr geholfen wird als dem Opfer und so die Tatsachen pervertiert werden. (Weitere Stichworte: ,,Allversöhnung“, falsche Lokalisation des Bösen, alles muss verstanden und therapiert werden usw.)|

Dualismus oder anderer Ismus?

Ich gehe zwar davon aus, dass es zwei erstrangige, eigentliche Absolutheiten (+A und −A) gibt, die sich konträr gegenüberstehen und miteinander unvereinbar sind. Es scheint deshalb, als läge dieser Arbeit eine dualistische Weltanschauung zugrunde. Das ist nur bedingt der Fall, denn ich glaube, dass das −A, nach christlichem Verständnis, vom +A (Gott) schon prinzipiell überwunden ist. Diese Ansicht entspricht weder einem dualistischen noch einem monistischen oder pluralistischen Weltbild.|

Keine Angst vor „Todsünden“, die keine sind

Um ein Stück Therapie vorwegzunehmen: Nach meinen Erfahrungen gibt es sehr viele Menschen, die fürchten, Unverzeihliches getan zu haben. Sie sind oft anderen Menschen gegenüber sehr tolerant, sich selbst gegenüber in der Beurteilung ihrer Taten aber hart. Sie glauben nicht, dass auch bewusst und willentlich gemachte Fehler verzeihbar sind, d.h. sie halten viele Fehler für absolut negativ, für das, was ich als −A bezeichne. Sie fürchten, was sie an sich nicht fürchten müssten. Sie tragen vergangene Schuld mit sich herum, mit der sie sich an sich nicht mehr belasten müssten. Sie halten etwas für eine Todsünde, was keine ist.   
Das bedeutet: Der Mensch sollte die Frage nach dem (relativen) Bösen oder nach Schuld mit gewisser Gelassenheit sehen. Wir brauchen weder an unseren Fehlern krank zu werden, noch müssen wir unbedingt richtig handeln, um zu gesunden. Wir brauchen keine Angst vor irgendetwas Negativem zu haben oder Angst, Irgendetwas Positives zu verpassen. Da es nur ein Unverzeihbares (−A) gibt, bedeutet das auch, dass alle anderen Fehler, alle anderen Schattenseiten, alles andere „Böse” aus dieser Sicht nur eine relative Bedeutung haben,[[93]](#footnote-93) also verzeihbar sind und nicht über sein Wohl oder Wehe entscheiden sollten. Ich gehe in dieser Arbeit davon aus, dass eine der schwerwiegendsten Folgen für unsere Psyche darin besteht, dass vieles Negatives als unverzeihbar angesehen wird, was es nicht ist. Dazu gehören auch die fremden Absolutheiten.

Siehe auch im Teil `Metapsychotherapie´ den [Abschnitt](#_Keine_Angst_vor_1) unter dem Motto: „Sündige tapfer und um so tapferer glaube an die Vergebung Gottes.“ (M. Luther).   
(Siehe auch `[Richtiges und Falsches - Zur Lösung der Schuldfrage)](#_22._Richtiges_und)´.

##### IV. Subjekte, Objekte und das Subjekt-Objekt-Problem

Zum Subjekt

Ich behandele hier vor allem die Person als Subjekt.[[94]](#footnote-94)|  
 • Wir können im erstrangigen Bereich bzgl. der Person (P¹) als Subjekt unterscheiden:   
- P¹ als absolutes Subjekt = das absolute Ich-Selbst, mit absolut freier Wahl dem A gegenüber und mit absoluten Attributen wie Einzigartigkeit und Einmaligkeit usw.[[95]](#footnote-95)  
- P¹ als relatives Subjekt   
Ein erstrangiges Subjekt (P¹, Gott) umfasst alles Relative und verabsolutierte Subjekthafte und Objekthafte, ist stärker als diese und kann diese integrieren, ohne mit ihnen zu verschmelzen.  
 • Als zweitrangiges Subjekt ist P² ein Ersatz-Subjekt, denn es wird, wie ein Objekt, durch ein [Es](#_Personales_Es_und) uns seine fA fremdbestimmt und handelt dann als solches. Ich habe es deshalb auch „Sobjekt“ genannt, weil es halb Subjekt und halb Objekt ist. D.h. hier ist die Person zweitrangiges Subjekt und gleichzeitig Objekt der Es.  
Psychisch Kranke erleben sich oft als Objekt, weil sie durch ein fremdes Subjekt (Es bzw. seine fA) bestimmt werden = ein Zeichen zweitrangiger Personalität (P²).

S. Freud, wie auch die meisten säkularen Psychotherapeuten, haben den Menschen nur in seiner zweitrangigen Dimension gesehen – also auch nur als zweitrangiges Subjekt („Sobjekt“), das selber nur Objekt fremder Absolutheiten oder übergeordneter Instanzen (v.a. Es und Über-Ich) ist.[[96]](#footnote-96)

Zum Objekt

Als erstrangiges Objekt kann das Objekt wahrscheinlich nicht primär absolut sein, sondern nur relativ.   
Als zweitrangiges Objekt wird es beherrscht von einem fA/ Es oder ist selbst verabsolutiert.

Subjekt-Objekt-Problem

Bezüglich unserer Thematik möchte ich dazu folgendes anmerken:  
- In **P²** besteht entweder eine Subjekt-Objekt-Spaltung oder eine Subjekt-Objekt-Fusion oder als dritte Möglichkeit eine Subjekt-Objekt-Negierung. (S.a.a.O.)  
- **P¹** ist erstrangiges Subjekt und Objekt - im absoluten Kern Subjekt, sonst, im relativen Bereich, Subjekt und Objekt zugleich. Hier besteht keine Subjekt-Objekt-Spaltung sondern nur ein Unterschied zwischen Subjekt und Objekt. D.h. auch: Solange das Subjekt mit dem +A verbunden ist, kann es alle Objekte, auch die negativen, integrieren, so dass es zu keiner Subjekt-Objekt-Spaltung kommen kann. Das ist vor allem für die Therapie von Psychosen wichtig.  
 Das Subjekt-Objekt-Problem ist nicht nur ein wichtiges Problem der Psychiatrie, sondern auch ein übergeordnetes und soll deshalb hier kurz erwähnt werden, weil seine Beantwortungen auch praktische Konsequenzen hat. „Das Subjekt-Objekt-Problem ist ein zentrales Problem der Erkenntnistheorie und des abendländischen Denkens überhaupt, das in der Frage besteht, wie die prinzipiell zweigliedrige Relation zwischen (erkennendem) Subjekt und (zu erkennendem beziehungsweise erkanntem) Objekt (Gegenstand) zu bestimmen ist.“ (→ [Subjekt-Objekt-Umkehr](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Subjekt-Objekt-Umkehr#_Die_)).

#### Zu einzelnen Einheiten/ Systemen

Ich unterscheide, wie erwähnt, folgende pr Einheiten:  
[Jeweils zuerst sind die absolute(ren) Einheiten, dann die relativen genannt.]  
1. Alles/ Nichts und Einiges  
2. Gott und die **W**elt  
3. **P**ersonen und Dinge  
4. **I**ch und Anderes  
5. Personaler Geist, Seele und Körper  
6. (Geschlecht)  
 Abkürzung 2-4 = WPI (Abkürzung für häuig verwendete Beispiele).

###### 1. Alles / Nichts und Einiges

Ich unterscheide: erst- und zweitrangiges Alles und Nichts.  
Die Begriffe `Alles´, `Wirklichkeit´ und `allgemeines psychisch Relevantes´ verwende ich fast synonym.   
Eine Hypothese lautete: Es gibt viele Wirklichkeiten: eine erstrangige und viele zweitrangige. Es gibt also eine vielfältige, erstrangige Wirklichkeit und andererseits gibt es viele zweitrangige, fremde Wirklichkeiten (W²), die nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip aufgebaut sind. D.h. dem zweitrangigen Alles (Alles²) steht das Nichts² gegenüber. Mehr dazu später und in der ungekürzten Fassung.

###### 2. Gott und die Welt (Transzendentes und Immanentes)

Gott habe ich gekennzeichnet als unbedingtes, positives, absolutes Personales - soweit hier überhaupt eine „Definition“ möglich ist.   
Vom Rang her gesehen kann man sagen: Es gibt nur einen Gott und mit ihm eine unübersehbare Vielfalt von auch erstrangigem Leben und Sein, denn Gott umfängt alles, was nicht −A ist.  
Es gibt viel Zweitrangiges, was für Gott gehalten wird oder sich für Gott hält. Das kann Gott teilweise ähneln oder ihm ganz unähnlich sein. Es steht aber nicht, wie das −A in absoluter Opposition zu ihm. (Deshalb nenne ich es fremdes Absolutes).  
Gott ist am besten durch Jesus zu erkennen. Er ist dadurch unmittelbar „prüfbar“.   
Er durchdringt die Welt mit seinem Geist, ist aber nicht identisch mit dieser. Er lässt, wie die Liebe (und im Gegensatz zu anderen „Göttern“) freie Wahl, sich für oder gegen ihn zu entscheiden. Deshalb wird die Welt auch von anderen Geisteskräften und nicht nur von Gott bestimmt. Deshalb ist Gott nur teilweise (wenn auch immer) wirksam, obwohl er allmächtig ist. Weitere Charakteristika siehe im Index unter `Gott´und [+A](#_+_Absolutes_(+A)).

###### 3. und 4. Menschen, Personen, Individuum (Ich)

[Person, Psyche und Ich → `[Psychology](#_P_S_Y)´]

Der **Mensch**  
Man kann das Menschsein nach den Dimensionsbereichen und deren Rang unterscheiden.  
Ich unterscheide erstrangiges Mensch-Sein von zweitrangigen, fremden Mensch-Seins-Formen.   
• Es gibt nur ein erstrangiges absolutes Mensch-Sein mit vielen erstrangigen relativen Formen.   
• Im Unterschied dazu gibt es viele fremde, zweitrangige Formen des Mensch-Seins. Da jeder Mensch von Natur aus potenziell alles relativ Positive und Negative in sich trägt (und in sich tragen darf), bekommt er Probleme, wenn er seine relativ positiven Anteile idealisiert oder seine relativ negativen Anteile tabuisiert, weil dann diese zweitrangigen personalen Formen entstehen und er dann gegen seine ursprüngliche Natur lebt.  
Das aber, so glaube ich, betrifft uns mehr oder weniger alle. Das heißt, jeder Mensch trägt sowohl die erstrangige als auch viele zweitrangige Formen, wie jede irdische Wirklichkeit auch, in sich. Diese sind in sich in zwei gegensätzliche und einen Null-Anteil gespalten. Bezüglich der Frage nach der Einheit von [Körper, Seele und Geist](#_Zusammenhänge_zwischen_Körper,) bedeutet das, dass diese, wenn sie erstrangigen Charakter haben, eine vielfältige Einheit bilden, dass aber der Mensch dort, wo er verfremdet ist, auch gespalten ist, wobei diese Spaltungen keineswegs nur zwischen Körper und Seele oder Geist bestehen können, sondern auch innerhalb von Körper, Seele oder Geist zu finden sind.   
 Kurz zu den Fragen:   
Hat der Mensch einen freien Willen? Kann er auch Schöpfer von völlig Neuem sein?   
Ich glaube ja. Denn sonst wäre ja jedes neu Entstandene, jede Kreativität, jede Neuschöpfung nur eine neue Kombination aus alten Bestandteilen. Diese Fragen hängen auch mit der Individualität einer Person zusammen. Auch diese wäre nur eine neue Komposition von alten Bestandteilen (Genen usw.). Der Mensch wäre letztlich dann doch nur Produkt.[[97]](#footnote-97)|

Der Mensch und das Absolute

Hypothese: Der Mensch ist auf ein Absolutes hin angelegt.[[98]](#footnote-98) Er benötigt ein Absolutes unbedingt. Er selbst will absolut sein. Jeder Mensch trägt in der Regel mehrere oder viele Absolutheiten in sich. Er sucht das Absolute oft im Relativen und schafft sich so uneigentliche, fremde Absolutheiten, die ihn emporheben, aber auch zusammenbrechen lassen.   
Auch der Mensch hat wie die übrige Welt absolute und relative Anteile. Allerdings hat er, im Gegensatz zu dieser die genannte Wahlmöglichkeit eines Absoluten absolute Grundeinstellung.   
Der Absolutbereich des Menschen hat so quasi zwei Anteile:   
1. Die eigene Wahlmöglichkeit des Absoluten,   
2. Die von Gott quasi von Geburt an mitgegebenen absoluten Attribute wie primäre Freiheit, personale Integrität, Selbstbestimmungsrecht, absolute Identität und Würde (wie ich sie noch später weiter ausführen werde und offiziell im Wesentlichen in den allgemeinen Menschenrechten aufgeführt sind. (Siehe dort.)   
Von der „Welt“ bekommt der Mensch von vornherein nur eine relative, damit aber auch von vornherein eine primär manipulierbare, unterdrückbare, spaltbare, vergängliche Existenz zugesprochen - ein Zustand, der m.E. seelische Krankheiten, um die es hier vor allem geht, fördert.[[99]](#footnote-99) D.h. er ist nie ganz absolut, nie ganz er selbst, nie ganz mit sich identisch, nie ganz echt oder wahrhaftig, nie völlig einheitlich, nie völlig unbedingt oder primär, nie ganz unabhängig usw. (außer 1.), sondern immer auch ein Stück voller Paradoxie, Sinnlosigkeit, immer ein Stück sich fremd, gespalten, chaotisch, festgelegt, unbestimmt, verrückt, extrem, pseudoautonom oder überabhängig usw.|

Was benötigt der Mensch?

Der Mensch scheint viel zu benötigen, vor allem Liebe und Nahrung. Was aber ist wichtiger? Ich glaube, die Liebe ist für den Menschen wichtiger als die Nahrung. Zur Liebe strebt der Mensch besonders hin. Irdisch als Partnersuche, spirituell-religiös in Form der Gottsuche. Berühmt ist der Versuch Friedrichs des II. von Staufen, der auf der Suche nach der Ursprache Waisenkinder materiell aufs Beste von Ammen versorgen ließ, allerdings durften diese nicht mit den Kindern sprechen. Sie bekamen alles, nur keine Liebe. Diese Kinder sind jämmerlich zugrunde gegangen. Und wie vielen Menschen geht es heute ähnlich: Sie haben alles materiell Notwendige und bringen sich dennoch um. Ich glaube deshalb, dass der Mensch primär darauf angelegt ist, geliebt zu werden. Ich glaube, unsere Seelen tragen das ganze Leben lang den Schmerz um das verlorene Paradies mit sich und sie sehnen sich ins Paradies zurück. Ähnlich auch F. Nietzsche: „Denn alle Lust will Ewigkeit.”  
Die heutige Psychologie sieht uns Menschen jedoch v.a. immanent. Nach Rudolf etwa ist das Ziel der Aktivitäten des Ichs „die Durchsetzung eigener Interessen (Triebbefriedigung zur Selbsterhaltung bzw. Fortpflanzung) unter gleichzeitiger Sicherstellung der für diese Interessen und das eigene Wohlbefinden nötigen sozialen Beziehungen.“ (S. 67)

Mensch und Welt

Von der nichtpersonalen Welt unterscheidet sich die Person wie folgt:  
**-** Die Person hat dem Absoluten gegenüber die genannte absolute Wahlfreiheit[[100]](#footnote-100) - die nichtpersonale Welt nicht. Die Person hat Selbstbestimmungsmöglichkeit und freien Willen absolut nur gegenüber dem Absoluten, relativ gegenüber dem Relativen. Jede Person hat so ein eigenes Absolutes und ist dadurch Individuum = (letztlich) unteilbar, einzig.  
**-** Der Mensch hat die Möglichkeit, quasi aus dem Absolutbereich, Unableitbares neu zu schöpfen.  
Diese Möglichkeiten werden bestritten. So will uns mancher Neurowissenschaftler einreden, das Ich sei nur Produkt neuronaler Prozesse und habe keinen freien Willen.  
**-** Der Mensch hat die Fähigkeit zur Selbstreflexion, er besitzt Selbstbewusstheit.  
**-** Welt (W) und Person (P) stehen in Wechselbeziehung. P ist in Welt eingebettet, ist ein Teil der Welt und wird von dieser beeinflusst oder gar bestimmt - andererseits bestimmt und verändert P auch W.|

Gesellschaft, Staaten

Diese pr Einheiten spielen als mögliche Ursache für psychische Erkrankungen eine wesentliche Rolle. Von allen Gesellschaften, Staaten, Gemeinschaften oder irgendwelchen Gruppen gehen mehr oder weniger positive und negative Einflüsse auf die einzelnen Menschen aus. Dabei spielen m.E. die jeweils herrschenden Ideologien eine entscheidende Rolle die wesentliche Ursachen für zweitrangige Wirklichkeiten (Gesellschaften usw.) sind.   
(→ [Darstellung verschiedener fremder Wirklichkeiten](#_Darstellung_verschiedener_fremder)).   
Vom Aufbau und der Charakteristik entsprechen die Gesellschaft, Staaten im Wesentlichen denen der Wirklichkeiten allgemein und werden deshalb, trotz ihrer großen Bedeutung, hier nur kurz erwähnt. Wie alle pr Systeme repräsentieren sich Gesellschaften als eine Mischung von einer erstrangigen und vielen zweitrangigen Wirklichkeiten. Dabei sind die zweitrangigen Wirklichkeiten wesentliche Ursache oder Grundlage für das Entstehen von Krankheiten in der Gesellschaft oder im Individuum. Die Güte einer Gesellschaft oder eines Staates erkennt man vor allem daran, ob sie ihre schwachen und kranken Mitglieder integrieren kann oder nicht. Für den Charakter auch dieser pr Einheiten ist typisch, dass ihre zweitrangigen Anteile zueinander in mehr oder weniger großem Widerspruch stehen.

Spezielle Gruppen (Siehe Soziologie).

Weiteres siehe unter `[Psychologie](#_P_S_Y)´.

###### Einbettung der pr Einheiten

P s y c h e

I c h  (A)

P e r s o n (e n)

W e l t

**Adjektive**

**Verben**

**Substantive**

**Syntax**

**R**

**A**

**0**

Die Abbildung (8) soll zeigen,   
1. dass verschiedenste pr Systeme/ Einheiten ähnliche Grundstrukturen haben:  
Sie bestehen aus Substantiv-Repräsentanzen, Verb-Repräsentanzen, Repräsentanzen der Adjektive und deren Zusammenhänge (Syntax). Diese vor allem in Form von Subjekt- und Prädikat- bzw. Objekt-Repräsentanzen (horizontale Ebene). Alle diese Aspekte können eine absolute oder relative oder keine Bedeutung haben (vertikale Ebene).   
**Für ihr Zusammenspiel sind die jeweiligen Absolutheiten entscheidend**.[[101]](#footnote-101)  
2. wie kleinere Systeme in jeweils größere eingebettet sind.  
(Mit Ich A soll symbolisiert werden, dass das Individuum, im Gegensatz zu nichtpersonalen Bereichen, ein eigenes `Wahlabsolutes´ hat und dadurch nicht automatisch von anderen Systemen bestimmt werden kann.)

Die Darstellung des Zusammenhangs der verschiedenen Einheiten/ Systeme ist wichtig, um zu verstehen, wie bestimmte Veränderungen, so vor allem krankheitsfördernde Einflüsse, von einem System auf das andere übertragen werden können. Die für alle pr Einheiten gleiche Einteilung soll das Verständnis dieser Zusammenhänge erleichtern.  
Konkrete „Einheiten“ v.a. [konkrete Personen](#_Konkrete_Beispiele_(Hölderlin,) siehe später.

#### Weitere Beispiele

###### Glaube und Wissen

“Cogito, ergo sum“ oder “Credo, ergo sum“?  
 *“*Nil sapientiaeodiosius acumine nimio.” (Seneca)[[102]](#footnote-102)

Eine ähnliche Prioritätsfrage wie die zwischen Geist und Materie ist die bezüglich Glaube und Wissen, denn Glaube zielt auf Geist, Wissen bzw. Vernunft aber zielt auf Fakten. Die Grenzen zwischen Glaube und Vernunft sind fließend. In der erstrangigen Wirklichkeit besteht zwischen beiden kein Widerspruch, aber Vernunft und Wissen sind dem Glauben untergeordnet. Der Glaube geht Wissen und Vernunft voraus. Glaube geht tiefer als das Wissen. Jedes Wissen geht von bestimmten Grundannahmen aus, die letztlich Glaubensaussagen sind.   
Der Glaube aber geht primär nicht von irgendwelchen Wissensgrundlagen aus. Wie widersinnig wären die Forderungen: „Beweise mir, dass du mich liebst, dass ich wertvoll bin, dass ich eine unbedingte Lebensberechtigung habe usw.” Glaube bewegt die Herzen, den Kern, den Absolutbereich der Person stärker als das Wissen. Glaube ist stärker, aber nicht besser als Wissen. Aber: ein guter Glaube ist besser als gutes Wissen. Andererseits ist negativer oder zerstörerischer Glaube viel gefährlicher als negatives Wissen. Der Glaube an irgendwelche Ideologien oder Führer hat mehr als alles andere unzähligen Menschen das Leben gekostet. Am gefährlichsten sind deshalb menschenverachtende Ideologien - am besten dagegen Gott oder die Liebe, an die man auch nur glauben kann.   
Warum sollten wir nicht den Glauben in positiver Richtung nutzen, wenn er so eine starke Macht ist?   
Es scheint, dass wir paradoxerweise aus übertriebener Wissenschaftsgläubigkeit darauf verzichten, Glaubensprobleme überhaupt anzusprechen. Aber nicht nur gutes Wissen sollte unseren Patienten nutzen, sondern auch ein guter Glaube, der den Betroffenen hilft, gesund zu werden. So vertrauen auch - nach meinen Erfahrungen - Patienten einem glaubwürdigen Therapeuten mehr als einem klugen.   
Beispiel: „Die Mutter spricht zu ihrem Baby ... und keiner sagt: `Aber, was redest du denn da? Das Baby versteht doch gar nichts!"[[103]](#footnote-103) Die Mutter aber glaubt, dass ihr Kind sie versteht, auch wenn es nicht weiß, was sie sagt, denn die Mutter vermittelt dem Kind das Wichtigste: Liebe, an die man nur glauben kann.  
(Siehe auch: `[Wissenschaftskritik allgemein](#_Wissenschaftskritik_allgemein)´.)

###### Sinn

Ich unterscheide erstrangigen, eigentlichen Sinn von zweitrangigem, fremdem Sinn:  
• Der erstrangige, eigentliche Sinn kann absolut oder relativ sein.   
Es gibt nur einen erstrangigen absoluten Sinn und viele erstrangige relative Sinnformen oder -inhalte. Sinnvoll ist es beispielsweise, Gutes zu tun, gesund und leistungsfähig zu sein usw. Dennoch, glaube ich, haben diese Sinnfindungen keine absolute, sondern nur eine relative Bedeutung und sind eingebettet in einen größeren Sinn, den ich in der unbedingten Liebe Gottes zu uns sehe, die auch dann noch Sinn und Glück in uns bewirken kann, wenn die relativen Sinnziele verlorengegangen sind.[[104]](#footnote-104)  
Man kann ihn `Metasinn´ nennen, weil er auch über den fremden Sinnformen steht und diese kompensiert.  
• Im Unterschied dazu gibt es viele fremde, zweitrangige, (schein)absolute und -relative Sinnformen und -inhalte. Diese besitzen zwei gegensätzliche und einen Null-Anteil.  
Beispiel: Wenn etwa Erfolg für eine Person einen absoluten Stellenwert hat, dann handelt es sich um einen fremden, scheinabsoluten Sinn. Diesem fremden Absoluten (fA) sind in der Regel andere Sinn-Anteile untergeordnet. Wenn Erfolg der absolute Sinn ist, dann ist es beispielsweise auch sinnvoll, andere Menschen zu unterdrücken oder zu bekämpfen, wenn diese den Erfolg gefährden.   
(Über die damit verbundenen Gegensätzlichkeiten s. später.)

###### Krankheit und Gesundheit (Tod und Leben)

Hier nur einige Stichworte:   
- Wir sollten uns davon frei machen, Krankheit als etwas ausschließlich Negatives zu sehen, das nur beseitigt werden muss, denn Gesundheit und Krankheit haben an sich nur relative Bedeutung. D.h. Gesundheit hat auch negative und Krankheit hat auch positive Aspekte. Das zeigt auch die Praxis: Krankheit kann Schutz- und Abwehr-, Entlastungs-, Identitäts- und andere Funktionen haben (→ [Krankheitsgewinn](#_Krankeitsgewinn)). Zwar ist im Allgemeinen Krankheit überwiegend negativ und Gesundheit überwiegend positiv, doch kann Krankheit sogar überwiegend positiv und Gesundheit überwiegend negativ sein.   
Ich würde mich deshalb auch nicht scheuen, durchaus von einer `positiven Depression´ und `positiven psychotischen Phase´, `positiver Angst oder Zwang´ zu sprechen und diese von entsprechenden überwiegend negativen Krankheitszuständen abgrenzen.[[105]](#footnote-105)  
 *Beispiele* für „positives Leid/Symptome“: Entzug, Operation, Mitleid, Ablösungsprozesse.   
 *Beispiele* für „negatives Wohlbefinden“: High durch Drogen, symbiotische Beziehungen, Flow-Erlebnisse.  
- Es gibt Verbindungen zwischen gut/böse und gesund/krank: Gutes korreliert mehr mit Gesundheit, Böses mehr mit Krankheit. (S.a. in `Metapsychiatrie´).  
- Zwischen Krankheit und Gesundheit gibt es fließende Übergänge. Es gibt wohl selten einen völlig gesunden oder völlig kranken Menschen - auch im psychischen Bereich. Wir tragen alle Neurotisches und potenziell Psychotisches in uns.  
- Werden Gesundheit oder Krankheit zu wichtig genommen (verabsolutiert), dann entstehen verfälschte Theorien und Therapien.

Gegen Verabsolutierung von Gesundheit

Unsere Gesellschaft hat nicht nur eine idealisierte Vorstellung von Gesundheit - wie sie unter anderem auch in der WHO Definition deutlich wird - sondern sie suggeriert uns auch, dass dieses Ideal erreicht werden kann und dass jeder einen Anspruch darauf hat.[[106]](#footnote-106) Verabsolutieren wir als Ärzte Gesundheit, dann entstehen neben der angestrebten Gesundheit Störungen. Dann kann verabsolutierte Gesundheit krank machen oder einen anderen hohen Preis fordern. Wenn wir Gesundheit um jeden Preis erzwingen wollen, wird sie sich uns um so eher entziehen. Diesen Mechanismus kennt man ja auch aus dem Alltag.[[107]](#footnote-107)  
Umfassender kann man sagen, dass in unserer Gesellschaft die Tendenz besteht, das irdische Leben überhaupt zu verabsolutieren.   
(S.a. Abschnitt: „[Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit](#_Rolle_und_Bedeutung)“ in `Metapsychiatrie´.)

### Zusammenfassung

Im Kapitel Metapsychologie wird eine Einteilung vorgestellt, die für jedwedes psychisch Relevante (vor allem aber für die Psyche selbst, für das Ich, für die Person bzw. Personen und alles was für diese sonst bedeutsam ist) verwendet werden kann. Diese Einteilung hat eine vertikale und horizontale Achse. Die vertikale Achse wird durch absolute und relative „Dimensionen“ gebildet. Die „Differenzierungen“ bilden die horizontale Achse.   
Sie werden von grundsätzlichen Sprachformen abgeleitet. Alle psychisch relevanten Wirklichkeiten haben also bestimmte Dimensionen und Differenzierungen, wobei die jeweils absolute Dimension für die jeweilige Wirklichkeit bestimmend ist. Es werden vor allem erstrangig-eigentliche und zweitrangig-fremde Dimensionen und dementsprechend erst- und zweitrangige Wirklichkeiten unterschieden, die sehr unterschiedliche Charakteristika haben. Vor allem die zweitrangigen, fremden Wirklichkeiten (besonders zweitrangiges Psychisches und Personales) bilden die Grundlage für die Entstehung psychischer Erkrankungen.   
  
Legt man diese Gedanken zugrunde, könnte man sagen:   
1. Allgemein: Die Metapsychologie oder was psychologisch relevant ist, hat mit existentiellen, fundamentalen Bedeutungen zu tun, deren Hauptrepräsentanten das Absolute, das Relative und das Nichts sind und mit dem, was Substantive, Verben und Adjektive repräsentieren - also mit „Strukturen“ (Formen), „Bewegungen“ und „Qualitäten“. Und psychisch relevante Zusammenhänge haben etwas zu tun mit dem, was Subjekte, Objekte und Prädikate repräsentieren (`1. Einteilungsstufe´).  
2. Die weitere Untergliederung (`2. Einteilungsstufe´) entspricht der 1. senkrechten Spalte der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf). In Stichworten kann man sagen:   
Metapsychologie bzw. psychisch Relevantes und Psyche haben etwas zu tun mit: Absolutheit/ Sinn, Identität, Wahrheit, Einheit (Ganzheit), Unbedingtheit (Sicherheit), Ursachen, Freiheit (a 1-a7), weiter mit: Alles und Nichts, Gott und die Welt, Ich und andere Menschen, Geist und Körper, Geschlecht, Zustände, Strebungen, Besitz, Möglichkeiten, Notwendigkeiten, Pflichten, Rechte, Neues und Altes, Taten, Informationen, Wiedergabe, Bedeutungen, Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft, falsch und richtig (Einzelaspekte) und mit allen damit zusammenhängenden `Bewegungen´, also Aktionen und Vorgängen - und sie haben mit deren Dimensionen zu tun, d.h. mit deren absoluter, relativer oder nichtiger Rolle.  
3. Der `3. Einteilungsstufe´ könnte man alle Begriffe der Übersichtstabelle zuordnen.

4. Unbegrenzt könnte man schließlich formulieren: Metapsychologie bzw. psychisch Relevantes und Psyche haben etwas zu tun mit dem, was alle seelisch relevanten Worte und Sätze repräsentieren. D.h. auch, jedes pr Wort ließe sich in der Übersichtstabelle (oder einer noch weitergehenden Einteilung) einem bestimmten Bereich (z.B. einer Tabellenzelle) zuordnen.  
  
Ich werde in dieser Arbeit meistens von der 1. oder 2. Einteilungsstufe ausgehen. Man könnte natürlich auch vielfältige andere Einteilungen des psychisch Relevanten verwenden (und man tut es ja auch). Mir erscheint es aber am sinnvollsten, die schon bestehenden Differenzierungen der Sprache analogisch zu verwenden und deren Bedeutung nach den genannten Dimensionen darzustellen. Dadurch stellt die vorliegende Einteilung ein offenes aber geordnetes System dar, das je nach Bedarf, beliebig erweitert oder gekürzt werden kann, andererseits aber auch - in Form des Absoluten - (relativ) geschlossen ist und so eine vielfältige Einheit darstellt. Mir scheint, dass diese Einteilung mehr Möglichkeiten bietet, psychisch Relevantes allgemein und Psychisches speziell darzustellen als die üblichen Einteilungen von Psychologie und Psychiatrie.

###### Zusammenfassende Übersicht: Dimensionen und Differenzierungen und deren Ableitung

Tab. 5

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| S P R A C H E | | | P S Y C H I S C H R E L E V A N T E S | |
| Komparation (Vergleichsformen von Adjektiven) | | absolute / und relative Adjektive | **DIMENSIONEN** (absolute und / relative) | |
| a1 absolut / relativ | |
| a2 selbst, identisch /anders | |
| a3 eigentlich, real / möglich | |
| a4 einheitlich, ganz / teilweise | |
| a5 unbedingt / bedingt | |
| a6 primär / sekundär | |
| a7 unabhängig / abhängig | |
|  | | | HAUPTASPEKTE (allgemeine DIFFERENZIERUNG) | |
| Morphologie | | Substantive | Sein | I Einheiten:  Geist / Materie |
| Verben | Leben | II Dynamiken:   Leben/ Funktionieren |
| Adjektive | Qualitäten | III Qualitäten:  abs./ relative Qualitäten |
| Syntax | | | Zusammenhänge | IV Zusammenhänge:   Subjekte/ Objekte |
|  | | | EINZELASPEKTE (spezielle Differenzierung) | |
|  | SUBSTANTIVE | | Seins-Formen | Einheiten |
| 1 Alles / Einiges (Nichts) |
| 2 Gott / Welt |
| 3 Personen/ Nichtpersonales, Dinge |
| 4 Ich / Andere(s) |
| 5 pers. Geist / Seele, Körper |
| 6 Geschlecht |
| VERBEN  Modalverben | | Lebens-Formen  Modalitäten | **Dynamiken** (und Modalitäten) |
| 7 sein |
| 8 wollen |
| 9 haben |
| 10 können |
| 11 müssen |
| 12 sollen |
| 13 dürfen |
| Vollverben | | Tun | 14 erzeugen |
| 15 tun |
| 16 wahrnehmen |
| 17 wiedergeben |
| 18 werten |
| 19 Vergangenheit |
| 20 Gegenwärtiges |
| 21 Zukunft |
| ADJEKTIVE | | Qualitäten | Qualitäten |
| 22 richtig, falsch |
| 23 negativ, positiv |

# P S Y C H O L O G I E

## Allgemeines

##### Einführung

In diesem Kapitel geht es allgemein um Person und Psyche.  
Da die Begriffe Person und Psyche in ihrer Bedeutung sehr ähnlich sind - der Begriff Person ist etwas weiter gefasst - behandele ich hier beides zusammen.  
Für beides steht abgekürzt `**P**´, es sei denn ich kennzeichne das Gemeinte extra.  
Während der Begriff `Mensch´ Geist, Seele und Leib gleichermaßen umfasst, liegt der Schwerpunkt der Bedeutung von Person und Psyche im geistig-seelischen Bereich. Deshalb scheint mir der Begriff der Person für unser Thema geeigneter als der Begriff Mensch.   
Ich nannte die Parallelen im `Aufbau´ der Welt und der Person in ihrer jeweiligen psychischen Relevanz. Also Parallelen zwischen `äußerer´ Welt einerseits und der Person und ihrer inneren Welt, der Psyche, andererseits. Wegen dieser Parallelen lassen sich Wiederholungen aus dem Teil `Metapsychologie´ nicht vermeiden.

###### Übersicht über wichtigste Definitionen

• Psychisch Relevantes (pR): Alles für die Psyche des Menschen Bedeutsame.   
• Welt (W): Mensch und Umwelt.   
• Mensch: Gesamtheit des Geistigen, Psychischen und Körperlichen.   
• Person (P): Der individuelle Mensch v.a. in seiner geistig-seelischen Dimension.   
• Psyche: Das personale psychisch Relevante.  
• Ich (I): Individuelle Person in ihrer Gesamtheit.  
• Selbst: Personales Absolutes (absolute Dimension der Person).  
• Personales Etwas: personales Relatives (relative Dimension der Person, v.a. der Körper des Menschen).[[108]](#footnote-108)

#### Person

Der Begriff `Person´ wird in der Literatur etwas unterschiedlich definiert: `Person´   
- „Bezeichnet ... den Einzelnen in seiner menschlichen Eigenart." (Schischkoff)   
- „Der Mensch als geistiges Einzelwesen." (Brockhaus)   
- „Der Mensch als Individuum in seiner leiblich-seelischen Ganzheit und mit dem Vermögen eines sich selbst bewussten Ich ausgestattet.“ (Psychologie)   
- „Mensch als individuelles geistiges Wesen, in seiner spezifischen Eigenart als Träger eines einheitlichen, bewussten Ich.“ (Wahrig)   
  
Ich definiere Person wie oben angegeben: „Der individuelle Mensch v.a. unter geistig-seelischen Gesichtspunkten." Oder: „Gesamtheit aller personalen Seins- und Lebensformen und Qualitäten mit ihren Zusammenhängen, repräsentiert durch entsprechende personale/ individuelle Substantive, Verben und Adjektive (und andere Sprachbestandteile) und deren Syntax in verschiedenen Dimensionen."

#### Psyche

##### Übliche Definitionen

Die Ansichten darüber, was Psyche ist, sind sehr unterschiedlich. Zwei Definitionen zeigen das.   
1. „Das heute vorherrschende Verständnis von Psyche bezieht sich auf das `Gesamtsystem´ aller jener (Lebens) `Regungen´, das `der Volksmund´ seit langem als Innenleben oder auch Seelenleben bezeichnet und dabei wie die wissenschaftliche Psychologie in Denken und Gefühlsleben unterteilt. Damit ist zuerst die Gesamtheit solcher `Lebensäußerungen´ oder Eigenreaktionen gemeint, die zuerst oder überhaupt nur der Selbst- oder Eigenwahrnehmung zugänglich sind und damit nur aus der subjektiven oder heute sog. `Ersten-Person-Perspektive´ beobachtet und beschrieben werden können…“.[[109]](#footnote-109)  
2. „Gesamtheit der an ein Subjekt gebundenen Erscheinungen der Widerspiegelung der Umwelt durch die höhere Nerventätigkeit.“[[110]](#footnote-110) Dementsprechend wird Psychologie definiert als „die Wissenschaft oder das objektive Studium der Psyche.“[[111]](#footnote-111)  
  
Während die erste Definition mir naheliegt, liegt die zweite mehr im Mainstream der universitären Psychologie, die, wie mehrfach erwähnt, eine rein objektivierende, wissenschaftliche Sicht bevorzugt.   
Das Hauptproblem einer solchen Psychologie ist jedoch, dass die Psyche des Menschen sich nur ansatzweise und oberflächlich wissenschaftlich ergründen lässt. Einige Autoren, so auch ich, versuchen, diese Einseitigkeit zu überwinden. So auch Frank A. Gerbode „Dadurch wird die ursprüngliche Bedeutung der Psychologie wieder eingeführt, die `das Studium der Seele oder des Geistes´ beinhaltet, und die Anwendungsmittel der Metapsychologie spiegeln das beständige und allgemeine Ziel der Psychologien und der Religionen wider, egal ob man dieses Ziel nun das Erreichen des Heilseins, der Erleuchtung, des Glücks oder der Errettung nennt.“[[112]](#footnote-112)  
Es geht also um erweiterte Perspektiven, nicht darum, die eine Einseitigkeit durch eine andere auszutauschen.  
Nicht: Gehirn einerseits und Geist andererseits. Nicht: Psychologie einerseits und Philosophie oder Religion andererseits.

##### Neue Definition von Psyche

Ich definiere Psyche als das personale psychisch Relevante.[[113]](#footnote-113)  
Und Psychologie definiere ich demnach als „Lehre vom personalen psychisch Relevanten.“   
Psyche ist die Sphäre einer Person, die alles das enthält, repräsentiert und reflektiert, was für sie relevant ist.

Das umfasst alles, was das Innere der Person selbst betrifft, sowie das, was für die Person außerhalb von ihr von Bedeutung ist. [[114]](#footnote-114)  
D.h. auch:   
1. Die „Psyche“ ist nicht räumlich auf eine betreffende Person begrenzt. Sie hat zwar einen Kern (das Selbst bzw. das Ich-Selbst), der einzigartig und individuell ist, steht aber andererseits mit der Außenwelt in Verbindung und geht so über ihre eigenen Grenzen hinaus. Die Psyche eines jeden Menschen ist so auch in einen metapsychologischen Bereich eingebettet.   
2. Die Psyche des Menschen ist inhaltlich nicht auf bestimmte Aspekte zu reduzieren. Sie kann alles aufnehmen, beinhalten, verarbeiten und reflektieren, was für den Betreffenden von Bedeutung ist. Diese Tatsache ist insofern wichtig, weil zu allen Zeiten die Tendenz bestand, die Psyche des Menschen auf einzelne Aspekte zu beschränken. Gegenwärtig besteht, wie erwähnt, die Tendenz, die Psyche auf das nur wissenschaftlich Beweisbare zu reduzieren.  
3. Für die Psyche des Menschen kann etwas absolute oder relative Bedeutung haben oder als nichtig angesehen werden. Am wichtigsten ist das, was für die Psyche des Menschen absolute Bedeutung hat.   
4. Weil der Mensch sich selbst reflektieren kann, ist er sowohl in der Subjekt- als auch in der Objektrolle.   
Hier besteht sowohl die Gefahr der Subjekt-Objekt-Spaltung, als auch der Subjekt-Objekt-Fusion oder -Auflösung.   
(Näheres dazu siehe `[Das Subjekt-Objekt-Problem](#_IV._Subjekte,_Objekte)´ und `[Subjekt-Objekt-Umkehr](#_Die_Subjekt-Objekt-Umkehr)´.)   
  
Psyche hat bestimmte Dimensionen und Differenzierungen.  
Die Dimension der Psyche sind:   
absolute und relative (und null) Dimension bzw. deren 7 Synonyme.   
Die Dimensionen haben entsprechende Bereiche und existieren in bestimmter Rangordnung und Ausrichtung.   
  
Die Differenzierung der Psyche leite ich, wie die des pR allgemein, von den oben genannten Sprachformen ab. Daraus ergeben sich - der `1. Einteilungsstufe´ entsprechend - vier Hauptdifferenzierungsaspekte:[[115]](#footnote-115)   
I. psychische Formen/Strukturen - abgeleitet von personalen Substantiven.[[116]](#footnote-116)  
II. psychische Dynamiken/„Bewegungen“   
- abgeleitet von personalen Verben (und Prädikaten).   
III. psychische Qualitäten  
 - abgeleitet von personalen Adjektiven.  
IV. psychische Zusammenhänge, Subjekte, Objekte, Prädikate  
 - abgeleitet von personaler Syntax.  
Das heißt: Psyche hat etwas zu tun mit dem, was für die Person relevante Substantive, Verben, Adjektive in jeweils absoluter, relativer oder nichtiger Bedeutung ausgedrücken.   
Und psychische Zusammenhänge haben etwas zu tun mit dem, was für die Person relevante Subjekte und Prädikate resp. Objekte repräsentieren.

Die weitere Untergliederung der Psyche (`2. Einteilungsstufe´) entspricht der 2. senkrechten Spalte der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf).  
 In *Stichworten* kann man sagen: Psyche umfasst: personale Absolutheit/ Sinn, Identität, Wahrheit, Einheit (Ganzheit), Unbedingtheit (Sicherheit), Ursachen, Freiheit (a 1-a7), weiter: personales Alles und Nichts, Gott und die Welt, Ich und andere Menschen, Geist und Körper, Geschlecht, Zustände, Strebungen, Besitz, Möglichkeiten, Notwendigkeiten, Pflichten, Rechte, Neues und Altes, Taten, Informationen, Wiedergabe, Bedeutungen, Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft, falsch und richtig, positiv und negativ (Einzelaspekte) und alle damit zusammenhängenden personalen `Bewegungen´, also Aktionen und Vorgänge - und sie hat mit deren Dimensionen zu tun, d.h. mit deren absoluter, relativer oder nichtiger Rolle.  
  
Der `3. Einteilungsstufe´ könnte man alle personenbezogenen Begriffe der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) zuordnen.  
  
Ganz umfassend könnte man formulieren: Die Psyche einer Person umfasst alles das, was die Person angeht. Alles kann die Person/ die Psyche angehen. Immer geht die Person/ Psyche das an, was von absoluter Bedeutung für sie ist. Das was sie angeht, findet den wichtigsten und differenziertesten Ausdruck in der Sprache (der eigenen und des über die Person Sprechenden). Auch: Alles, worüber eine Person spricht, ist Ausdruck ihrer Psyche. Dabei ist das jeweilige Absolute für die Psyche entscheidend. Auch: Der Inhalt der Sprache korreliert mit dem Inhalt der Psyche und die Sprachmuster korrelieren mit den Mustern der Psyche.[[117]](#footnote-117)  
  
 Vorteil dieser Definition:   
Psyche wird anhand wichtiger Sprachanalogien sehr wirklichkeitsnah differenziert und außerdem nach Dimensionsbereichen, deren Rang und Richtung eingeteilt, wobei diese wiederum personale bzw. psychisch relevante Einheiten bzw. Untereinheiten bilden. Damit wird der Begriff `Psyche´ nicht nur auf den eigentlichen geistig-seelischen Bereich beschränkt, sondern umfasst auch begrifflich den Körper, der ja auch „beseelt“ ist. Der Körper ist somit Auch-(noch)-Psyche.   
Durch diese neue Definition wird dadurch m.E. viel deutlicher gemacht, dass es sich nicht um zwei getrennte Entitäten (hier Körper, dort Psyche) handelt, sondern um eine Einheit mit verschiedenen Akzentuierungen.   
Außerdem ist, wie gesagt, die Definition Psyche noch weiter gefasst, denn sie umfasst nicht nur die Person selbst, sondern auch alles außerhalb der Person, was für diese von irgendeiner Bedeutung ist.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Einteilung von Person und Psyche (P) | | |
| DIMENSIONEN | | |
| Bereiche: | | |
| Absolutbereich  Relativbereich (*R*) | Selbst   Kernselbst und  relativer Sebstbereich   *(R* der Person/ Psyche)[[118]](#footnote-118) | |
| 0-Bereich | Nullbereich von P | |
| 7 Synonyme  von A / *R* | 7 pers. A- und *R*-Bereiche | |
| Absolutes  Identisches Eigentliches  Einheitliches  Unbedingtes.  Primäres  Unabhängiges | Relatives Anderes Mögliches Teilweises Bedingtes Sekundäres Abhängiges |
| **Rang** 1. 2. 0 | Erstrangiges von P | |
| Zweitrangiges von P | |
| Nichtiges von P | |
| **Richtung**  pro/+ kontra/− 0 | pro/+ der Dimension | |
| kontra/− | |
| 0 Richtung | |
| **DIFFERENZIERUNGEN** | | |
| Hauptaspekte: | | |
| Sein (S) | S der Person/ Psyche | |
| Leben (L) | L der Person/ Psyche | |
| Qualitäten (Q) | Q der Person/ Psyche | |
| Zusammenhänge (Z) | Z der Person/ Psyche   Subjekte von P  Objekte von P | |
| **Einheiten**  1. 2. 3. 4. 5. 6. | pers./psych. Repräsentanzen von: Alles/ Einiges (Nichts) Gott/ Welt Personen/ Dingen Ich (= von sich) / Anderes pers. Geist/ Körper Geschlecht | |
| weitere Einzelaspekte | z.B. Strebungen/ WIlle, Besitz, Möglichkeiten, Pflichten Notwendigkeiten, Rechte, Leistungen, Informationen, Darstellungen, Bedeutungen, Vergangenes usw. von/ in P | |
| (Tab. 6) | | |

##### Übersicht über die Einteilung von Person und Psyche

Die Begriffe Person und Psyche behandele ich hier wegen ihrer weitgehenden Übereinstimmung zusammen.   
Der Einfachheit halber verwende ich manchmal nur den einen oder anderen Begriff.   
Die Begriffe erstrangig/ eigentlich bzw. zweitrangig/ fremd verwende ich synonym. Auch hier verwende ich oft nur eine Bezeichnung.  
Die Leser mögen entschuldigen, dass ich in dieser Kurzfassung diese umfangreiche Problematik nur stichwortartig darstelle.  
Die `Einteilung´ des Personalen/ Psychischen erfolgt wie die des allgemeinen psychisch Relevanten nach:  
• Dimensionen:  
- deren Bereiche (absolut, relativ oder 0-Bereich)   
- deren 7 Synonyme   
- deren Rang (erstrangig / zweitrangig)   
- deren Ausrichtung (Pro +/ Kontra −).  
• Differenzierungen durch analoge Sprachformen, die personal relevant sind.   
• Einheiten, die für P relevant sein können.  
  
[Hinweis: Das personale Absolute nenne ich das `Selbst´ und dessen Bereich `Selbstbereich´. Näheres siehe folgende Abschnitte]  
  
Da im Unterschied zur allgemeinen Betrachtung der Welt jetzt Person und Psyche im Mittelpunkt der Betrachtungen stehen, ist damit verbunden, dass einige Begriffe neu auftauchen oder genauer definiert werden müssen. Es geht insbesondere um die Begriffe `Selbst´, `Ich´ und `Es´.  
Ich versuche diese Begriffe möglichst in der gleichen Bedeutung zu verwenden, die sie in der Umgangssprache haben, um so realitätsnah wie möglich zu bleiben. Andererseits sind Präzisierungen dieser Begriffe erforderlich. Dies auch, weil sie auch in der psychoanalytischen Literatur Zentralbegriffe sind. Mit diesen gibt es eine Reihe von Übereinstimmungen, aber auch deutliche Unterschiede. (Dazu später mehr).

### Differenzierung („Grammatik der Psyche“ - Analogie von Sprache und Psyche)

Die Ableitung der Einteilung von Psyche und Person und ihr `Aufbau´ soll jetzt ausführlicher dargestellt werden.[[119]](#footnote-119) Ich leite die Psyche (also das personale psychisch Relevante) so ab, wie ich das allgemeine psychisch Relevante abgeleitet hatte ([**Siehe dort**](#_Differenzierung__(Analogie) **!**), denn es besteht ein ähnlicher „Aufbau“ der Psyche resp. Person wie der der Welt in ihrer Wahrnehmung durch den Menschen. Dennoch bestehen entscheidende Unterschiede: Die Person hat absolute Wahlmöglichkeit und sie hat die Fähigkeit der Neuschöpfung und der Selbstreflexion.  
Ich unterscheide, wie bei der `Welt´ bzw. dem allgemeinen psychisch Relevanten, so auch bei Person und Psyche, drei fundamentale Dimensionen: das Absolute, das Relative und das Nichts. Das personale Absolute nenne ich das `Selbst´.  
Psychisches lässt sich, wie das psychisch Relevante der Welt, den Sprachanalogien folgend, in die bekannten IV Hauptaspekte und 23 Einzelaspekte und ihre Dimensionen einteilen.  
  
Ableitung der 4 Hauptaspekte der Person in absoluter und relativer Dimension   
(1. Einteilungsstufe)  
(Abb. 9)

personales R E L A T I V E S (= pers. Etwas)

I. pers. Nomen = II. pers. Verben = III. pers. Adjektive = IV. pers. Syntax =

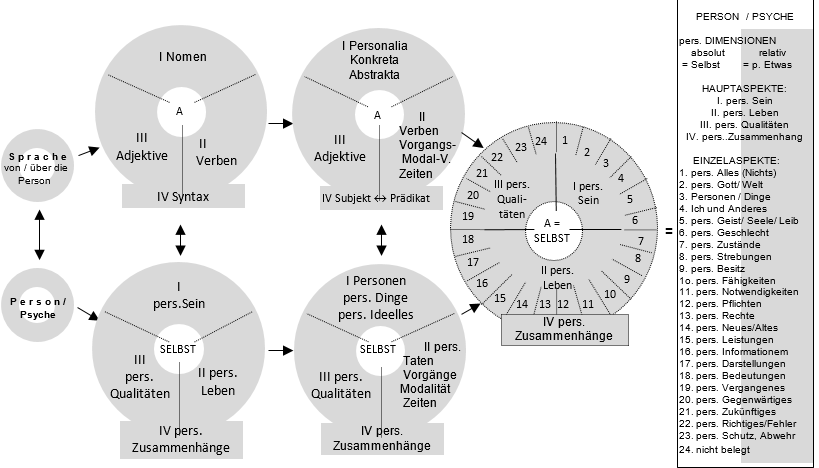
personales Sein personales Leben personale Eigenschaften personale Zusammenhänge

personales A B S O L U T E S = Selbst

Analalog dazu ist Psyche, nach den IV Hauptaspekten eingeteilt, das personale psychisch Relevante mit ihrem Sein, Leben, Eigenschaften und deren Zusammenhänge in absoluten, relativen und 0 Dimensionen.

Weitere Ableitung bis zu 23 Einzelaspekten (1.-2. Einteilungsstufe)

(Abb. 10)



Ableitung der `Psyche´ in Analogie zur Sprache mit zentralem Absoluten und peripherem Relativen.  
Von den Differenzierungen her entsprechen grundsätzliche Sprachformen in der oberen Reihe psychisch relevanten Aspekten der unteren Reihe.  
Auf der rechten Seite findet sich eine Auflistung, die eine Differenzierung bis auf 23 Einzelaspekte zeigt. Es soll mit dieser Abbildung auch deutlich werden, dass jeder Aspekt, wenn er nicht 0 (Nichts) ist, einen absoluten und einen relativen (grau) Anteil hat.|

Jede Form (Nomen) hängt mit bestimmten Dynamiken (Verben) als Aktion (Tätigkeitsverb) und/ oder Vorgang (Vorgangsverb) mit entsprechender Qualität (Adjektiv) in entsprechendem Zusammenhang (Syntax). Die Syntax gibt uns Auskunft über die Funktionen und Zusammenhänge der o.g. personalen „Elemente“. Wir können hier je nach Funktion unterscheiden: personales Subjekt, Prädikat/ Objekt und je nach Richtung der „Dynamik“: aktiv, passiv und reflexiv. Das alles auf der Basis verschiedener Dimensionen.   
Diese Differenzierung kann alle Worte und Zusammenhänge, die die Person/ Psyche betreffen, erfassen. Das hat den Vorteil, dass nicht nur von vornherein Irgendetwas Personales bzw. Psychisches oder psychisch Relevantes ausgeschlossen wird, sondern auch der Tatsache Rechnung getragen wird, dass alles psychisch Relevante für einen Menschen absolute Bedeutung gewinnen kann und ihn damit bestimmt.

### Dimensionen von Person und Psyche

Ich unterscheide 2 (oder 3) Dimensionsbereiche der Person.[[120]](#footnote-120)  
1 personales Absolutes (pA) = **Selbst** (S).[[121]](#footnote-121)  
2. personales Relatives = personales Etwas.[[122]](#footnote-122)  
 (3. personales Nichts).[[123]](#footnote-123)  
Daneben gibt es noch die zweitrangigen, [fremden Selbsts](#_Fremd-Selbst) (fS), die ich v.a. in `Metapsychiatrie´ bespreche.

#### Selbst - das personale Absolute

Was lebt, ist unvertilgbar, bleibt in seiner tiefsten Knechtsform frei, bleibt Eins,   
und wenn du es zerreißest bis auf den Grund, und wenn du bis ins Mark es zerschlägst,  
doch bleibt es eigentlich unverwundet und sein Wesen entfliegt dir siegend unter den Händen.   
(F. Hölderlin)

###### Fragen bezüglich des Selbst

Gibt es überhaupt ein Selbst? Wenn ja, was ist das Selbst? Hat jeder Mensch ein Selbst? Auch das Neugeborene? Ist das Selbst eine vorgegebene, angeborene Größe oder muss es sich erst entwickeln?  
Ist das Ich-Selbst eine Einheit, wie Hölderlin dichtete (s.o.), oder gespalten, etwa zwischen „I und me“ (G.H. Mead) oder, wie bei Lacan, zwischen „je und moi“ und wie bei Nietzsche, in Hinblick auf die Moral, immer ein „Dividuum", ein Gespaltenes? Ist das Selbst und dadurch auch das Ich also nie ein Individuum (Ungespaltenes)?

###### Selbst-Definitionen in der Literatur

In der Psychologie wird unter dem Selbst sehr Unterschiedliches verstanden: [[124]](#footnote-124)  
1. „System von bewusstem und unbewusstem Wissen einer Person darüber, wer sie zu sein glaubt.“  
2. „Bezeichnung für die koordinierte Steuerung dieser Wissensprozesse, oft auch `Ich´ genannt, (S. Freud)."  
3. „Bezeichnung für ein der Person inhärentes Entwicklungsprinzip, wobei das Selbst den Grund und das Ziel einer Reifung und Differenzierung der Persönlichkeit im Sinn der Selbstverwirklichung darstellt (C.G. Jung, C. Rogers u.a.).“

4. Selbst als „Summe der Selbst-Repräsentanzen“. Etwa O. Kernberg: „Das Selbst ist eine intrapsychische Struktur, die sich aus mannigfachen Selbstrepräsentanzen mitsamt den dazugehörigen Affekten konstituiert. Selbstrepräsentanzen sind affektiv-kognitive Strukturen, die die Selbstwahrnehmung einer Person... widerspiegeln.“[[125]](#footnote-125)

5. Kohut spricht von „der Verwirklichung des in seinem Kern-Selbst hinterlegten (Lebens)-Entwurfes durch seine Taten.“[[126]](#footnote-126)

6. Ähnlich Tilmann Moser: „Kein Mensch hat ein angeborenes Selbst, das aus eigener Kraft zur Entfaltung käme … Aber es gibt ein angeborenes Bedürfnis nach der Entwicklung eines Selbst...“[[127]](#footnote-127)  
7. Psychologie Lexikon zum Selbst: „Die Gesamtheit der Eigenschaften, Einstellungen und Verhaltensweisen, die jemand als bezeichnend für die eigene Person empfindet.“[[128]](#footnote-128)

8. Rudolph: „Vom Selbst sprechen wir dann, wenn das objektsuchende Ich sich selbst zum Objekt nimmt.“[[129]](#footnote-129)

9. Aus der heutigen Sicht der Philosophie des Geistes wird ausgeführt: „Versteht man unter `Selbst´ den unveränderlichen Wesenskern einer Person, so werden die meisten Vertreter der Philosophie des Geistes wohl behaupten, dass es nichts Derartiges gibt. Die Idee von einem Selbst als einem unveränderlichen Wesenskern entspringt der christlichen Vorstellung einer immateriellen Seele. Eine solche Vorstellung ist für die meisten heutigen Psychologen und Philosophen aufgrund ihrer materialistischen Grundüberzeugung nicht akzeptabel. Doch auch die Idee eines konstanten materiellen Wesenskerns - etwa realisiert in einem unveränderlichen Hirnareal - scheint ... unplausibel ...“[[130]](#footnote-130)

###### Kritik

Allgemein:

Die meisten Autoren unterscheiden nicht zwischen eigentlichem Selbst und fremdem Selbst.   
Es wird zudem oft nicht zwischen einem Kern-Selbst und einem relativen Selbst (Auch-Selbst) unterschieden. Häufig wird unter dem Selbst das Bewusstsein seiner selbst verstanden, was aber etwas anderes ist.  
Aus diesen Gründen kommt es zu sehr unterschiedlichen Definitionen.  
Zu den einzelnen oben angegebenen Definitionen:  
 Zu 1. Sicher ist es letztlich Glaubenssache, was man unter dem Selbst versteht. Ich denke aber, dass hinter dem Begriff des (eigentlichen) Selbst etwas Allgemeingültiges und Objektives steckt. Wenn eine Person glaubt, sie sei, weil sie krank ist, weniger wert, so hätte sie einen Minderwertigkeitskomplex, der den Betreffenden glauben macht, er sei weniger wert. `Tatsächlich´ aber ist Derjenige genauso viel wert wie jeder andere Mensch. In diesem Fall irrte die Person in ihrem Glauben. Sie glaubte dann an etwas, was ich Fremd-Selbst nenne, was aber nicht das eigentliche Selbst ist.  
 Zu 2. Diese Definition würde ich dem, was ich unter dem Begriff `Ich´ verstehe, zuordnen.  
 Zu 3. Bei Definition 3 liegt mir nahe, das (eigentliche) Selbst als Grund und Ziel zu sehen.   
Die Annahme eines solchen Selbst hat viel Ähnlichkeit mit dem Entelechiekonzept von Aristoteles und meint vielleicht dasselbe: Nämlich dass es etwas in uns gibt, „was sein Ziel in sich selbst hat."[[131]](#footnote-131) Wenn diese metaphysische Realität eine Transzendenz hat, welche die Person gleichzeitig liebend umschließt, dann scheint mir das die stärkste Selbst-Definition zu sein. Wenn aber „Reifung, Differenzierung und Selbstverwirklichung“ primär von der Person selbst geleistet werden müssen, sind das für mich eher Ich-Funktionen. Damit würde aber nur ein Teilaspekt des Selbst, das `Auch-Ich-Selbst´ gekennzeichnet, aber nicht der Kern des eigentlichen Selbst, der von selbst wirkt. Ich wünsche jedenfalls meinen Kindern auch dann ein stabiles Selbstwertgefühl, wenn sie sich nicht „verwirklicht“ haben, wenn sie im Reifungsprozess und in ihrer Entwicklung stehengeblieben oder gar zurückgefallen sind - und wer von uns ist davon nicht betroffen? Ein Selbst, das von irgendwelchen Leistungen abhängig ist, wäre jedoch dann einem dauernden Auf und Ab unterworfen und so immer gefährdet.   
 Zu 4.-6. Ebenso ist ein Selbst im Sinne Kernbergs von vornherein ein eingeschränktes, schwaches Selbst und, aus meiner Sicht, letztlich nur die Summe verschiedener Fremd-Selbsts.[[132]](#footnote-132) Das eigentliche Selbst jedoch gibt der Person in jedem Fall das Gefühl, immer sie selbst zu sein - und nicht nur dann, wenn eine entsprechende Repräsentanz oder Leistung vorhanden ist. Das Selbst umfasst die gesamte Lebensbreite und gibt so der Person immer Halt, Würde, Identität usw., auch wenn andere Urteile, etwa des Gewissens oder anderer Personen, dieses Selbst infrage stellen.  
    Zu 7. und 8. Definition für Gesamt-Selbst, die aber nicht zwischen Kern- und Auch-Selbst unterscheidet und keine Auskunft über ein angeborenes (Kern-) Selbst gibt.  
 Zu 9. Das `Selbst´ als unveränderlichen Wesenskern zu sehen, entspricht weitgehend meinen Vorstellungen. Diese Definition beschreibt aber nur das Kern-Selbst und sieht auch nicht die Möglichkeit seiner Abwahl - das, was ich die absolute Wahlfreiheit gegenüber dem Absoluten nenne.[[133]](#footnote-133) Das bedeutete auch, dass wir zwar einerseits ein angeborenes Kern-Selbst haben, gleichzeitig aber auch die angeborene Möglichkeit besitzen, dieses Kern-Selbst zu bestätigen oder zu verändern oder gar zu negieren. D.h. Gott oktroyiert der Person ihr Selbst nicht auf.[[134]](#footnote-134) Ist der (von Gott gegebene) eigentliche Wesenskern verschwunden, wenn wir uns nicht entwickeln? Ich glaube, dass er zwar unterdrückt werden kann, dass aber dennoch dieses eigentliche Kern-Selbst wie ein liebevoller, unaufdringlicher Begleiter weiter wirkt. Und zwar so, dass wir diese Spannung und Unerlöstheit merken und durch ihn zu mehr Mut zu uns selbst aufgefordert werden.   
Für die Therapie ist wichtig, dass dieses angeborene Selbst, vor allem nach christlicher Auffassung, unangreifbar, nicht spaltbar und auch stärker als unser aktives Ich ist.[[135]](#footnote-135) Diese Auffassung vom angeborenen Selbst entspricht dem gleichen Glauben, der den allgemeinen Menschenrechten zugrunde liegt und in deren Präambel der Mensch ebenso mit einer angeborenen Würde und Freiheit und Gleichheit mit anderen, definiert wird. D.h. es gibt, so glaube ich, ein angeborenes Kern-Selbst, so wie es eine angeborene Würde des Menschen gibt. Der Mensch wäre sonst absolut manipulierbar. Zudem: Hätte er nicht ein angeborenes Kern-Selbst, dann würde er nicht in Konflikt mit sich kommen, wenn dieses verbogen würde.  
*Gibt es ein unsterbliches, ewiges Selbst bzw. Ich-Selbst? Gibt es ein die Person durchtragendes, konstantes Selbst oder nur ein vorübergehende, inkonstantes Selbst?*Aus schulpsychologischer Sicht nicht, denn diese geht letztlich von einer atheistischen Position aus.  
Es entspricht jedoch unserer Erfahrung, dass wir neben einem inkonstanten Selbstbild daneben auch das Empfinden haben, durchgehend Derselbe zu sein. Zwar empfinde ich mich einerseits von Tag zu Tag oder von Jahr zu Jahr anders, andererseits habe ich dennoch den Eindruck, immer ich selbst zu sein, immer der Torsten Oettinger und kein anderer zu sein. Es besteht also beides nebeneinander: einerseits ein inkonstantes Selbstbild, das dem relativen Selbst entspricht und andererseits ein konstantes, quasi tieferes Selbstbild/ Selbstempfinden, das dem Kern-Selbst entspricht. Das Selbst bzw. die Person nur auf das relative Selbst d.h. auf seine Selbstrepräsentanzen zu reduzieren, bedeutet, das Allerwichtigste wegzulassen.  
Die gängige Psychologie sieht das Selbst größtenteils nicht als unteilbares Ganzes, sondern das Selbst etwa aus vielen Selbstrepräsentanzen zusammengesetzt (s. Kernberg).[[136]](#footnote-136) Man kann auch sagen: Der Mensch wird dann nicht als Individuum (der Ungeteilte) sondern aus Teilen zusammengesetzt, als Dividuum (der Geteilte) gesehen. Diese Sicht kommt vor allem der Therapie schizophrener Psychosen insofern nicht zugute, weil ein Bild entworfen wird, wo die verschiedenen, letztlich instabilen Selbstrepräsentanzen nicht durch ein größeres Ganzes zusammengehalten werden, was dann, bei entsprechender Belastung, zum Auseinanderbrechen der Persönlichkeit führen kann. Analoges gilt auch für das Auseinanderbrechen von Gruppen bzw. Familien oder auch Gesellschaften. Schließlich: Wenn dem Patienten kein Kern-Selbst, kein absolutes personales Selbst zugestanden wird, sondern nur ein bedingtes, relatives Selbst, dann wird der Patient wesentlich instabiler und vulnerabler sein, als der, der das Bewusstsein eines unbedingten absoluten und unangreifbaren Selbst hat.   
**Das, was Therapeut und Patient unter dem Selbst verstehen, erscheint so als ein wesentlicher Faktor der Psychotherapie.**

Kritikübersicht

Tab. 7

|  |  |
| --- | --- |
| **Vorherrschende Ansicht der universitären Psychologie/ Psychiatrie** | **Christliches Bild vom Selbst** |
| Das Selbst ist: nicht angeboren,  nicht überdauernd (nicht unsterblich),  zerstörbar, teilbar.  Es besteht aus vielen Selbstrepräsentanzen, die nicht durch ein unzerstörbares Ganzes zusammengehalten werden. Diese Selbstrepräsentanzen können jederzeit verlorengehen. Sie, und damit auch das gesamte Selbst, müssen durch Anstrengungen des Ich aufrechterhalten werden.  Das Selbstbild entspricht einem relativen, attributiven Selbst und kennt nicht die hier beschriebenen absoluten Eigenschaften eines Kern-Selbst. Meines Erachtens insgesamt ein schwaches, „anstrengendes“ Selbstbild, das keine optimale Grundlage für eine Psychotherapie ist. | Das Kern-Selbst ist: angeboren,  potenziell unsterblich,  unteilbar, unzerstörbar.  Es existiert von selbst (aus Gott), „funktioniert“ von selbst und muss nicht durch das Ich konstituiert und aufrechterhalten werden. Außerdem hat die Person die freie Wahlmöglichkeit dieses eigentliche Selbst zu bestätigen oder ein anderes zu etablieren. Da dieses Selbst von selbst lebt und nicht durch irgendwelche Anstrengungen der Person aufrecht erhalten werden muss, sondern im Gegenteil, für diese Basis und Kraftquelle darstellt und dadurch den Patienten erheblich entlastet, erscheint dieses Selbstbild für die Therapie besser geeignet. |

##### Eigene Selbstdefinitionen

###### Übersicht

Der Begriff `selbst´ umfasst für mich ganz allgemein jede Anwendung und Bedeutung des Wortes `selbst´ wie in der Umgangssprache.  
Selbst = Überall dort, wo man (in sinnvollen Sätzen) `selbst´ sagen kann.   
Man kann nichtpersonales Selbst (das beispielsweise die Identität von Dingen kennzeichnet) und personales Selbst unterscheiden. Da für unser Thema das personale Selbst wichtig ist beschränke ich mich im Folgenden darauf.   
Man kann dieses wie folgt definieren:   
Überall dort, wo man in sinnvollen, personenbezogenen Sätzen `selbst´ sagen kann, handelt es sich um dieses personales Selbst.  
Dabei unterscheide ich a) ein Selbst, das es tatsächlich ist oder b) solche, die es nur scheinbar sind - also fremde Selbsts sind.  
Diese sind wie folgt konstituiert: (Abb. 11)  
a) Das **eigentliche Selbst** (Selbst), besteht aus:   
 - Kern-Selbst oder `Nur-Selbst´[[137]](#footnote-137) besitzt:   
 transzendenten Anteil  
 personalen Anteil [[138]](#footnote-138)   
 - Auch-Selbst (= relativer Anteil des Selbst,  
 „relatives Selbst“)   
b) **Fremd-Selbsts** (fS) - bestehen aus: (Abb. 12)  
 - Kern-Fremd-Selbst ist gespalten in  
 Pro- (oder +) fS-Kern  
 Kontra- (oder –) fS-Kern  
 Nicht (0)-Selbst-Kern  
 - Auch-fS, ebenso wie Kern bestehend aus:   
 Pro-(+), Kontra (–) und 0-Anteilen.[[139]](#footnote-139)  
  
 (Das [Fremd-Selbst](#_Fremd-Selbst) wird im Teil `Metapsychiatrie´ näher erklärt.)  
  
Die Frage nach dem Selbst einer Person ist vor allem eine Frage nach der Identität des Menschen und eine Frage nach dem zugrunde liegenden Absoluten bzw. nach dem zugrunde liegenden Geist. D.h. unser Selbstbild sagt uns, wer wir sind, wes „Geistes Kind“ wir sind.  
Es gibt hier viele fragwürdige Antworten: Hast du was, bist du was! Kannst du was, bist du was! Tust du was, bist du was! Weißt du was, bist du was! usw.   
Offene Fragen: Was bedeutet denn Selbstverwirklichung? Was heißt es, wenn man sich auf sich selbst besinnen oder auf sich selbst verlassen soll? Was ist mit diesem Selbst gemeint? Letztlich: wer bin ich selbst?

Gesamtes   
Selbst

Kern-Selbst   
(`Nur-Selbst´)

Auch-Selbst = pers. Relatives

Gesamtes   
Femd-Selbst

Gespaltener Kern des Fremd-  
 Selbst   
in der Mitte

Außen: pers.   
fremdes Relatives   
(= Auch-Fremd-Selbsts) außen

###### Das eigentliche personale Selbst

(Der Einfachheit halber nenne ich das gesamte eigentliche, erstrangige personale Selbst - also Kern-Selbst plus Auch-Selbst - in der Regel nur `Selbst´ und bezeichne andere Arten oder Teile des Selbst extra.)  
  
So wie der Charakter des allgemeinen Absoluten (A) zuvor beschrieben wurde, so ist auch der Charakter des Selbst absolut. Es ist das personale Absolute.  
Auch das Selbst hat 7 Synonyme. Es ist, bezüglich der Dimensionen:  
1. absolut 2. mit sich identisch 3. eigentlich 4. einheitlich, ganz 5. unbedingt 6. primär   
7. unabhängig.  
Substantivisch ausgedrückt: Das Selbst ist das personale Absolute, das personale Mit-sich-Identische, das personale Eigentliche, das personale Einheitliche, Unbedingte, Primäre, Unabhängige und Selbstständige.  
  
Was ist Kern-Selbst und was Auch-Selbst? Was ist absolut, was relativ?  
 1. Antwort: Das Kern-Selbst ist nur absolut, nur es selbst, nur eigentlich, nur einheitlich, nur unbedingt, nur primär und nur unabhängig. (Man könnte auch formulieren: es ist absolut absolut, absolut es selbst, absolut eigentlich usw.)   
Das Auch-Selbst ist auch absolut, auch es selbst, auch eigentlich, auch einheitlich, auch unbedingt, auch primär und auch unabhängig, aber gleichzeitig auch relativ, auch anders, auch möglich, auch teilweise, auch sekundär, auch abhängig.   
 2. Antwort: Kern-Selbst = in einem Ausdruck oder Satz, in dem man nichts anderes, als nur `selbst´ bzw. eines seiner Synonyme einsetzen kann (invariant).  
Auch-Selbst = wo man neben dem Begriff `selbst´, auch einen anderen, nicht synonymen Begriff einsetzen kann und sich beide nicht ausschließen.  
  
*Beispiele* zum Unterschied von Kern-Selbst und Auch-Selbst   
= zur absoluten und relativen Dimension von P:   
- Früherer verstand ich nicht, wenn jemand formulierte: „Ich selbst habe das und das getan” - oder ähnlich. Dann dachte ich, wer denn sonst als er hat das getan. Es reichte doch zu sagen: „Ich habe das und das getan.” Es scheint aber, als hätten die Menschen ein unbewusstes Gespür dafür, dass bei der Aussage: „Ich tue das oder das” das Subjekt `Ich´ nicht eindeutig bestimmt ist, so als gäbe es viele Ichs in einer Person und man unterschied zu Recht ein bestimmtes „Ich-Selbst” von anderen Ichs, die offenbar nicht Ich-Selbst, sondern Ich-Auch oder ein fremdes Ich bedeuten könnten. (Was der Auffassung dieser Arbeit entspricht.)   
- Man sagt: „Ich *habe* Arme, Beine, ein Herz, ich habe Verstand, eine Seele, einen Geist, Charakter” und so weiter. Das alles habe ich und *bin es auch.* Was aber bin ich nur? Wo bin ich nur ich und nicht auch ich?   
(Näheres siehe ggf. in ungekürzter Fassung.)

Weitere Charakteristika des Selbst habe ich diesen 7 Synonymen zugeordnet.   
Ich nenne sie hier in Klammern.   
1. absolut   
2. selbst (mit sich identisch, einmalig, alleine bestehend, unauswechselbar, nicht vertretbar, individuell ...).  
3. eigentlich (an sich, tatsächlich, wahr, wirklich, eindeutig ...).  
4. einheitlich (ganz, völlig, total, integer, unteilbar, umfassend, uneingeschränkt, unbegrenzt, eins ...).  
5. unbedingt (in jedem Fall, konstant, entscheidend, vorbedingungslos, existenziell ...).  
6. primär (zentral, grundlegend, am wichtigsten, bestimmend, übergeordnet, letztlich, ursächlich, direkt, ur- ...).  
7. unabhängig (selbstständig, losgelöst, frei, unverfügbar - aber wählbar, unantastbar ...).  
  
Das Selbst als personales Absolutes ist Geist. Es ist der absolute Geist der Person.  
Es durchdringt auch das personale Relative - v.a. die Seele, aber auch den Körper   
(→ [Embodiment](#_Körperpsychotherapie_und_Embodiment)) - die so Auch-Selbsts werden. Das Selbst wird aus Liebe geboren. (Die Fremd-Selbsts aus anderen Gründen.) Das Selbst an sich lässt sich, wie das Absolute (oder wie Gott), nicht definieren.[[140]](#footnote-140) Es ist jedoch offenkundig (Evidenz), glaubwürdig, einleuchtend und erlebbar. Man kann auch sagen: Es definiert sich aus sich selbst, es ist selbsterkärend.   
Oder: Es ist definiert sich aus der Liebe/aus Gott.   
Ich denke, dass vor allem Eltern ein natürliches Empfinden haben, wenn sie davon ausgehen, dass auch ein Neugeborenes ein Selbst hat. Für mich ist es schwer vorstellbar, anzunehmen, das Neugeborene habe noch kein Selbst oder es müsste sein Selbst erst erringen und entwickeln oder könnte es jederzeit verlieren. Das trifft m.E. nur auf die Fremd-Selbsts oder auf das relative Selbst zu. Ich glaube, das eigentliche Selbst ist göttlichen Ursprungs und vom Menschen angenommenes Geschenk. Man könnte wohl auch sagen: Es ist der Bereich, wo Gott und der Mensch eins sind; wo sich das Metaphysische mit dem Psychischen vereint.   
Das Selbst in der gängigen Psychologie dagegen entspricht eher einem Auch-Selbst, das man auch attributives Selbst nennen könnte. Das heißt, man schreibt dem Selbst etwas zu, durch das es erst zum Selbst wird. Es hat so nur relativen Charakter, es ist keine Konstante, es hat keine Dauer usw. (Ausführlichere Beschreibung des eigentlichen Selbst: Siehe ungekürzte Fassung.)

###### `Selbst´ im Sprachgebrauch

Verblüffend ähnliche Rückschlüsse darauf, was das Selbst ist und was es für eine Funktion hat, lassen sich ziehen, wenn man die Möglichkeiten des Sprachgebrauchs des Begriffes `selbst´ betrachtet:  
Im Deutschen steht es mit dem Substantiv bzw. Personalpronomen. Obwohl es nicht alleine steht und grammatikalisch eher ein Schattendasein führt, hat es beim näheren Hinsehen doch eine außerordentliche Bedeutung.[[141]](#footnote-141)

`Selbst´ steht für:  
•„eigene Person“, „persönlich“ - d.h. für *Unvertretbarkeit, Individualität (= Unteilbarkeit), Einmaligkeit* = keine andere Person als die betreffende. („Er selbst hat das gesagt“, „Sie muss sich selbst entscheiden“);   
• *Autorität*[[142]](#footnote-142) („Ich selbst habe das entschieden.“);  
• Selbst gibt der Person *Identität* (z.B. „Ich komme gar nicht mehr zu mir selbst“ u.ä.);  
• `aus eigenem Antrieb´ („Er macht das von selbst“) - d.h. für *Freiheit*;  
• `mühelos´, `automatisch´(„Etwas läuft von selbst“) - d.h. für *Autonomie und Leichtigkeit*;  
• `durch und durch´ („Er ist die Ruhe selbst“) - d.h. für *Integrität*;  
• `selbstverständlich´ („Es versteht sich von selbst“) - d.h. für *Selbstverständlichkeit*;  
• `alleine´ d.h. für etwas *Absolutes, Eigenständiges* („Nur er selbst kann das machen.“);[[143]](#footnote-143)  
• für `ohne fremde Hilfe´ („Das Kind kann sich selbst anziehen“) - d.h. für *Selbstständigkeit und Unabhängigkeit*;  
• `ohne dass ein Zweck dahinter steht´ („Eine Sache um ihrer selbst willen tun“)   
- d.h. für etwas *Vorbedingungsloses*;  
• `Besinnung´ („Ich komme zu mir selbst“) - d.h. für **Sinn**, auch *Identität*;  
• `im *eigenen Interesse*´ („Um deiner selbst willen“);  
• im Sinne von `sogar´ (Adverb) für etwas *Besonderes* („Selbst Peter war bei dem Fest dabei.“) auch im anderen Sinn von `sogar´ („Selbst wenn ...“) für *Sicherheit*.  
• Schließlich hat `selbst´ (nach Fleischer) mit `*freier Wahl*´ zu tun. Es hat eine freie Position im Satz, begleitet das Personalpronomen. Es erscheint dadurch wie ein treuer, unaufdring-licher Begleiter zu sein.  
• Die Sprache zeigt weiter, dass `selbst´ nicht flektierbar, also *unbeugbar*! ist. Es ist *souverän*.   
• In der griechischen Sprache heißt `selbst´ `autos´ und bedeutet dort auch *persönlich*.   
• Es gibt an sich keinen Plural von Selbst - so zeigt auch die Sprache, dass es nur *ein eigentliches Selbst* geben kann.  
Wenn wir etwas persönlich machen oder persönlich nehmen, dann hat es mit dem Selbst zu tun. Siehe auch: `[Die Wahl des Selbst oder die Wahl Gottes](#_Die_Wahl_des) - ein Plädoyer´.^

###### Zusammenfassung über das Selbst (z.T. Wiederholung) [[144]](#footnote-144)

- Jeder Mensch ist an sich einzigartig, unauswechselbar, einmalig und unteilbar. (Von der Wortherkunft heißt Individuum typischerweise „das Unteilbare“.) Religiös ausgedrückt: Wir sind alle Gottes Kinder, Gottes Ebenbilder, aber jeder ist einmalig. Das Selbst gibt der Person Identität.   
Jene bekannte Antwort Gottes, auf die Frage, wer er sei, „Ich bin, der ich bin“, gilt an sich auch für uns, egal wer wir sind. Das empfinden wir ja auch den eigenen Kindern gegenüber so. Immer dürfen sie mit sich identisch sein, immer sind sie gut genug, immer könnten sie sich auf das eigentliche Selbst verlassen, nie bräuchten sie sich zu verleugnen.[[145]](#footnote-145) Die Charakteristika des Selbst sagen zwar, dass jeder von uns ganz einmalig und individuell ist, sie können natürlich nicht sagen, was das je Individuelle ist. Das je Individuelle ist durch das *Ich-Selbst* gegeben.  
- Das Selbst ist absolut real und eigentlich. Es ist der eigentliche, vitale, existenzielle Bereich.   
- Es ist der Grund des menschlichen Seins und Lebens. „Grund“ im doppelten Wortsinn: Es ist Ur-sache und Basis zugleich. Es ist auch Ziel; Es ist auch eine Antwort auf die Frage „Warum bin und lebe ich?“.  
- Es ist frei und hat Autonomie. Das Selbst ist im Kernbereich absolut frei, im relativen Bereich relativ frei;  
- Das Selbst ist das Wichtigste eines jeden Menschen. Jeder Mensch hat an sich einen Wert, der höher nicht veranschlagt werden kann.   
- Das Selbst ist potenziell ewig = jeder Mensch ist auf Ewigkeit angelegt.   
- Es ist iebenswert und möchte auch um seiner selbst willen geliebt werden;[[146]](#footnote-146)  
- Es ist schon da, praktisch angeboren. Es ist also kostenlos. Man bekommt es geschenkt. Obwohl es das Wichtigste und Eigentliche des Menschen ist, hat man es umsonst. Man muss es nicht erst erringen oder verdienen. Das Selbst ist an sich selbstverständlich. Es ist an sich das einzige (personale) Selbstverständliche. Alles Relative, das wir uns oft absolut wünschen, ist an sich nicht selbstverständlich.  
- Man ist sich des eigentlichen Selbst zunächst nicht bewusst. Man kann und sollte sich aber, auch um seiner selbst willen, seines eigentlichen Selbst bewusst werden und versuchen, daraus zu leben.   
- Das Selbst ist auf Selbstbewahrung hin angelegt.   
- Wichtige Zeichen des Selbst sind „Ich bin“, „Ich will“ und „Ich darf“ - also die Wahrung des Selbstbestimmungsrechts und ein Leben auf der Basis des Freiwilligkeitsprinzips. Ihm entspringt das eigentliche, das primäre Leben. (Im Gegensatz zum fremdbestimmten, zweitrangigem Leben.)  
- Gott/ die Liebe ist der Schlüssel zum Selbst.  
- Das Selbst ist im Kern ein letztes Stück Paradies in uns, das wir bewahren und schützen sollten. Es ist im Kern jenseits aller irdischen Verantwortung, bis auf die letzte; Es ist jenseits von richtig oder falsch, ja sogar jenseits von gut und böse, jenseits von Schuld - bis auf das letzte Gut oder Böse. Es steht über dem Gewissen.[[147]](#footnote-147) Es ist im Kern überhaupt jenseits alles Relativen, damit der meisten irdischen Probleme. Es ist zwar bedrängbar, verdrängbar, unterdrückbar, aber es ist unvertilgbar, wie Hölderlin dichtete, man kann ihm letztlich nichts anhaben - es sei denn, dass der Betreffende dieses Selbst nicht will. Sonst ist es nicht tot zu kriegen. Darauf sollte man vertrauen.  
- Das Selbst ist gleichzeitig beste Integrationsbasis von allem Relativen und Verabsolutierten. Es integriert so auch das Falsche, das relative Böse und Schlechte, das Unmoralische, das Unnormale, das Kranke, das schwer Verzeihbare usw., ohne sich jedoch damit zu identifizieren oder beeinflussen zu lassen.[[148]](#footnote-148)  
- Das Selbst nimmt niemandem etwas weg.  
- Das Selbst lebt im Kern von selbst, lebt von alleine, ist dadurch aber auch irgendwie alleine, d.h. abgelöst vom Relativen (s. auch später: Nachteile des Selbst und Vorteile des Fremd-Selbst.)  
- Es ist unbegründbar und nicht hinterfragbar wie das Absolute, wie die Liebe und wie Gott. Es ist deshalb auch nur zu glauben und nicht zu beweisen. Es muss sich deshalb auch nicht rechtfertigen. (Religiös: Gott liebt den Menschen um seiner selbst willen.)  
- Es ist das Persönliche, die `Substanz´,[[149]](#footnote-149) das Kind (Gottes) in uns.  
- Selbstbewusstsein ist ein sich bewusst werden dieses eigentlichen Selbst.  
- Im Selbst fällt die wichtigste Entscheidung. Das Ich-Selbst hat das letzte Wort über sich.  
- Das Selbst kann, wie das Absolute, vom Ich zwar gewählt werden, kann (und muss) aber nicht hergestellt werden.[[150]](#footnote-150)  
- Das Selbst ist leistungsunabhängig.  
- Der Mensch benötigt unbedingt ein Absolutes, so ein Selbst. Lebt der Mensch nicht aus einem eigentlichen Absoluten, einem Selbst, so muss er aus einem Relativen ein fremdes Absolutes bzw. Fremd-Selbst „machen“, da er nicht ohne Absolutes/ Selbst sein kann. Ist etwa kein eigentlicher Selbstschutz da, dann entsteht stellvertretend eine Ersatz-Abwehr; Besteht kein eigentlicher Selbstwert, dann entsteht ein Ersatz-Selbstwert; Besteht keine eigentliche Identität, dann wird eine Ersatz-Identität etabliert usw.  
- Zusammengefasst kann man sagen, dass das Selbst die Funktion hat, der Person Absolutheit zu geben und dem Relativbereich der Person eine absolute Basis zu sein.|  
  
Was sind die „Nachteile“ des Selbst ¹?   
Das Selbst ist nicht von vornherein bewusst.  
Man kann es nicht vergrößern. Man kann es nicht erzeugen oder leisten.   
Man kann es nur wählen.   
Man kann nicht beweisen, dass dieses Selbst „richtig“ ist, man kann es nur glauben.  
Ein Mensch mit einem Selbst ist nicht mehr wert als andere.  
Diese „Nachteile“ sind wesentliche Gründe für den Widerstand in uns, aus diesem Selbst zu leben.

#### Das personale Relative

Ich unterscheide personales und nichtpersonales Relatives (z.B. Dinge der Umwelt).  
Für unser Thema wichtig ist das personale Relative. Hauptrepräsentant des personalen Relativen ist der Körper des Menschen. Umfassender gesehen ist das personale Relative v.a. die Dimension von `etwas´ (oder `es´) Personalem: vor allem von Dingen, Objekten, Funktionellem, Materiellem, Teilen von einer Person, aber auch von relativ geistigen Anteilen von P¹. [[151]](#footnote-151)   
  
Man kann unterscheiden:   
 a) eigentliches personales Relatives  
 b) fremdes personales Relatives  
 c) verabsolutiertes Relatives in einer Person = fremdes Selbst (fS).  
a) Das *eigentliche* personale Relative (¹) hat ein eigentliches Selbst zur Grundlage.   
Es ist auch erstrangig. Es ist ein Auch-Selbst.   
b) Das *fremde* personale Relative hat ein fremdes Selbst zur Grundlage.   
c) Wenn *Relatives* *verabsolutiert* wurde, besetzt es den Selbstbereich einer Person und spielt, wie erwähnt, in Form eines fremden Selbst (fS) eine wichtige Rolle bei der Entstehung psychischer Krankheiten.  
  
Kurze Unterscheidung zwischen eigentlichem Selbst und Fremd-Selbst:  
`Fremd-Selbsts´ kann man auch bedingte, zweitrangige, abhängige Selbsts nennen. Sie liegen dann vor, wenn von Menschen Relatives (Etwas) absolut genommen wird. Dann entsteht neben dem eigentlichen Absoluten ein anderes, fremdes Absolutes, das zum Zentrum für zweitrangige Wirklichkeiten werden kann (s.u.) Sie sind für die Genese psychischer Krankheiten von grundlegender Bedeutung.   
(Zu den [Fremd-Selbsts](#_Fremd-Selbst) siehe v.a. im Teil „Metapsychiatrie“.)

#### Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist

Meinem Sohn Robert gewidmet

Die Abbildung (13) symbolisiert im **erstrangigen** (!) Personalen die Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist.[[152]](#footnote-152)   
Die Grenzen zwischen ihnen wirken ähnlich wie semipermeable Membranen:  
Der Geist durchdringt und bestimmt Psyche und Körper, so wie das Absolute das Relative durchdringt und bestimmt.  
In der umgekehrten Richtung wird der Geist weder von der Psyche, noch vom Körper dominiert, aber in Form relativer Rückkopplung beeinflusst. (Symbolisiert durch die durchbrochenen Linien der linken Pfeile.)

**KÖRPER**

**PSYCHE**

**GEIST**

Salopp formuliert: Ein guter Geist ist an seiner Seele und seinem Körper interessiert, aber man kann den Geist nicht manipulieren.

Das Selbst als personales Absolutes ist Geist.[[153]](#footnote-153)   
Dieser Geist hat andere Charakteristika als Körper und Psyche und bestimmt diese.  
Körper und Psyche können diesen Geist, das Selbst, beeinflussen, aber nicht dominieren. Anders gesagt: Sie beeinflussen die Person (P), aber dominieren sie nicht, solange P sie selbst bleibt. Die Psyche dominiert den Körper (mehr als umgedreht), dominiert aber nicht das Kern-Selbst, ist aber ein Teil des gesamten Selbst.[[154]](#footnote-154) Der Körper dominiert nicht das Selbst (Geist), manchmal die Psyche, hat aber Anteil an diesen und beeinflusst diese.[[155]](#footnote-155)   
Körper und Psyche verändern sich, je nachdem an welches Selbst, an welchen Geist, sie gebunden sind. D.h. etwas von P (etwa dasselbe Gefühl) wird anders, je nachdem, ob es selbst- oder fremdbestimmt ist.  
Primäre Veränderungen von Körper und Psyche ändern nicht das Kern-Selbst. Die primären Veränderungen eines Selbst ändern aber immer Körper und Psyche. M.a.W.: Relative Änderungen (wie Störungen) in der Person haben nur relative Folgen. Änderungen im Selbst-Bereich haben aber absolute und relative Folgen für P.  
An sich kann man Körper und Psyche nicht absolut losgelöst vom Selbst sehen, da sie nicht das Losgelöste sind; Man kann sie nur abhängig oder relativ losgelöst sehen.   
 Im **zweitrangigen** Personalen sind die Zusammenhänge anders: Körper und Psyche können wie absolut, also eine Art Selbst werden (z.B. Vergötzung des Körpers) - sie werden dann selbst zu einem Fremd-Selbst. Je nachdem, welcher Bereich oder Teil der Person zum fremden Absoluten (fA) geworden ist, wird dieser die anderen P-anteile bestimmen. Dann kann, im Gegensatz zum erstrangigen Personalen, der Körper über die Psyche oder den Geist, oder die Psyche über den Geist bestimmen. P ist dann in diesem Punkt nicht mehr sie selbst, sondern sich selbst fremd. Dieses Fremd-Selbst ist instabil und teuer. Es ist ein Zwitter.  
 Jeder Mensch hat ein Selbst und meist auch viele Fremd-Selbst, die als Basis oder als Zentren wirken. Deshalb sind Körper und Psyche normalerweise nur relativ sie selbst *und* relativ fremd, relativ eigentlich *und* uneigentlich, relativ einheitlich *und* uneinheitlich oder gar gespalten usw.   
Im erstrangigen Personalen (P¹) sind Geist, Seele und Körper weder voneinander getrennt noch fusioniert, sondern bilden eine differenzierte Einheit. Im zweitrangigen Personalen aber kann es zu Spaltungen kommen, was noch zu besprechen ist.   
Geist und Körper scheinen wie zwei Pole eines Ganzen, eben des Menschen, von denen der „Pol Geist” kaum oder nicht strukturiert ist, sondern „leichter, beweglicher und variabler” ist, während andererseits der „Körper-Pol” strukturierter, fester und unbeweglicher ist. Die Psyche steht meines Erachtens zwischen beiden Polen, hat also Merkmale von beiden Seiten, gehört wohl aber mehr zum Geist, je nachdem, wie man Psyche definiert.  
Sehr wichtig, vor allem für die Therapie, ist, dass das Geistige nicht nur viel stärker auf die Psyche wirkt, als der Körper auf diese, sondern auch, dass der geistige Bereich als der freiere, variablere für therapeutische Interventionen bzw. für Persönlichkeitsänderungen im Vordergrund stehen sollte.   
Schließlich spielt es auch eine Rolle, dass Veränderungen, die von einem guten Geist ausgehen, quasi nebenwirkungsfrei sind. Therapieansätze, die den materiell-somatischen Bereich im Vordergrund stellen (wozu ich v.a. die Psychopharmaka zähle) sind deshalb keineswegs ausgeschlossen - ja sie sind vor allem in Akutsituationen oft erste und wichtigste Maßnahmen. Langfristig jedoch resultiert aus ihnen eine eher symptomatische, weniger nachhaltige und meines Erachtens auch nicht so effiziente Therapie mit mehr Nebenwirkungen als eine Therapie, die vom Primat des Geistigen ausgeht.

## Spezielles zum Ich

#### Zum Begriff

##### Das `Ich´ in der Fachliteratur

Begriff aus der Psychologie und Philosophie, der, je nach Schule, unterschiedlich definiert wird. Beispiele:   
• „Ausdruck für den Bewusstseinskern, d.h. für den Träger des Selbstbewusstseins der leiblich-seelisch-geistigen Ganzheit des Menschen“ (Schischkoff).  
• „In der Psychoanalyse ist das Ich eine innere Instanz der Seele (neben dem Es und dem Über-Ich), die mit ihren bewussten Ich-Funktionen (wie Wahrnehmung, Erinnerung, Denken, Planen und Lernen) sowie den unbewussten Ich-Funktionen (den Abwehrmechanismen) dazu verhilft, zwischen den verschiedenartigen Erfordernissen der Außenwelt, den Triebwünschen des Es und den moralischen Forderungen des Über-Ich zu vermitteln bzw. Einklang herzustellen."   
• „In der behavioristisch orientierten Persönlichkeitstheorie die Gesamtheit aller äußeren Verhaltensweisen des Individuums."  
• „Der sich selbst bewusste Ursprung und Träger aller psychischen Akte (Denken, Wahrnehmen, Fühlen, Handeln) des Individuums."[[156]](#footnote-156)

##### Eigene Bestimmung des `Ich´

a) Der Begriff `ich´ hat die Bedeutung wie im allgemeinen Sprachgebrauch.   
Er steht für die individuelle Person in ihrer Gesamtheit, die in der Subjektrolle von sich selber spricht. D.h. der Begriff `Ich´ als Personalpronomen steht für alles, was ich über mich aussagen kann. Die Betonung liegt auf dem aktiven Teil der Persönlichkeit, seiner Rolle als Subjekt (ich handele, ich nehme wahr, ich empfinde usw.).  
b) Davon unterschieden `das Ich´ als Objekt (z.B. Ich als Subjekt werde zum Objekt psychologischer Untersuchungen - dann aber auch (im Gegensatz zu `a´) möglich: Man untersucht mich.

#### `Arten´ des Ich

Ich unterscheide:

a. Eigentliches Ich [[157]](#footnote-157)   
 b. Fremd-Ich   
 c. Nicht-Ich  
  
zu a) Das **eigentliche Ich** hat ein eigentliches Selbst zur Grundlage. Es ist ein Ich-Selbst oder synonym erstrangiges Ich = Ich¹.  
Selbstbereich des Ich¹ = Ich-selbst, besteht aus:  
1. Kern-Selbst des Ich = Nur-Ich-Selbst (nur selbst/ absolut/ Geist),[[158]](#footnote-158) besteht aus:   
   a) eigener Ich-Selbst-Anteil, der sich selbst absolut bestimmt („absolutes Wahl-Ich-Selbst“ = IA)   
 b) transzendenter Anteil: göttliches A, das als Selbst gewählt werden kann (GA). [[159]](#footnote-159)  
2. Außenbereich des Selbstbereichs = Auch-Ich-Selbst bzw. Ich-selbst-auch = relativer Anteil des Ich-Selbst (etwas in mir/ von mir z.B. mein Körper, meine Beine, meine Gedanken usw. Auch: ich bin auch ein Stück Welt, ich bin auch wie du.) Der erstrangige Relativbereich ist gleichzeitig ein Auch-Absolutbereich: Körper und Psyche eingebettet in Geist.

Aufbau des eigentlichen, erstrangigen Ich: (Abb. 14)

|  |
| --- |
| Ich-Selbst-Kern = Nur-Ich-Selbst |
| Auch-Ich-Selbst relativ (etwas von mir) und gleichzeitig auch-selbst  /auch absolut |
| Ich-Selbst | |

zu b) Das **Fremd-Ich** = fI oder Ich², hier z.T. auch **Ego** genannt.  
Genauer müsste man von Fremd-Ich-Anteilen sprechen, da diese nur Teile der Persönlichkeit ausmachen und i.d.R. in der Mehrzahl vorliegen. Ihr Hauptkennzeichen besteht darin, dass Ich-Anteile von Fremd-Selbsts beherrscht werden. [[160]](#footnote-160)   
(Näheres dazu siehe in `Metapsychiatrie´ → [Fremd-Ich](#_Fremd-Ich).)   
zu c) `**Nicht-Ich**´: Hier handelt es sich v.a. um negierte Ich-Anteile, die auch später besprochen werden.   
  
Das Ich kann nicht ohne ein Selbst leben. Das Ich braucht eine absolute Basis. Die Basis kann tatsächlich absolut oder nur vermeintlich absolut als ein Fremd-Selbst sein. Das Ich wählt sich (oft unbewusst) sein(e) Absolutes(a). Fällt seine Wahl auf das eigentliche +A, dann bleibt das Ich eigentliches Ich. Es bleibt Ich-Selbst. Nur wenn das Ich ein +A gewählt ist es stark genug, um zu verhindern, dass es von verabsolutierten Relativa dominiert wird.   
Wählt das Ich ein Relatives (*R*) als sein Absolutes, dann entsteht ein fremdes Absolutes (fA) bzw. Fremd-Selbst (fS) und auf dessen Basis ein fremdes Ich (Ego). Neben dem eigentlichen Ich-selbst existieren nun ein (oder mehrere) fremde Ichs. Das Ich kann also (wie das Selbst) auch uneigentlich, fremd sein d.h. auf der Basis eines Fremd-Selbst operieren.   
Das Ich kann also Ich-Selbst oder „Ich-Fremd-Selbst" (= Fremd-Ich) oder auch „Ich-nicht-Selbst" (= Nicht-Ich) sein. In den beiden zuletzt genannten Fällen handele zwar ich, aber das, was ich tue, entspricht nicht meinen eigentlichen Intentionen, nicht dem, was ich selbst eigentlich will.  
Meines Erachtens ist diese Situation, die durch `Inversionen´ entsteht, wichtigste Grundlage für die Entstehung seelischer Krankheiten überhaupt. (Siehe später in `Metapsychiatrie´).  
Wichtig: Die „normale Person“, so auch das, was das Personalpronomen `ich´ repräsentiert, besteht immer aus eigentlichem Ich und mehreren oder vielen Fremd-Ich-Anteilen. Während die Fremd-Ichs verletzbar und zerstörbar sind, ist das eigentliche Ich im Kern nicht verletzbar und zerstörbar, weil es auf dem eigentlichen Selbst basiert. Auch dieses Faktum ist für die Therapie wichtig.

#### Differenzierungen des Ich

Ich behandele diesen Abschnitt nur kurz, da die Differenzierungen in Bezug auf die Person/ Psyche zuvor genauer beschrieben wurden und für das Ich Ähnliches gilt.  
Bezüglich der Hauptdifferenzierungen geht es um:  
 I. Seinsformen des Ich (meine Seinsformen).  
 II. Lebensformen und -äußerungen des Ich (meine Lebensformen und -äußerungen).  
 III. Qualitäten des Ich (meine Qualitäten und Eigenschaften).   
 IV. Das Ich als Subjekt, Objekt und Prädikat (Kontext).   
Einzelne Ich-Aspekte siehe nächste Tabelle.  
  
Wie erwähnt, orientiere ich mich mehr am Sprachgebrauch als an der psychoanalytischen oder verhaltenstherapeutischen Definition des Ich. D.h. Alles was nach „Ich ...“ bzw. „Mein(e) ...“ kommt, zähle ich zum Ich-Bereich.   
Alles, wo man `Ich selbst´ sagt, zähle ich zum Ich-selbst-bereich.

Übersicht: Einteilung des Ich

|  |  |
| --- | --- |
| Einteilung des I C H | |
| DIMENSIONEN | |
| Bereiche |  |
| Absolut (A)  = Selbst | A = Selbst des Ich (mein Selbst) |
| A-Kern des Ich (nur ich selbst) |
| - Wahl-A des Ich (IA) (absoluter Selbstbestimmungspunkt) |
| - Gott im A, im Selbst des Ich (GA) (Gott in mir) |
| Außen-A/Selbst vom Ich (Ich selbst auch) |
| Relativ *(R)* | *R* = Etwas vom Ich (Etwas von mir. Bei Ich¹ = Außen-A/Selbst) |
| 0 | als 0 (Nullbereich, Nicht-Ich) (Wohl nur beim Fremd-Ich.) |
| 7 Synonyme | (hier nur erstrangig) |
| mein Selbst = Absolutes / Relatives |
| meine Identität / Andersartigkeit |
| meine Realität / Möglichkeiten |
| meine Einheitlichkeit / Vielfalt |
| meine Sicherheit / Freiheit |
| mein Grund / Folgen |
| meine Unabhängigkeit / Geborgenheit |
| **Rang** 1.  2. 0 | Ich-Selbst = Ich¹ |
| Fremd-Ich = Ich² |
| Nicht-Ich = Ich° |
| Richtung +  − 0 | pro + Ich |
| kontra − Ich |
| wie bei Rang |
| DIFFERENZIERUNGEN | |
| Hauptaspekte |  |
| S | Seinsformen des Ich (mein Sein) |
| L | Lebensformen des Ich (mein Leben) |
| Q | Qualitäten des Ich (meine Eigenschaften) |
| Z | Zusammenhänge bzgl. Ich |
| Ich als Subjekt |
| Ich als Objekt |
| Einheiten |  |
| ∀/N | mein Alles oder Nichts |
| G/W | mein Gott und Welt |
| P/D | meine Repräsentanzen von Personen und Dingen |
| Ich/ Andere | meine Repräsentanzen von mir selbst /Anderen |
| übrige Asp. | z.B. mein Geist, mein Selbstbewusstsein, mein Körper, meine „Zustände“, mein Tun, meine Informationen, mein Können, meine Pflichten usw. |
| (Tab. 8) | |

#### Ich und Selbst

##### Selbst und Ich im Vergleich

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SELBST** | | **ICH** | |
| Das Absolute, Grund, Basis, Ur-sache, Wesenheit, `Substanz´... der Person.  Symbolisiert durch das Herz. Kann nicht dekliniert (= gebeugt werden). Kann nur geglaubt werden. Hat v.a. geistige Dimension. Ist Grund, Basis, der wirkt, aber nicht handelt. Das Selbst ist eher unbewusst. | | Personalpronomen (persönliches Fürwort, Pronomen  = das, was an der Stelle des Nomen - hier die individuelle Person) steht.) Symbolisiert durch Kopf (und Körper). Kann dekliniert (= gebeugt werden). Kann gewusst und bewiesen werden. Hat mehr körperlich-seelische Dimension als das Selbst. Ist v.a. das handelnde Subjekt (Ggt. „Mich“).  Das Ich ist bewusster als das Selbst. | |
| **eigentliches SELBST** eigentlicher, positiver Grund, der mit dem eigentlichen Ich eine Einheit bildet. Ist ewig, unzerstörbar usw. Kann nicht dekliniert/ gebeugt werden. | **FREMD-SELBST (fS**) fremder, uneigentlicher, ersatzhafter Grund. | **eigentliches ICH (Ich¹)** auf dem eigentlichen Selbst sich gründendes Ich = Ich-Selbst. | **FREMD-ICH (fI / Ich²)** sich auf ein Fremd-Selbst gründendes Ich. **NICHT-ICH (Ich°)** |
| (Tab. 9) | | | |

##### Beziehungen zwischen Ich und Selbst

M.E. gibt der **Sprachgebrauch** die beste Antwort, welche Zusammenhänge und Unterschiede zwischen dem Ich und dem Selbst bestehen.  
Man kann in allen sinnvollen Aussagen, in denen das Ich¹ als Subjekt fungiert, statt „Ich“ auch „Ich selbst“ sagen. Man kann sagen: „Ich tue es“. Man kann auch sagen: „Ich selbst tue es“. So formuliert man, wenn man die Unvertretbarkeit der Person durch irgendetwas anderes betonen möchte: „Ich und kein anderer, ich und nur ich habe das getan.“ Auch in dem Sinn: „Ich und nur ich habe das willentlich, absichtlich, bewusst getan.“ Die Hinzunahme des „selbst“ zeigt also etwas ganz Individuelles, Unauswechselbares an.   
Wir werden später sehen, dass das Ich nur mit dem eigentlichen Selbst, nicht aber mit Fremd-Selbsts störungsfrei „zusammenarbeiten“ kann.   
Das Ich und das eigentliche Selbst bilden eine natürliche Einheit, wenn das Ich das eigentliche Selbst bestätigt hat. Es ist dann das Ich-Selbst. Es ist ein ursprüngliches Bedürfnis des Ich, es selbst, also Ich-Selbst, zu sein. Warum wir Menschen diesem ursprünglichen Bedürfnis oft nicht nachkommen, dazu später Näheres.  
Das Selbst alleine kann jedoch nicht als Subjekt fungieren.[[161]](#footnote-161) Man kann nicht sagen: „Selbst antwortet“ oder „Selbst handelt“ oder „Selbst bin.“ Das Selbst braucht also das Ich (und Gott) zum Agieren, so wie das Ich ein Selbst braucht. Die Aktionen des Ich sind nicht ohne irgendeinen Zusammenhang zu so etwas wie einem Selbst denkbar. Wer anders sollte denn handeln, wenn nicht ich selbst. Wenn man nicht immer sagt „Ich selbst“, sondern nur „Ich“, so scheint das nur eine vereinfachte Formulierung zu sein, denn man ist es doch immer selbst, der da handelt? Oder drückt sich in dem Weglassen des `Selbst´ vielleicht aus, dass man manchmal doch nicht so eindeutig der Handelnde ist, wie es auf den ersten Blick erscheint?   
Ich denke, das ist der Fall. Sicher sind wir es immer, die da handeln, aber wir sind es nicht ausschließlich, ja manchmal sind so viele fremde Kräfte und Motivationen in uns, dass da von dem eigentlichen Selbst kaum noch etwas übrig bleibt. Dieses Andere, Fremde, aus dem wir eben auch handeln können, wird in dieser Arbeit Fremd-Selbst oder `Es´ genannt. Manchmal wird uns diese Fremdbestimmung bewusst. Wenn ich beispielsweise nur die Erwartungen anderer Leute erfülle, dann bin ich fremdbestimmt. Zwar handele immer noch ich, aber es ist nicht das eigentliche, sondern ein fremdes Selbst, das mich bestimmt.   
Das Ich kann also aus dem eigentlichen oder aus einem fremden Selbst heraus handeln.   
Dabei wird es sich in den meisten Fällen um unbewusste Prozesse handeln.   
Auch dazu später mehr.

Das Ich und das Selbst aus religiöser Sicht

Ich und Selbst hängen zusammen, sind aber nicht identisch. Ich und Selbst sind aber ein Ganzes, wenn das Selbst ein quasi göttliches ist. Ich-Selbst und Gott sind dann eins ohne Verlust der Identität und Individualität.  
Man könnte weiter formulieren: Das Ich hat seine Wurzeln im Selbst und das Selbst in Gott (und mir selbst). Das Ich findet die meiste Kraft, seinen inneren Frieden, ja die Möglichkeit der Erfüllung aller Lebensaspekte im eigentlichen Selbst, in Gott. Der Mensch muss das eigentliche Selbst bestätigen, dass er es will. Das Ich ist also in der (meist unbewussten) Entscheidung für oder gegen ein eigentliches Selbst - und damit für oder gegen Gott selbst ganz absolut. Aber wohl nur hier. Denn sonst kann das Ich sich nicht ohne Störungen absolut setzen. Es versucht dann, sein eigenes Selbst, sein eigener Gott, zu sein und ist damit maßlos überfordert.   
 Das eigentliche Selbst dagegen integriert alle Ich-Positionen - egal wo das Ich steht:   
Ob es richtig oder falsch handelt, verantwortungsvoll oder verantwortungslos, ob es gesund ist oder krank, erfolgreich oder erfolglos, auch, ob es von einer Fremd-Selbst-Basis aus lebt oder nicht (!), immer kann die Person mit sich identisch sein, sie darf sich wert und wohl fühlen. Das Ich-Selbst ist immer gleich wert und mit sich prinzipiell identisch. Wir können den Wert des Ich-Selbst nicht erhöhen und müssen es auch nicht. Das, was das Ich-Selbst tut, hat nur relative Bedeutung. Das Ich-Selbst ist also keineswegs fehlerfrei.   
Die Person, die aus dem Selbst heraus lebt, mag auch mehr Fehler als andere machen, ihr Selbst (Gott) kompensiert alles. Die Lebensbreite, die das eigentliche Selbst bietet, ist fast unbegrenzt. Nur im Fall der genannten absoluten Entscheidung für das absolute Böse, verliert der Betreffende sich selbst.

##### Ich, Selbst und meine `Etwas´

„Die Tatsachen dringen in den Bezirk nicht ein, indem unser Glaube wohnt,   
sie haben ihn weder erzeugt, noch können sie ihn zerstören …“. Marcel Proust.

Ich, Selbst und Etwas (von mir) hängen zusammen. Sie bilden `normalerweise´ ein ungeteiltes Ganzes. Das Ich gründet, wurzelt im Selbst. Ich und Selbst bilden das Ich-Selbst. `Etwas´ ist wie relative Teil(e) des Ich-Selbst. Man kann den Aufbau der Psyche mit einem Baum vergleichen: Der Baum hat Wurzeln, die die Basis bilden (das Selbst), er hat Blätter (Etwas) - das Ganze ist der Baum (Ich-Selbst). Der Begriff des Ich-Selbst umfasst das Etwas wie der Begriff des Baumes die Blätter. Der Begriff der Blätter umfasst aber nicht den des Baums und: Ein Baum ist auch ohne Blätter noch ein Baum. So umfasst der Begriff des Etwas nicht den des Ich-Selbst und: Das Ich-Selbst ist auch ohne Etwas noch ein Ich-Selbst.  
Das folgende Symbolbild soll die vorrangige Stellung des Selbst gegenüber dem Etwas verdeutlichen.

(Abb. 15) Symbolbild, das die Priorität des Selbst gegenüber  
dem individuellen Relativen, dem Etwas im Ich darstellen soll.  
Mein (Kern)Selbst: das Zentrale, meine `Etwas´ peripher.

S e l b s t

*R* =  
 etwas  
 von mir

Ich

Hat das Ich fremde Wurzeln, dann ist es ein Mischling, ein Zwitter oder Bastard. Die Person ist dann nicht mehr individuell = unteilbar, sondern `dividuell´ = teilbar. Ihr Ich ist ein Fremd-Ich, basierend auf einem Fremd-Selbst.  
Schon jetzt sei gesagt, dass postuliert wird, dass psychischen Krankheiten durch eine `Inversion´ der Rollen des Selbst und irgendeines Etwas entstehen können. Das eigentliche Selbst wird dann eine Art Etwas und Etwas wird eine Art Selbst. Es geht um die Frage: Wer dominiert? Verkürzt formuliert: Habe ich Etwas oder hat Etwas mich? Anders gesagt: Bin ich Ich (und auch Etwas) oder bin ich vor allem Etwas/Es und nur noch ein wenig Ich?   
(Im letzteren Fall nenne ich das dominierende Etwas dann `Es´.) Bei seelischer Krankheit wird also der Absolutbereich der Person, das Selbst, gestört. Die Konfliktdynamik spielt sich vor allem zwischen dem Ich auf der Basis eines Selbst einerseits und Ich-Anteilen auf der Basis von Fremd-Selbsts andererseits ab. Sie hat Parallelen zur allgemeinen Dynamik des Menschen zwischen Absolutem und Relativem oder, poetisch formuliert, sie zeigt den Menschen im Spannungsfeld zwischen Himmel, Erde und Hölle.

##### Die absolute Grundeinstellung des Ich

Absoluter Entscheidungsspunkt des absoluten Ich-Selbst  
(Abb. 16)

Absolutes Ich-Selbst mit absoluter Grundeinstellung zum positiven oder negativen Absoluten (IA).

Synonyme: Absolutes Ich-Selbst als absolutes Subjekt mit absoluter Freiheit und absoluter Wahlmöglichkeit dem Absoluten gegenüber, absolutes Selbstbestimmungsrecht, „Wahlabsolutes“, „absoluter Entscheidungspunkt“, ähnlich: [absoluter Wille](#_8._Absoluter_und).   
(Im positiven Fall: `[Primärtugend](Primär-_und_Sekundärtugenden#_)´, prinzipielle Gutwilligkeit.)

Der Mittelpunkt des Ich-Selbst(-Kern) und damit der Person wird gebildet von einem absoluten Entscheidungspunkt für das +A oder für das −A auf der Grundlage einer unantastbaren Würde und eines unbedingten Selbstbestimmungsrechts. An diesem Punkt steht das höchste oder eigentlichste Absolute der Person den anderen eigentlichen Absolutheiten (+A und −A) absolut und direkt gegenüber.[[162]](#footnote-162) Ich verwies schon auf folgende eigentliche Absoluta: Gott, als positives Absolutes (+A)[[163]](#footnote-163) einerseits, ein negatives Absolutes (−A) andererseits und deren freie Wahl/ Wille durch den Menschen. Nur hier ist der Mensch völlig er selbst und absolut frei.[[164]](#footnote-164) D.h. das Ich hat (aus sich selbst heraus!) nur in einer absoluten, existenziellen Entscheidung für das absolut Gute oder für das absolut Böse absolute Bedeutung.   
Ähnlich wie Kierkegaard, Herder u.a. sehe ich hier die Person dem Absoluten gegenüber in einer absoluten Wahl-/ Entscheidungsfreiheit (die nicht bewusst sein muss!).[[165]](#footnote-165)  
Im Letzten geht es bei der Entscheidung +A oder –A um ein existenzielles Selbstbe-stimmungsrecht des Menschen. S. Freud hat mit der Unterscheidung von Libido und Destrudo (Destruktionstrieb) vielleicht in eine ähnliche Richtung gedacht. Goethe sah im „Konflikt des Unglaubens und Glaubens“ den Grundkonflikt des Menschen.[[166]](#footnote-166)  
Das sind zwar Hypothesen, die irrelevant erscheinen könnten. Doch sind sie im positiven Fall, wie ich später noch ausführen will, Angelpunkt für die Annahme eines grundlegenden, positiven Selbst, das stärker als alle Fremd-Selbsts ist.  
Für mich ist die Existenz eines absoluten Entscheidungspunktes auch deshalb wichtig, weil ich glaube, dass die Liebe, bzw. Gott uns diese freie Wahl lässt und seine Liebe nicht aufzwingt bzw. nicht deterministisch festlegt, welches die „guten“ und welches die „bösen“ Menschen sind, sondern der Mensch steht in diesem Punkt Gott auf Augenhöhe gegenüber und kann prinzipiell (!) das Gute oder das Böse wollen. Will ein Mensch prinzipiell das Gute, so hat er sich damit, nach meinem Verständnis, für ein absolut positives, unzerstörbares (Kern-) Selbst entschieden. Will ein Mensch prinzipiell und unwiderruflich das absolut Böse, so führt das, so glaube ich, zu seiner eigenen Zerstörung (sog. „Todsünde").[[167]](#footnote-167)

Andere Wahlmöglichkeiten

In allen anderen Fällen hat das Ich nur einen relativ freien Willen, nur relative Wahlmöglichkeiten und trifft nur relative Entscheidungen.[[168]](#footnote-168)   
Das hat eine günstige und eine ungünstige Seite. Günstig daran ist, dass ich selbst in einem absoluten Sinn nur eine (vielleicht auch unbewusste) Entscheidung treffen muss, um mich prinzipiell als einheitlich, mit mir identisch, eigentlich und erlöst usw. ansehen zu dürfen. Das gibt der Person fast absolute Freiheit und Erleichterung! [[169]](#footnote-169) Was ich mache, kann ich freiwillig und auch zu meinem (und der anderen Menschen) Vorteil tun. Und: ich muss es nicht richtig machen. Mehr noch: ich muss nichts unbedingt machen.   
Die „ungünstige“ Seite besteht darin, dass das Ich im absoluten Bereich auch nicht mehr machen kann. Mit anderen Worten, es kann sich auch nicht durch irgendwelche besondere Taten selbst erlösen oder erhöhen. Es bleibt letztlich erlösungsbedürftig, von Gott abhängig.  
Weil das Ich, außer in der absoluten Entscheidung, aus sich heraus nur relativ ist, kann es selbst auch zum einem fremden Selbst werden. Der Mensch entfremdet sich dann sich selbst, bzw. entfremdet sich seinem eigentlichen Selbst. [(→ Fremd-Ich](#_Fremd-Ich)).

Ein freier absoluter oder relativer Wille sollte nicht verwechselt werden von einem Willen, der von einem fremden Absoluten bestimmt wird und uns zu etwas zwingt zu wollen, was wir eigentlich nicht wollen.

(„Protect me from what I want!“). (→[Zwangsstörungen](#_Zwangsstörungen))

Ähnlichkeit haben die beschriebenen Wahlmöglichkeiten mit den Thesen von **Standpunkttheorien**.  
Diese kennzeichnen aber nur relative (irdische) Standpunkte, während ich auch von der Wahrscheinlichkeit der Existenz eines absoluten Standpunkts ausgehe.  
„Thesen der Standpunkt-Theorien:  
- Ein Standpunkt beeinflusst, welche Haltung die Menschen der sozial konstruierten Welt gegenüber einnehmen.  
- Alle Standpunkte schaffen Voreingenommenheiten oder Vorurteile.  
- Die Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe bestimmt weitgehend den Standpunkt, den das Individuum einnimmt.  
- Die Ungleichheiten zwischen den verschiedenen sozialen Gruppen begünstigen unterschiedliche Standpunkte.  
- Alle Standpunkte sind voreingenommen, aber einige Standpunkte können objektiver sein als andere.“[[170]](#footnote-170)

##### Individuation

Eine Literaturauswahl:[[171]](#footnote-171)

• Psychologische Konzepte:   
Beispielhaft: C. G. Jung. „Individuation bedeutet nach C. G. Jung: zum Einzelwesen werden, und, insofern wir unter Individualität unsere innerste, letzte und unvergleichbare Einzigartigkeit verstehen, zum eigenen Selbst werden. Man könnte `Individuation´ darum auch als `Verselbstung´ oder als `Selbstverwirklichung´ übersetzen. Jung betrachtete den Individuationsprozess als einen lebenslangen, unvollendbaren Prozess mit einer stetigen Annäherung an ein `fernes Ziel, das Selbst ... Auf dem Weg seiner Individuation ist der Mensch immer wieder gefordert, sich aktiv und bewusst den neu auftauchenden Problemen zu stellen und seine Entscheidungen vor sich selbst zu verantworten. Individuation bedeutet, sich nicht danach zu richten, `was man sollte´ oder `was im Allgemeinen richtig wäre´, sondern in sich hinein zu horchen, um herauszufinden, was die innere Ganzheit (das Selbst) jetzt hier in dieser Situation `von mir oder durch mich´ bewirken will…“.  
• Philosophisch-soziologische Konzepte:   
Beispielhaft Bernard Stiegler: Die psychische Individuation ist immer als ein kollektiver Prozess.  
**Diskussion:**Individuation im Sinne dieser Ausführungen ist natürlich ein wichtiger Prozess der Selbst- und Ich-Werdung des Menschen. Sie wird m.E. dann am besten gelingen, wenn sie auf der Basis eines personalen Absoluten, eines Selbst, stattfindet, das von dem Individuum nicht erst selbst konstituiert werden muss, sondern von dessen primärem Vorhandensein wir ausgehen sollten. Dieses primäre Absolute, dieses primäre angeborene Selbst, wird in der psychologischen Literatur kaum berücksichtigt. Tatsächlich entspricht es aber Menschheits-erfahrungen, wie sie sich etwa in den allgemeinen Menschenrechten oder in Liebesbe-ziehungen widerspiegeln. Dort ist die Individuation einem schon vorhandenen absoluten Selbstsein, einer primären, schon vorhandenen Würde, Freiheit und Einzigartigkeit des Menschen nachgeordnet. An erster Stelle steht nicht das „Werden“, sondern das „Sein“ bzw. das „Du bist schon!“ Eine schon vorhandene absolute und nicht hinterfragbare Individualität wird so vorausgesetzt und der Individuation übergeordnet. Diese angeborene, absolute Individualität und Identität muss der Betreffende nicht herstellen.[[172]](#footnote-172) *Sie* ist es, die unbedingte, existenzielle Bedeutung hat, nicht die genannten Individuations-prozesse, so sinnvoll sie auch sind. Gewinnen letztere jedoch absolute Bedeutung, so sind wir Menschen prinzipiell überfordert. Der Betreffende müsste dauernd auf dem Weg sein, dieses „letzte Ziel“ (C. G. Jung) irgendwann einmal zu erreichen, d.h. irgendwann einmal das Gefühl zu haben, er sei wirklich er selbst.   
(Vielleicht haben viele Menschen mit Identitäts-Störungen, wie vor allem schizophrenen Patienten, diesen Kampf um eine solche Selbstwerdung aufgegeben oder verloren oder jenes primäre absolute angeborene Selbst nie kennengelernt.)   
Zwar vermittelt jene absolute, angeborene Individualität nicht die Illusion eines Gefühls des *totalen* Mit- sich- identisch-Seins, sondern, realistischer, das Gefühl eines nur prinzipiellen, dafür aber tiefergehenden und unzerstörbaren Selbstseins, das die beste Voraussetzung für Individuation ist.  
Eine absolute, eigentliche Individualität und Identität einer Person ist nicht zu beweisen.   
Sie ist ein Apriori.   
Nur relative Identität - also das, was man *auch* ist oder was man aus sich macht - lässt sich beweisen.   
Man sollte vielleicht wie Gott sagen: „Ich bin, der ich bin“. Oder: „Ich muss nicht anders werden, ja ich kann mich sogar zurückentwickeln, ohne dass ich mich selbst verliere.“ Wie schon erwähnt, hätte sonst ein Neugeborenes keine Individualität ohne angeborenes Selbst. Durch dieses aber ist, aus christlicher Perspektive, schon jedes Neugeborenen eine unvertretbare, einzigartige, individuelle und liebenswerte Persönlichkeit.  
Nach meiner Theorie ist Individuation ein wichtiger Prozess, aber mit letztlich relativer Bedeutung. Dabei ist die Person im Kernselbst von Anderem völlig verschieden, während der relative Selbstbereich Übereinstimmungen mit Anderen(m) zeigt. Diese Theorie zeigt deshalb die Person weder als völlig unterschiedlich zu anderen Menschen noch als kollektives Produkt, sondern integriert beide Vorstellungen.

### Die konkrete Person und deren Sprachanalyse

Wie stellt sich in diesem Zusammenhang die konkrete Person dar?   
Von der Sprachanalyse her kann man sagen: Was der Betreffende über sich und die Welt sagt bzw. Andere über ihn aussagen, lässt am ehesten konkrete Rückschlüsse auf den Betreffenden zu. Dabei ist am bedeutsamsten das, was für die Person eine absolute Bedeutung hat. Das wiederum ist oft an Absolutaussagen in Sätzen oder Worten erkennbar. So ist es wahrscheinlich, dass ein Mensch, der beispielsweise häufig Formulierungen wie „Ich muss unbedingt" oder „Ich darf auf keinen Fall" verwendet, relative Notwendigkeiten verabsolutiert (Asp. 11) oder wenn ein anderer zum Ausdruck bringt, dass sein Lebensziel darin besteht, einmal Millionär zu werden, Besitz absolut setzt (Asp. 9) usw.   
Insofern liefert eine individuelle Sprachanalyse sowohl von ihrer Wortwahl und mehr noch von ihren Inhalten her wichtige Hinweise auf die psychische Situation des Betreffenden, so wie ja auch in der Praxis i.d.R. das, was der Betreffende über sich sagt oder über ihn gesagt wird, die wichtigste Quelle für die Einschätzung seiner Person ist. Allerdings müssen innere Einstellung und das Ausgesprochene nicht unbedingt übereinstimmen, so dass eine solche „Sprachanalyse", wie auch jede andere, unvollkommen bleiben muss, weil eben das Absolute nicht letztlich fassbar gemacht werden kann. Und das ist auch gut so, denn so bleibt die innere Freiheit und Einzigartigkeit des Menschen unangreifbar und wird nicht manipulierbar.  
Trotz dieser Einschränkungen halte ich das vorliegende Konzept auch für diagnostische Zwecke für sehr gut geeignet, obwohl dies nicht die Hauptintention dieser Arbeit ist. In diesem Fall ginge es dann vor allem darum, die jeweiligen individuellen Absolutheiten der Person über alle Aspekt hinweg zu erfassen, wie ich es skizzenhaft in Bezug auf [F. Hölderlin](#_Konkrete_Beispiele_(Hölderlin,) am Ende des Teils `Metapsychiatrie' in der ungekürzten Fassung dargestellt habe.

# M E T A P S Y C H I A T R I E

`Jede Ideologie ist (potenziell) tödlich - sie fordert und rechtfertigt unterschiedliche Opfer.´ (Nach Andrea M. Meneghin)  
 `Der Mensch ist ein ideologisches Tier.´ (Nach Louis Althusser)

#### Einführung

Ausgehend von den vielfältigen Bedeutungen der Vorsilbe "meta" (über, zwischen, hinter, jenseits), definiere ich Metapsychiatrie als eine Ebene über der Psychiatrie, von der aus diese überblickt und reflektiert werden kann. Gleichzeitig umfasst und durchdringt die Metapsychiatrie alle Themen, die mit der Psychiatrie verbunden sind. So schließt die Metapsychiatrie auch soziologische, psychologische, neurologische, biologische und linguistische Sichtweisen ein, da diese ebenfalls wichtige psychiatrische Fragestellungen behandeln.

In der aktuellen Literatur spielt dieses Thema kaum eine Rolle.[[173]](#footnote-173) Nur einiges findet man auch unter der Überschrift "Philosophie des Geistes" oder "Philosophie der Psychiatrie".

Schließlich wird der Begriff "Metapsychiatrie" auch unterschiedlich definiert:

- "Die Metapsychiatrie ist eine spirituelle Lehre und eine Form der Psychotherapie, die vom Psychiater Thomas Hora in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts entwickelt wurde." [[174]](#footnote-174)  
- Eine Definition, die ich besser finde, stammt von R. Rosenberg: "Unter Metapsychiatrie verstehen wir die theoretische Disziplin, die die Beiträge der Wissenschaftsphilosophie und der Philosophie des Geistes in ihrer Anwendung auf die klinische Psychiatrie integriert, als jene konzeptionellen und methodischen Aspekte, die die klinische Forschung in der Psychiatrie leiten sollten." [[175]](#footnote-175)  
- Meine Kurzdefinition: `Metapsychiatrie ist die Lehre von allem, das psychiatrisch relevant ist.´ Noch kürzer:  
`Metapsychiatrie ist die Lehre vom psychiatrisch Relevanten.

(Ebenso kurz könnte man Psychiatrie definieren als Lehre von allem das für Menschen psychiatrisch relevant ist bzw. als Lehre vom personalen psychiatrisch Relevanten).

Während sich die Metapsychologie mit den Dingen beschäftigt, die für unsere Seele wichtig sind, beschäftigt sich die Metapsychiatrie damit, was von diesen Dingen uns psychisch krank machen kann und wie das geschieht, bzw. welche der psychisch relevanten Dinge selbst pathogen oder "krank" sind. Ganz allgemein gesprochen: In der Metapsychiatrie geht es um alles, was mit psychischen Krankheiten zu tun hat.

Da nicht nur alle möglichen Dinge psychisch relevant, sondern auch psychiatrisch relevant sein können (auch relativ positive Dinge können uns krank machen), ist eine meta-psychiatrische Sicht auf dieses Thema unerlässlich. Es stellt sich jedoch die Frage, wie man in diese fast unbegrenzte Vielfalt Übersicht und Ordnung bringen kann. Daher betrachte ich Metapsychiatrie und Psychiatrie (wie auch schon die Metapsychologie, siehe dort) zunächst aus sprachwissenschaftlichen und philosophischen bzw. metaphysischen Perspektiven.

Das gemeinsame Thema der Metapsychiatrie nenne ich `das fremde psychisch Relevante´ (oder `das psychiatrisch Relevante´) und in Bezug auf das Sein `die fremden Realitäten", zu denen auch psychische Krankheiten gehören. Dann stelle ich die Hypothese auf, dass Verwechslungen (→`[Inversionen](#_Inversion_-_Verkehrungen)´) fundamentaler Bedeutungen des Seins[[176]](#footnote-176) (wie Verwechslungen von absolut, relativ und nichts) die Hauptursachen für das Auftreten dieser fremden, zweitrangigen Realitäten und psychischen Krankheiten sind. Es sind vor allem Ideologien oder individuelle dogmatisierte Geisteshaltungen, die solche Inversionen hervorrufen.[[177]](#footnote-177)   
Ich bespreche anschließend, wie durch die `Inversionen´ etwas Fremdes, Beherrschendes entsteht (allgemein `[Es](#_Es_-_eine)´ und in der Person `[Fremd-Selbst](#_Fremd-Selbst)´ bezeichnet), welche Charakteristika es hat, wie es die Wirklichkeit und Personen verändert und seelische Krankheiten verursachen kann.[[178]](#footnote-178)

Hinweise

- Die eben genannten Themen bespreche ich zunächst allgemein und danach nur auf die Person bezogen. Obwohl in beiden Fällen sich Ähnliches abspielt, kann man meines Erachtens aus der allgemeinen Dynamik Rückschlüsse auch auf allgemeine gesellschaftliche (oder gar Umweltprozesse) ziehen, die aus einer lediglich auf die Person bezogene Dynamik weniger gut zu erklären sind. Wegen der Thematik dieser Arbeit steht jedoch die personale Dynamik im Vordergrund.   
- An manchen Stellen verweise ich auf die `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´, die einen guten Überblick über alles vermittelt. (Man lese sie mit Zoom.)  
- Einige Zeilen oder Abschnitte sind in kleiner Schrift geschrieben oder mit `fakultativ´ bezeichnet, weil sie für das Verständnis der Arbeit nicht unbedingt wichtig sind.  
- Manches wiederholt sich inhaltlich: einmal, weil sich die verschiedenen Themenbereiche überschneiden, zum anderen, weil ich versuchte, das Gemeinte nicht nur allgemein, sondern auch systematisiert darzustellen.   
Die Leser können dann einfach die entsprechenden Seiten, etwa die systematischen Darstellungen überblättern, wenn sie das nicht interessiert, ohne dass das Verständnis für das Gemeinte verlorengeht.   
- Der Abwechslung halber schreibe ich oft nach einem Begriff hinter einem Schrägstrich (/) einen oder mehrere alternative oder synonyme Begriffe.  
  
Zu den häufigsten hier verwendeten Begriffen und Abkürzungen: [[179]](#footnote-179)

**A** = Absolutes [[180]](#footnote-180)  
***R*** = Relatives   
**W** = **W**irklichkeit/ Welt; **P** = Person; **I** = Ich (Abkzg. WPI, erstrangig¹ oder zweitrangig²).  
**A** = Absolutes  
**fA** = fremdes Absolutes  
**fS** = fremdes Selbst (= personales fA)  
**∀** = fremdes Alles in einer Alles-oder-Nichts-Beziehung. [[181]](#footnote-181)  
**0** = Nichts  
**Es** = Komplex im Kern bestehend aus:  
 fremdem Alles und Nichts (`Dyade´) oder   
 Pro- und Kontra-fA/ fS und 0 (`Triade´).[[182]](#footnote-182)  
**K** = allgemeine Abkürzung für Komplexe, die personale und andere Wirklichkeitsbereiche dominieren.  
Diese Abkürzungen werden auch in dieser [Grafik](#_Übersicht_und_Vorschau)anschaulich gemacht.

### Inhaltsübersicht

„Hypothesen sind Netze - nur der wird fangen, der auswirft.“ (Novalis)

Eine wichtige Hypothese lautet:   
Inversionen erzeugen fremde, zweitrangige Wirklichkeiten (W²), die wiederum wichtigste (aber nicht einzige) Grundlage für die Entstehung seelischer Erkrankungen sind.   
Diese Inversionen haben vor allem in Ideologien oder individuellen dogmatisierten Geisteshaltungen ihren Ursprung.  
Unter `Inversion´ verstehe ich, wie gesagt, die Verwechslung der `Dimensionen´ des Daseins - also der fundamentalen Bedeutungen und Wichtigkeiten.[[183]](#footnote-183) *Leitbegriffe: Absolutes (A), Relatives (R) und Nichts (0).*   
  
`**Fundamental**´ Bedeutungen (Dimensionen) heißt, dass es um Ur-Bedeutungen, um grundlegendste, allererste Bedeutungen des Daseins geht, hinter die man nicht zurückgehen kann, die nicht weiter hinterfragbar, sondern höchstens glaubwürdig sind, und die jedes psychisch Relevante in seiner je grundlegendsten Bedeutung erfassen.   
Dabei kommt dem Absoluten die Bedeutung von je allerersten, primären Ur-sachen zu, auf die sich letztlich alle anderen Ursachen zurückführen lassen. Deshalb versuche ich auch hier mögliche Ursachen von psychischen Erkrankungen, von diesem letzten Grund aus zu reflektieren.  
  
Durch Inversionen werden Relativa zu fremden Absolutheiten (fA) und Absolutes zu Nichts (0).[[184]](#footnote-184) Fremdes Absolutes und Nichts bilden zusammen eine fremde, beherrschende Entität, die ich `Es´ nenne. [[185]](#footnote-185)  
Diese Es und ihre Komplexe wiederum erzeugen `verkehrte´, fremde, zweitrangige Wirklichkeiten (W²), die Grundlage von psychischen Krankheiten sind**.** [[186]](#footnote-186)  
Die Inversionen und deren Folgen können sowohl im individuellen als auch gesellschaftlichen Bereich stattfinden. Beide Bereiche hängen miteinander zusammen und haben ähnliche Charakteristika und Dynamiken. Da es aber in dieser Arbeit vor allem um seelische Krankheiten geht, steht die Person im Vordergrund. Psychische Krankheiten entstehen dann, wenn personale Komplexe (Zusammenschlüsse personaler Es) bestimmte Charakteristika und Ausmaße erreicht haben. Natürlich können auch gesellschaftliche oder `Umwelt-komplexe´, seelisch krank machen - dazu müssen sie aber zunächst verinnerlicht, also personalisiert werden.  
Folgen wir der Logik dieser Arbeit, so müssen primäre Ursachen von pr Veränderungen/ Störungen, so auch von seelischen Krankheiten, letztlich (!) im Umgang mit dem Absoluten gesucht werden. Sonst haben wir es immer nur mit sekundären Ursachen zu tun - also von Ursachen, die selbst Folge von anderen Ursachen sind. Die Geschichte der Entstehung seelischer Krankheiten beginnt also ursprünglich mit dem Umgang mit dem Absoluten und endet in Störungen, von denen eine seelische Krankheiten sind.  
Dabei handelt es sich um einen höchst spannenden und komplizierten Prozess, der an dieser Stelle schon kurz erläutert werden soll.   
Die übliche Inversion hat zwei Anteile, die untrennbar zusammenhängen:  
  
1. Die Verabsolutierung von Relativem (*R*).  
2. Die Negierung eines eigentlichen Absoluten (A¹).  
  
Zu 1. Durch eine Inversion wird etwas Relatives verabsolutiert, das sich als ein fremdes Absolutes (fA) etablieren kann. Statt des Primat des Absoluten und der Unterordnung des Relativen (*R*), gewinnt durch die Inversion (↕) das Relative die Oberhand über das Absolute. Das neue verabsolutierte *R* hat als fA einen ganz anderen Charakter als das ursprüngliche Relative: einerseits ist es an sich relativ, nimmt aber andererseits absolute Züge an.[[187]](#footnote-187)   
Es hat sich so etwas neues Fremdes in einer Wirklichkeit oder Person gebildet und verselbstständigt, das diese beherrscht.   
Im nächsten Schritt bildet dieses neue fA ein Herrschaftssystem. Als neues Absolutes hat es die Macht, anderes *R* zu unterwerfen, es zu verändern und dem Einfluss des eigentlichen A zu entziehen. Es entsteht so ein System mit dem neuen, fremden Absoluten und unterworfenem und verändertem Relativen.  
Personal gesehen: Das neue fA unterwirft und verändert die Person in dem Bereich, in dem es herrscht.   
Wir werden später sehen, dass diese Dominanz des fA über die Person nicht nur negativ ist, sondern auch positive Seiten hat. Dieses Faktum spielt für das Verständnis der Entstehung der seelischen Krankheiten eine wesentliche Rolle.  
  
Zu 2. Parallel zur Etablierung dieses fA-Herrschaftssystems geht ein Verlust von eigentlichem Absolutem einher.   
Diese drei Absolutheiten werden negiert: 1. Das +A, 2. das ‒A, 3. das `Wahlabsolute´.   
Damit geht auch entsprechende eigentliche Welt/ Wirklichkeit/ Personalität verloren. Statt einer ausschließlich eigentlichen Welt/ Wirklichkeit/ Person finden wir nun daneben fremde Welten/ Wirklichkeiten/ Personales.  
Damit ist dieser Prozess aber nicht abgeschlossen. Da jedes neue fA bald in einen Gegensatz zu anderen Absolutheiten gerät, beginnt, kaum hat sich ein fA-System etabliert, ein Kampf der Absolutheiten untereinander um die Vorherrschaft in den betreffenden Wirklichkeits- bzw. Personbereichen.   
Das heißt, wir sind meist vielfältigen Gegensätzlichkeiten und Spannungen ausgesetzt, deren Grundlage Komplexe von sehr unterschiedlichem Charakter sind. Einerseits bekämpft ein fA andere fA, andererseits paktiert es mit noch anderen. Schließlich stehen alle fA im Gegensatz zu den eigentlichen A.[[188]](#footnote-188) Und letztendlich ist jedes fA bzw. Es in sich selbst gespalten und widersprüchlich. Solange die Inversionen bestehen bleiben, bleiben diese Auseinandersetzungen bestehen. Deshalb findet die Welt/ die Person keine Ruhe und ist bezüglich der psychischen Erkrankungen immer gefährdet.|   
Kehren wir zu folgender Hypothese zurück: Es gibt eine Vielzahl von inneren und äußeren Welten bzw. Wirklichkeiten: eine eigentliche +Welt und eine Vielzahl mehr oder weniger fremder, zweitrangiger Welten.[[189]](#footnote-189) Alle diese Welten sind absolut und relativ (A*R)*-dimensioniert und „bestehen“ aus SLQ und deren Z,[[190]](#footnote-190) oder, differenzierter, aus 23 Einzelaspekten und deren Zusammenhängen. Die verschiedenen Welten werden durch deren jeweilige Absoluta bestimmt. Diese bilden Zentrum und Grundlage für die von ihnen abhängigen relativen Bereiche.   
Wie wir leben, auch ob wir gesund oder krank sind, hängt von den äußeren und inneren Welten/ Wirklichkeiten ab. Da diese jeweils durch irgendwelche A-bestimmt sind, hängt unser Leben also vor allem von diesen A ab. Für das Individuum unmittelbar bestimmend sind die Absolutheiten in seiner inneren Welt, mittelbar auch dessen äußere Welt (Umwelt), soweit sie ins Innere der Person hineinwirkt. Dabei wird eine wichtige Frage sein, wie sehr die jeweilige Person ihr Inneres vor einer krankmachenden Umwelt schützen kann.   
Zum Glück ist die eigentliche Welt stärker als die uneigentlichen, fremden Welten/ Wirklichkeiten. Sie ist +A bestimmt, während die uneigentlichen Welten durch fremde Absolutheiten dominiert werden. Wir sehen später, dass ein wesentliches Therapieziel in der Rückkehr (religio) der Vormacht-stellung des eigentlichen A liegt.

**Schwierigkeiten bezüglich des Verständnisses** von Verursachung und Charakter psychischer Erkrankungen haben v.a. folgende Gründe:  
• Die Person ist in größere Zusammenhänge eingebettet.   
• Die Ursachen für Erkrankungen können außerhalb des Erkrankten liegen.  
• Folgen wirken sich keineswegs nur beim Verursacher aus.  
• Die Ursachen psychischer Krankheiten sind oft verdeckt, unbewusst, chiffriert und sehr  
 komplex.  
• Jede Inversion streut so, dass sie vielerlei Störungen verursachen kann, so wie eine Störung  
 von vielerlei Inversionen stammen kann.  
• Inversionen können sich auch anders als in psychischen Störungen äußern.  
• Negatives bewirkt nicht unbedingt Negatives und Positives nicht unbedingt Positives.   
• Die Ursachen psychischer Krankheiten können auch im Positiven liegen.  
• Subjektives Erleben und objektive Sicht stimmen oft nicht überein: D.h. Störungen können  
 von dem Betroffenen positiv und Gesundheit negativ erlebt werden.  
• Störungen oder deren Ursachen können auch von der Gesellschaft positiv bewertet und  
 deshalb gefördert werden (z.B. Arbeitssucht).  
• Krankheiten sind objektiv nicht absolut negativ und Gesundheit nicht absolut positiv.

## Inversion - Verkehrungen der Dimensionen des Daseins

José Hortega y Gasset: „Die Dinge selbst haben bereits ihren Rang, bevor wir sie einordnen. Es gibt Dinge ersten Ranges und Dinge niedrigste Ordnung. … Durch jede Überschreitung des erlaubten Raumes fühlen sie sich misshandelt … die auf den letzten Platz verwiesenen erstrangigen Dinge verkümmern, sterben an Erschöpfung. Umgekehrt aber … geschieht es, dass die auf den ersten Platz geschobenen … Dinge keineswegs gedeihen, sondern austrocknen und zerschellen.“[[191]](#footnote-191)

Definition

Unter `Inversion´ verstehe ich die Verkehrungen der fundamentalen Dimensionen des Daseins.   
Zur Kennzeichnung der Dimensionen verwende ich die Begriffe `absolut´, `relativ´ und `nichts´.[[192]](#footnote-192) Diese sagen etwas über Rang (Hierarchie) und fundamentale Bedeutung der verschiedenen Daseinsformen aus.[[193]](#footnote-193)

Inversionen führenzur Bildung von fremden Entitäten (`Es´), welche wiederum fremde, „verkehrte“ Wirklichkeiten (W²) erzeugen, zu denen auch seelische Krankheiten gehören.  
 Ähnliche Definitionen:  
- Inversionen: Verkehrungen fundamentaler Bedeutungen, Rangfolgen, Ordnungen, Hierarchien.   
- Inversionen = Ideologisierungen, die Menschen beherrschen und mit einer Negierung  
 eigentlicher Absolutheiten verbunden sind.  
- Religiös formuliert: Inversionen entstehen dadurch, dass Gott und das Selbst durch Fremdes  
 ersetzt werden. D.h. auch, Inversion führen immer zu einem Gottes- und Selbstverlust.

Zu einigen Begriffen  
Umkehrungen bzw. `Verkehrungen´ = Ergebnisse von Inversionen.  
 Beispiele: Subjekt-Objekt-Umkehr, Person-Ding-Umkehr usw.  
 Alle Umkehrungen siehe in Spalte U der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf).  
 Besondere Umkehrungen:  
 Umkehrung ins Gegenteil  
 Reaktionsbildung = Umkehrung ins Gegenteil als Verteidigung.  
(Hinweis: An einigen Stellen unterscheide ich nicht genau zwischen Inversionen und Umkehrungen.)

##### Ursachen für Inversionen

Prototypen: Adam und Eva

Die biblische Urgeschichte steht für mich exemplarisch für die Ursache von Inversionen und die Entstehung fremder Wirklichkeiten, der „Welt“. Die Schlange sagt uns, „Du wirst sein wie Gott …“[[194]](#footnote-194) Diese Idee verführt uns und lässt uns an Gott zweifeln. Sie verdreht/ invertiert seine Botschaft. Es ist die Ur-Inversion und ein Grundmuster der Inversionen bis heute.   
Dieses Grundmuster finden sich ganz allgemein in den unterschiedlichsten Ideologien, speziell auch in Verführungen etwa durch Drogen, Prostitution, Populisten und ähnlichen Führern, aber auch ganz unauffällig in vielen Alltagsgeschichten.[[195]](#footnote-195) Die Verführer dienern sich an, erheben uns, geben uns kostenlos irgendwelche Köder und wir inthronisieren dann etwas (oder unsselbst), das uns als das Absolute erscheint, das uns aber früher oder später beherrscht. Und wir hören auf sie, denn wir haben eine tiefe Sehnsucht nach etwas Absoluten: nach absoluter Liebe, Ewigkeit, ewigem Glück, ewigem Leben usw. - und Gott scheint oder ist fern und nicht fassbar.   
Steht diese Paradiesgeschichte nicht für uns alle? Ist nicht jeder von uns Adam oder Eva? Essen wir nicht täglich die Früchte vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen (bzw. Richtigen und Falschen) und machen daraus Ideologien, die uns kurzfristig gut erscheinen, langfristig aber schaden?[[196]](#footnote-196)

Aber: Inversionen sind nicht *das* Böse, sondern haben oft die Funktion von Not- und Ersatzlösungen (s. dort)

##### Woher kommen Inversionen?

1. Verführung oder Bedrohung  
2. Unbewusstes Übernehmen   
3. Bewusst-gewolltes Invertieren  
  
 Zu 1. Siehe Abschnitt zuvor.  
 Zu 2. Das bedeutet, dass wir unbewusst verkehrte Grundannahmen von anderen Menschen (sekundär) übernehmen. Vor allem Kinder übernehmen, zunächst unbewusst, verdrehte Anschauungen. Inversiv wirken auch negative Erfahrungen, wie seelische Traumata, die die Grundeinstellungen eines Menschen verändern.   
(S. später Kapitel: `[Entstehung seelischer Krankheiten](#_Zu_Ursachen_psychischer)´.)  
 Zu 3. Seltener bewusst-gewollt stellt die Inversion einen geistigen Schöpfungsakt dar. Durch eine bestimmte Idee kann eine Ideologie entstehen. Es entsteht etwas Neues, Fremdes, das sich schließlich zum invertierten, verkehrten Sein verwandelt.[[197]](#footnote-197)  
(Zur Frage: Kann Geist neue Wirklichkeiten erzeugen? Siehe ungekürzte Version.)

##### Wo spielen sich Inversionen ab?

a) **Individuell**:   
Folgen von Inversionen bzw. Ideologisierungen findet man sowohl im geistig-seelischen als auch materiell-somatischen Bereich. Diese Folgen können als sekundäre Ursachen für weitere Veränderungen in Frage kommen. Man wird jedoch das Primat einer geistigen (oder ideellen) Verursachung ebenso wenig wie das Primat einer materiellen Verursachung beweisen können.

b) **Gesellschaftlich**: Inversionen betreffen nicht nur Einzelpersonen, sondern auch Gruppen oder ganze Gesellschaften. Sie finden sich hier vor allem als unterschiedliche Ideologien bzw. „Ismen“, aber auch in unzähligen namenlosen Grundeinstellungen und Überzeugungen in einzelnen kleinen Gruppen, wie Familien, bestimmten Schichten und Gesellschaften z.T. weltumspannend und über viele Generationen hinweg - etwa vom aktuellen Mainstream bis hin zu fragwürdigen Weltanschauungen und Ideologien.  
Sie alle haben den später zu beschreibenden Charakter der `Es´ und deren Wirkungen. Sie wirken nicht nur negativ, langfristig jedoch mehr oder weniger unterdrückend, verlangen immer Opfer, schließen Anders-denkende aus und sind potenziell krankmachend. Sie sind letztlich auf individuelle primäre Inversionen zurückzuführen.

#### Unterscheide

###### Große und alltägliche Inversionen

Nicht nur die großen Menschheitsthemen, sondern auch Alltägliches wie Krankheiten, Partner- oder Kinderprobleme, diese oder jene Alltagssorge, Erfolg oder Misserfolge im Beruf - alles das kann in den Absolutbereich eindringen und existenzielle Bedeutung erlangen.   
Inversionen können flüchtiger Natur sein und in kurzer Zeit von einem anderen Absoluten verdrängt werden, aber auch das ganze Leben lang bestehen. Es gibt in Gesellschaften oder Familien inversive Haltungen, die Generationen überdauern.   
Die Palette der Inversionen ist nahezu unbegrenzt. Ich systematisiere sie in einem späteren Abschnitt. Der gemeinsame Nenner aller dieser Verhaltensweisen oder bzw. der zugrunde liegenden Einstellungen ist, dass sich Personen einem fremden Absoluten unterwerfen und eigentliches Absolutes aufgeben.

###### Inversion und Verhalten

Inversion betrifft primär Einstellung, Haltung, Glauben - nicht konkretes Verhalten. Am konkreten Verhalten lassen sich aber dahinterstehende Einstellungen meist erkennen. Einstellungen, Haltungen, Glauben sind in der Regel im Absolutbereich der Person „lokalisiert“ - konkretes Verhalten ist davon abhängig, also relativ. Man kann am konkreten Verhalten keine ganz sicheren Rückschlüsse auf die dahinterstehenden primären Einstellungen ziehen.

###### Inversion und Sünde

Zum Unterschied Inversion und Sünde nur kurz: Inversion ist umfassender und häufig unbewusst. Sünde wird ja meist im Sinn konkreter bewusster Fehlhandlung, v.a. im Verletzen der Gebote Gottes verstanden. Ich kann invertieren ohne zu sündigen oder aus inverser Haltung richtig handeln.   
Sowohl die übliche Sünde, als auch die übliche Inversion sind objektiv von relativer Bedeutung. Subjektiv allerdings oft von absoluter Bedeutung.  
Inversion ist keineswegs *das* Negative oder gar Böse, eher etwas Nachrangiges (Zweites bis Vorletztes), das trotz aller Nachteile häufig als Notlösung fungiert.

###### Inversion und Verdrängung (Freud)

Der Begriff der Verdrängung stimmt teilweise mit dem Begriff Inversion überein, wenn man darunter versteht, dass das eigentliche Absolute durch ein Relatives verdrängt wird. Legt man die psychoanalytische Konzeption zugrunde, so würde das verdrängte Absolute dann ins Unterbewusste gehen.

###### Inversion und `Gegen-Inversion´

Mit der Verabsolutierung von Etwas/ Jemand gehen automatisch eine Verabsolutierung des Gegenteils und eine Negation einher.[[198]](#footnote-198) D.h. mit einem fA entstehen auch seine konträren und kontradiktorischen Gegenteile - die oft nur latent existieren. Die so enstehenden Komplexe nenne ich `Es´, die später genauer besprochen werden (→ [Es](#_3._Es_-)).  
Eine Gegensatzbildung geht also gleichzeitig mit einer `Gleichmacherei´ (Egalisierung, Fusion) und Negierung einher. So erzeugt auch eine `Gleichmacherei´ Gegensätze und Negierungen wie auch Negierungen Gegensätze und Egalismen fördern.   
(→ z.B. [Zusammenspiel gegensätzlicher Philosophien und Gesellschaftsformen](#_Beispiel:_Zusammenspiel_gegensätzli).)   
In der Literatur wird meines Erachtens bei der Besprechung dieses Themas nur die Dynamik der Gegensätze und nicht auch die gleichzeitigen Egalisierungen bzw. Fusionen und Negierungen betrachtet.[[199]](#footnote-199)

###### Partielle oder totale Inversion?

Inversionen und ihre Folgen betreffen (zum Glück) nie die gesamte Person oder Gesellschaft.   
Es bleibt immer ein letztlich (!) stärkerer Anteil erstrangiger Wirklichkeit erhalten.

###### Mögliche Symbolbilder für Inversionen

*R*

*R*

A

R

**A**

*R*

**A**

*R*

A

A

a b c d e

|  |
| --- |
| Abb. 17 zeigt Inversionen entsprechend einiger Aspekte der Dimensionen.[[200]](#footnote-200)  Im Grunde genommen handelt sich immer um denselben Vorgang, der nur verschieden dargestellt wird.  Von links nach rechts: a) Ganz links sehen wir, wie Absolutes aus der Mitte verlorengeht und andererseits Relatives die Mitte besetzt. b) Absolutes verliert seine Dominanz und Relatives wird ihm übergeordnet. Personal: P wird einem *R* untergeordnet. c) Absolutes wird nicht mehr Grund und Basis - und umgekehrt wird einem Relativen eine Basisposition eingeräumt. d) Absolutes wird nicht mehr primär gesehen, stattdessen wird Relatives an die erste Stelle gesetzt. e) Absolutes wird nicht mehr als das Umfassende und Relatives dagegen als das Umfassende gesehen. Überall entstehen „Verrückungen” des Mittelpunktes und „Bruchstellen" zwischen der erstrangigen  Ausgangsbasis und der neuen fremden Situation. |

##### Inversionen und Folgen aus der Sicht der Sprachanalogien

Betrachten wir die Thematik unter dem Gesichtspunkt der grammatikalischen und syntaktischen Analogien,   
so erinnern wir uns der Hypothese: Psyche habe zu tun mit dem, was Substantive, Verben und Adjektive repräsentieren[[201]](#footnote-201) - also mit „Strukturen“ (Formen), „Bewegungen“ und „Qualitäten“ - und psychisch relevante Zusammenhänge habe etwas zu tun mit dem, was Subjekte und Prädikate repräsentieren.   
Wir hätten also bei Inversionen zu untersuchen: Was ändern sie an den „Strukturen“ (Formen), „Bewegungen“ und „Qualitäten“ und was an den Zusammenhängen? |  
Übersetzen wir die oben genannten Schritte in diese Sprachanalogie so könnte man formulieren:  
Im ersten Schritt wird gezeigt, wie der Mensch, in der Rolle eines primären Subjekts, ein Objekt (das Relative) zum primären Subjekt macht (und dadurch selbst zum Objekt wird). Als solches kann er, neben der Objektrolle, nur als sekundäres, zweitrangiges Subjekt fungieren (syntaktische Analyse).   
Es besteht auch hier eine Analogie zur Grammatik: Das Subjekt zwingt über ein Verb als Prädikat dem Objekt bestimmte Formen auf. „Das Objekt wird vom Verb `beherrscht´.“ (W. Jung)[[202]](#footnote-202) Die [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) folgt im Wesentlichen dieser Einteilung.   
Genaueres siehe ungekürzte Fassung.

##### Wie drücken sich Inversionen aus? (Sprachanalyse)

Inversionen wird man im Alltag oft nicht auf Anhieb erkennen, zumal sie in verschiedenen Formen auftreten und ausgedrückt werden. Inversionen entstehen aus bestimmten Einstellungen und äußern sich verschieden:   
in entsprechendem Verhalten, Denken, Sprechen usw. Am deutlichsten werden sich Inversionen in der Sprache ausdrücken. Weil Inversionen immer den Absolutbereich betreffen, findet man in der Regel einen inadäquaten Gebrauch folgender Absolutworte oder -sätze wie: [[203]](#footnote-203) |  
• Absolut-Nomen (= Sein): Gott, Teufel, Götze, Heilige(s) oder substantivierte absolute Adjektive.   
• Absolute Tätigkeitsverben (= Tun, Verhalten): schwören, anbeten, verfluchen, z.T. lieben, hassen etc.  
• Absolute Hilfsverben: v.a. (unbedingt) müssen, wollen, auf keinen Fall dürfen etc.  
• Absolut−Adjektive: z.B. absolut, selbst, eigentlich, unbedingt, primär, unabhängig, total, unwirklich, nichtig …   
• Superlative   
• absolute Adverbien: immer, total ewig, nie, gar nicht, unmöglich, undenkbar, keinesfalls, ausgeschlossen, genauso, eindeutig, ganz klar, völlig, zuallererst, primär, erstrangig, unbedingt, ganz gewiss, selbstverständlich, von selbst etc.  
• Absolute Präfixe, Suffixe (wie un-, -los etc.)   
• Absolut-Sätze = Sätze, die absolute Worte enthalten, oft Sprichworte, Allaussagen.|

Der Begriff `fremd´

Als charakteristisches Leitwort/ Kennwort für die häufigste Vorform von Störungen, habe ich das Wort `fremd´ (f) gewählt. Ähnlich könnte man auch sagen: fehlerhaft, falsch, feindlich (für `f´ stehend). Sie klingen jedoch zu negativ oder moralistisch.   
Synonym zu fremd verwende ich: zweitrangig, uneigentlich, invers.   
`Fremd´ ist begleitet von seinen Gegenteilen `hyperidentisch´ und `indentitätslos´.   
Man müsste diese an sich immer mitdenken.

### *Systematik*: Inversionsmöglichkeiten (optional)

In Bezug auf die Vielzahl möglicher Inversionen beschränke ich mich hier auf bekannte Ideologien. Daneben gibt es, wie erwähnt, unzählige andere „private“, namenlose, dogmatisierte Einstellungen. [Hinweis: ↔ bedeutet hier Inversion.]  
Ich liste nacheinander auf: Inversionen der Dimensionen, Inversionen der Differenzierungen und der Einheiten.  
(Alle Inversionen/ Umkehrungen siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte F).

##### Inversionen der 7 Dimensionsaspekte

Übersicht:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **0** | **absolut**  selbst  eigentlich einheitlich unbedingt primär unabhängig | **relativ** anders möglich teilweise bedingt sekundär abhängig |

**• a1** (**Leitaspekt**) Absolutes und Relatives werden verwechselt:   
Relatives wird fremdes Absolutes (fA) und eigentliches Absolutes (+A, ‒A und `Wahlabsolutes´) wird negiert (0). Quelle: alle Ideologien, manche Weltanschauungen.  
(`Herrschaft des Relativen über das Absolute´ oder `Herrschaft des Nichts´).  
• a2 Selbst ↔ Anderes:  
Anderes, Fremdes wird als eigentliches Selbst, als eigentliche Identität, als mit sich völlig identisch angesehen und das eigentliche Selbst als fremd oder bedeutungslos.  
z.B. (Auto) Determinismus, Operationalismus, z.T. Identitätsphilosophien.  
• a3 Eigentliches ↔ Mögliches:   
Mögliches, Künstliches, Unwirkliches wird als eigentlich, tatsächlich usw. dargestellt und erstrangige Realitäten, Wahrheiten als unwirklich oder nichtig gesehen.  
z.B. Realismus, Objektivismus, Positivismus, Faktizismus/ Antirealismus, Skeptizismus, Idealismus, Relativismus, Anti- bzw. Postfaktizismus.  
(Etwa als `Herrschaft des Schein über das Sein´).  
• a4 Einheitliches ↔ Teilweises:  
Teile werden wie Ganzes behandelt oder Ganzes wie Teile oder Uniformes.  
z.B. Monismus, Holismus, Universalismus, Integralismus, Totalitarismus, Expansionismus.  
• a5 Unbedingtes ↔ Bedingtes:  
Bedingtes wird unbedingt und Unbedingtes wird bedingt oder nichtig genommen.  
z.B. Dogmatismus, Determinismus, Fatalismus, z.T. Skeptizismus.  
• a6 Primäres ↔ Sekundäres:  
Sekundäres, Nachrangiges wird primär und Primäres wird als sekundär oder nichtig angesehen   
bzw. Nebensache wird Hauptsache und Hauptsache wird Nebensache. Etwa als `Herrschaft der Form über den Inhalt´, `Herrschaft dr Nebensachen über die Hauptsache´ etc.  
 z.B. Radikalismus, Extremismus.  
• a7 Unabhängiges ↔ Abhängiges:  
Unselbständiges wird autonom und andererseits das eigentliche Selbständige als abhängig oder nichtig angesehen. z.B. Autopoiesien, Evolutionismus Weltflucht/ Immanenzphilosophie.

##### Inversionen der Hauptdifferenzierungen

• I. Sein (Geist ↔ Materie) (Etwa als `Herrschaft der Materie über den Geist´).  
z.B. bei Idealismus, Immaterialismus, Ontologismus, Spiritualismus, Spiritismus/ Materialismus, Naturalismus, Formalismus, Strukturalismus.  
• II. Leben ↔ Funktionieren und passives Erleben  
z.B. bei Panvitalismus, Hylozoismus (Belebtheit aller Materie), Dynamismus, Energetik, Funktionalismus, (Etwa als `Herrschaft der Funktionen über das Leben´, `Herrschaft der Funktionäre´). z.T. Lebensphilosophien, Vitalismus.  
• III. Absolute ↔ relative Qualitäten  
z.B. bei Perfektionismus, Positivismus, Idealismus/ Negativismus.  
• IV. Subjekt ↔ Objekt - Zusammenhänge  
Relative Zusammenhänge werden wie absolute Zusammenhänge und absolute Zusammenhänge werden wie relative Zusammenhänge behandelt.   
Objekte werden wie Subjekte und Subjekte werden wie Objekte behandelt.  
z.B. bei Subjektivismus / Objektivismus, Relationismus, Epiphänomenalismus.  
(Etwa als `Herrschaft der Objekte über das Subjekt´).

##### Inversionen der Einheiten

• Zu 1. Alles ↔ Einiges

Einiges wird wie Alles und Alles wie Nichts behandelt.  
• Zu 2. Transzendentes (Gott, Himmel, Geist) ↔ Immanentes (Welt, Materie, z.T. Mensch).  
Auch: Gott, P, Ich werden von der übrigen Welt getrennt und umgekehrt.   
z.B. bei Deismus, Quietismus, Mystizismus / Atheismus, Aberglaube.   
(Etwa als `Herrschaft des Menschen über Gott´, Gott-Mensch-Umkehr).  
• Zu 3. Personen ↔ Dinge:   
Dinge werden wie Personen und Personen wie Dinge genommen.   
(`Herrschaft der Dinge über den Mensch´).  
• Zu 4. Ich A ↔ Ich *R* und Ich ↔ Andere(s)  
Andere/ Menschen oder das eigene Ich werden verabsolutiert -  
und eigenes Absolutes wird negiert. (`Ego´- üblicher Begriff für ein verabsolutiertes Ich.)  
(`Herrschaft des Ego über das Ich´). → Der Sonderfall `[Das Ich als fremdes Selbst](#_Das_Ich_als)´.  
• Zu 5. Geist ↔ Seele, Körper der Person.  
Der menschliche Körper (oder Körperteile) oder Funktionen wie z.B. Aussehen, körperliche Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden oder auch relativ Geistiges/ Geistliches werden verabsolutiert und eigentlicher absoluter Geist, wie die unbedingte Würde des Menschen wird relativiert oder negiert.

**Weitere Einzelaspekte wie Befinden, Besitz, Moral, Ordnung Können, Wollen usw.   
siehe ungekürzte Fassung.**

Bedeutung der Inversionen für die Entstehung seelischer Krankheiten (Zwischenbilanz)

Ich halte Inversionen, neben dem −A, für die häufigste primäre (!) Ursache seelischer Krankheiten.   
Bildlich gesprochen stürzt das Relative das Absolute vom Thron. Durch den Verlust des Absoluten verschwindet die integrierende Metaebene, die nicht durch etwas Relatives ersetzt werden kann, so dass Entfremdungen, Verschiebungen, Brüche, Wahnsinn usw. entstehen können.  
Der Zusammenhang zwischen Inversionen und seelischen Krankheiten ist allerdings nie ganz eindeutig, denn:   
1. Jede Inversion hat auch positive Folgen! Deshalb ist sie keineswegs *das* Schlechte oder gar Böse, sondern eher eine Notlösung.  
2. Auch das +A kann relative negative Folgen haben, etwa vergleichbar mit Schmerzen, die wir beim Zahnarzt aushalten müssen.  
3. Das Entscheidende bei der Entstehung psychogener Krankheiten sind nicht irgendwelche Verwechslungen, sondern dass es bei diesen Verwechslungen um Absolutes geht. Verwechslungen von Relativem sind ubiquitär. Alles „Irdische“, also unser Alltag, unsere Kommunikation, unser Denken und Wahrnehmen sind mehr oder weniger verfremdet, widersprüchlich, unsinnig, traumatisierend usw. ohne dass wir automatisch krank werden. Erst wenn etwas für uns absolute Bedeutung erlangt hat, uns beherrscht und nicht durch etwas anderes relativiert und kompensiert wird, können psychogene Krankheiten entstehen.

## Es - eine fremde, beherrschende Entität

HINWEIS: Leser, die nicht so tief in die Problematik einsteigen wollen, können ggf. dieses Kapitel überspringen und im Kapitel `[Personales Es und Fremd-Selbst](#_Personales_Es_und)´ weiterlesen, weil ich dort auch das Allerwichtigste, dieser allgemeinen Ausführungen zusammenfasse.

##### Einleitung

In diesem Kapitel werde ich genauer besprechen, welche Folgen Inversionen haben können.   
Aus [Inversionen](#_2._Inversion_-) psychisch relevanter Dimensionen kann eine neue Entität entstehen, die uns beherrscht und neue, fremde Wirklichkeiten und personale Anteile bildet.   
Diese neue, fremde Entität nenne ich im Folgenden `Es´ genannt.   
Inversionen führen so zur Bildung von etwas Neuem, Fremden, das sich materialisiert und verselbstständigr hat. Es ist ein Gebilde entstanden, das die Verkehrung fundamentaler Bedeutungen repräsentiert und selbst auch inversiv wirkt.[[204]](#footnote-204)   
 Es ist etwas entstanden, das sich von seinem Schöpfer gelöst hat und nicht mehr dessen Objekt, sondern neues, fremdes, unabhängiges Subjekt geworden ist und von sich aus eigene Wirkung entfaltet. In dieser Subjektrolle dominiert es vor allem uns Menschen oder unsere Umgebung, die nun zum Objekt werden.  
Dieses `Es´ hat ganz eigene Charakteristika, die ich anschließend beschreiben werde.

### Allgemeines zum Es

##### Warum habe ich den Begriff des `Es´ gewählt?

Der Begriff `**es**´ bezeichnet eine nicht näher bestimmte Ursache eines Geschehens.[[205]](#footnote-205)   
W. Jung: „Das Pronomen `es´ ist nur formales, inhaltlich leeres Subjekt [nach Wahrig: `Scheinsubjekt´] bei ... Impersonalien ...,[[206]](#footnote-206) aber auch bei Verben körperlicher oder seelischer Empfindung, Verben des Mangels oder Bedürfens ...“.[[207]](#footnote-207)  
Es eignet sich deshalb sehr gut zur Bezeichnung des allgemeinsten Nenners von noch unbestimmten Ursachen irgendwelcher psychisch relevanter Geschehen, die je nach Bedarf weiter differenziert werden können.  
 Ich unterscheide ein kleines `es´ und ein großes `Es´. Das kleine `es´ ist dem Ich-selbst untertan.[[208]](#footnote-208) Das große `Es´, um das es hier geht, beherrscht das Ich.  
Das hier verwendete `**Es**´ steht in dieser Arbeit für ein `es´ mit **absoluter Bedeutung**.   
Es entsteht im Fall von `Inversionen´, bei der `es´/ `etwas´ durch Verabsolutierung zum Es wird und dann das Ich (oder WPI insgesamt) dominiert. Nicht ich habe dann `es´, sondern Es hat mich. Das Es ist so nicht näher bezeichnete Ursache für ein Geschehen in der Person, auf das diese keinen unmittelbaren Einfluss mehr hat. Wir verwenden auch umgangssprachlich häufig den Begriff in der Bedeutung eines `Es´, wenn wir ausdrücken wollen, dass uns etwas, meist Unbekanntes, beherrscht: „Es macht mich ganz fertig/ krank/ verrückt.“ usw.   
`Es´ kennzeichnet auch im Gegensatz zu dem Begriff des `Ich´ eher Unbestimmtheit und Unbewusstheit.   
Alle diese Charakteristika passen sehr gut zu den in dieser Arbeit beschriebenen `Es´.  
Diese Es bzw. fA spielen bei der Entstehung von seelischen Krankheiten eine besondere Rolle. (Näheres s. später).

`Es´ mit ähnlicher Bedeutung bei anderen Autoren

(Eine Auswahl)

• Das Es ist bei **S. Freud** eine der drei Instanzen neben Ich und Über-Ich. „Die älteste dieser psychischen Provinzen oder Instanzen nennen wir das Es. Sein Inhalt ist alles, was ererbt, bei der Geburt mitgebracht, konstitutionell festgelegt ist, vor allem die aus der Körperorganisation stammenden Triebe, die hier einen ersten, uns in seinen Formen unbekannten Ausdruck finden.“[[209]](#footnote-209) (D.h. bei der Geburt bestünden wir vor allem aus Es).   
Im Gegensatz zum `Es´ von Freud oder Groddeck steht hier das Es nicht nur für sexuelle Triebe, die Menschen beherrschen können, sondern für alles was die Person (P) beherrscht. Teilweise bestehen also Übereinstimmungen mit dem Es Freud´s, vor allem auch, was das Unbewusste (Ubw) und Mächtige dieser Instanz(en) angeht. Freud betonte offensichtlich das Es in seiner Funktion der sexuellen Triebe zu sehr. Außerdem spielte das Selbst für ihn keine bzw. nur eine untergeordnete Rolle - im Gegensatz zu den Inhalten dieser Arbeit. Schließlich sah er das Es, wie auch die übrigen Instanzen, unabhängig von jedweder spirituellen Dimension.  
• Ähnlich auch **G. Groddeck**, der die besonderer Rolle des Es in unserem Seelenleben noch vor Freud, in: „Das Buch des Es" beschrieb.  
• **Paul Auster**: „Worauf sich dieses `Es´ bezog, hatte Quinn nie gewusst. Vielleicht war es eine verallgemeinerte Beschaffenheit der Dinge, wie sie sind, der Zustand der Es-heit, welcher der Boden ist, auf dem die Geschehnisse der Welt stattfanden.“[[210]](#footnote-210)   
• **Georg Büchner** in: `Dantons Tod´: „Es muß ... Was ist das, was in uns lügt, hurt, stiehlt und mordet? Puppen sind wir, von unbekannten Gewalten am Draht gezogen;... nichts wir selbst!“[[211]](#footnote-211)   
• **Thomas Wolfe** schieb über: „... jenes Etwas, das im Dunkeln lebte und webte, während die Menschen schliefen, das heimlich, frohlockend und sieghaft überall im Lande geschah...“.[[212]](#footnote-212)   
• **A. J. Cronin**: „„Das Zeug sitzt mir im Leib. Es ist ich selber... Ich bin es selbst.“[[213]](#footnote-213)  
• **Victor Klemperer** beschreibt in seinem Buch `LTI´ die Sprache des Dritten Reiches, die man mit der Sprache bzw. dem Geist eines Es gleichsetzen kann.   
Victor Klemperer schildert z.B. einen Naziaufmarsch: „Die Leute warfen die Beine, dass die Stiefelspitzen über die Nasenspitzen hinauszuschwingen schienen, und es war wie ein einziger Schwung, wie ein einziges Bein, es war in der Haltung all dieser Körper, nein: dieses einen Körpers eine so krampfhafte Anspannung, dass die Bewegung zu erstarren schien, wie die Gesichter schon erstarrt waren, dass die ganze Truppe ebenso sehr den Eindruck der Leblosigkeit wie der äußersten Belebtheit machte.“ (S. 26/27).[[214]](#footnote-214)   
Diese Schilderung ist für mich ein typisches Beispiel für zwei Eigenschaften des Es:   
totale Vereinheitlichung und Nebeneinander von Unbelebtheit und `Über-Belebtheit´.  
• Die Eigenschaften die **Stefan Zweig** dem `Dämon´ in seinem Buch `Der Kampf mit dem Dämon´ gibt, entsprechen im Wesentlichen dem `Es´.  
• Typisch, dass auch ein Horrorfilm (von **Stephen King**) 'Es' heißt.

##### Weitere Charakterisierung und Definition des Es

**Es = zweitrangiges Subjekt.** Genauer: **Es = aus Inversionen entstandener Komplex, der WPI beherrscht und verändert.**  
`Es´ ist eine selbständig gewordene Entität - ein kompliziertes Gebilde mit unterschiedlichsten Wirkungen.   
Es ähnelt den erstrangigen Absolutheiten, imitiert diese, hat aber letztlich ganz andere Eigenschaften und Wirkungen. Es ist wesentliche Grundlage für seelische Erkrankungen.   
Dennoch ist das Es nicht „*das* Böse“ bzw. das nur Negative, denn es hat auch positive Seiten, die für seine Chronizität und Dominanz eine wesentliche Rolle spielen.   
Ein Es ist vor allem fremd und in sich gespalten.   
**Ein Es besteht aus drei Teilen: pro-fA, kontra-fA und f0** [[215]](#footnote-215) (`Triade´), obwohl es auch als einteiliges oder zweiteiliges (`Monade´ oder `Dyade´) erscheinen kann.  
Jedes dieser Teile des Es wiederum hat drei Seiten - eine Haupt- und zwei Rück- bzw. Kehrseiten.In diesem Abschnittt beschreibe ich der Einfachheit halber zunächst nur das Es und seine Teile.

(Zu den Seiten der Teile siehe [Die Entstehung der 3 Seiten eines jeden Es-Teils](#_Die_Entstehung_der)).

Warum besteht ein Es immer aus drei Teilen?   
Anders formuliert: Warum erzeugt eine Inversion immer drei Widersprüche?

Beispiel: Ich idealisiere/ verabsolutiere etwas relativ Positives. Weil aber jedes Relative einen positiven, eine negativen und einen neutralen Anteil hat, werden neben dem positiven (vordergründigen) Teil seine negativen und neutralen Anteile mit verabsolutiert.   
Zu Beginn der Verabsolutierung erscheint das Verabsolutierte (`Es´) oft einteilig (wie eine `Monade´), später häufig zwiespältig/zweiteilig (wie eine `Dyade´) obwohl es in Wirklichkeit dreiteilig ist. Selten erlebt man das Es mit allen drei Teilen als `Triade´, weil zumeist ein Teil dominiert.

Einteilig, wie eine Monade, erscheint das Es, wenn eines seiner Teile (pro-Teil, kontra-Teil oder 0-Teil) verabsolutiert und die beiden anderen verdrängt werden. Wenn ich beispielsweise meine Stärke verabsolutiere, dann muss ich meine Schwächen und alles andere, was dieser entgegensteht, unbedingt negieren. Allerdings bleiben die negierten Anteile latent bestehen.  
Zweiteilig/ zwiespältig (wie eine Dyade) erlebt man das Es, wenn zwei seiner Teile gleichzeitig „aktiviert“ sind, z.B. Alles-und-Nichts, pro und kontra, pro und nichts, kontra und nichts.  
Dadurch vereint das Es viele Widersprüche in sich, je nachdem welcher Teil dominiert.  
(Ich erläutere diese Vorgänge später noch genauer).

Abb. 18 zeigt welche Bezeichnungen die verschiedenen Teile

ALLES

pro-fA

kontra-fA

NICHTS

eines Es haben können und wie sie zueinander stehen.

Die verschiedenen Teile der Es stehen sich einerseits gegensätzlich gegenüber, sind aber andererseits voneinander abhängig. Dadurch vereint das Es viele Widersprüche in sich, je nachdem welcher Teil dominiert.  
Zum Beispiel den Aspekt a4 betreffend: Das Es ist das dominierende Invertierte, das zu Gespaltene (±Alles oder Nichts) und das zu Fusionierte.   
Und so wirkt es auch: invertierend (umschlagend), spaltend und fusionierend.   
Es wirkt so in allen WPI-Bereichen. Es macht also Inversionen (Umkehrungen), Spaltungen (Gegensätze) und Fusionen (zu Gleiches) mit Wirklichkeiten, Personen und mit dem Ich.

[Die Begriffe `Dyade´ und `Triade´ scheinen hier das Gemeinte gut zu bezeichnen. Man könnte das Es als `Dyade´ auch als `WPI bestimmende **binäre** oder duale **Einheit**´ (1 und 0) bezeichnen und die zunehmende **Digitalisierung** als Versuch interpretieren, der Welt und die Menschen in möglichst viele 1 und 0 (`Es-Teile´) zu zerlegen, die uns trotz aller Fortschritte zu beherrschen droht und sogar versucht, Psyche und Geist zu digitalisieren.[[216]](#footnote-216)   
Man kann manche Digitalisierung so als Folge von Inversionen sehen.  
Nebenbei: Nach dem `Zeitalter der Digitalisierung´ kommt das sog. `postfaktische Zeitalter´.   
Auch die `Triade´ hat in Form von `trinärer´ Verschlüsselung, welche die Zustände 0, 1 und -1 erlaubt, eine Parallele in der Datenverarbeitung.]

Ich erinnere:   
Im Absolutbereich herrschen andere Gesetze und Charakteristika als im Relativbereich.   
Wenn etwas ursprünglich Relatives in den Absolutbereich eingedrungen ist und absolut genommen wird, obwohl es gar kein Absolutes ist, dann entsteht, wie gesagt, ein ganz eigenartiges Gebilde, ein Zwitter, ein Fremdes, das eigen wurde, aber nicht mit der eigentlichen Wirklichkeit identisch ist, sondern eigene Charakteristika und Dynamiken hat, die mit denen der eigentlichen Wirklichkeit teilweise übereinstimmen, teilweise aber entgegenstehen.[[217]](#footnote-217) Dabei ist diese Übereinstimmung umso geringer, je größer der Abstand eines fA vom +A ist.  
Das Es hat fremde Charakteristika, v.a. die eines materialisierten fremden Absoluten, fremden Selbsts, eines fremden Eigentlichen, Einheitlichen, Unbedingten, Primären und Selbstständigen und deren Gegenteile, aber auch die eines fremden Nichts. Als solches ist es nicht mehr primär eigentliches Geistiges und Lebendiges, sondern vor allem fremdes Materielles bzw. Dinghaftes und Funktionales. Durch die Materialisierung ist es auch nicht mehr unmittelbar frei verfügbar und änderbar, sondern nur langfristig über neue Einstellungen zu verändern. D.h. auch: **Je mehr sich das Es vom Einfluss des +A entfernt, umso weniger gelten die Gesetze des Lebens bzw. des lebendigen Geistes, sondern mechanische oder physikalische Gesetze, da es jetzt weniger um Geist, sondern um festgelegtes Sein, um Materielles und seine Funktionen geht. Parallel dazu entsteht Chaos.**Anders gesagt: In der erstrangigen Wirklichkeit dominiert das Lebendige und physikalische Gesetze sind untergeordnet, während es in den zweitrangigen Wirklichkeiten umgekehrt ist.  
 Das Es ist wie ein Chamäleon: Es ist teilweise oder scheinbar gut und doch überwiegend schlecht, scheinbar Freund und mehr noch Feind. Es ist scheinbar Es-selbst und ist doch fremd. Es ist scheinbar nur ein Teil und doch auch sein Gegenteil.   
Es ist scheinbar eindeutig und doch zwiespältig. Es kann eben noch attraktiv und schillernd erscheinen und ist im nächsten Moment bedrohlich und düster. Das Es imitiert die Eigenschaften des Absoluten und Relativen, die aber verzerrt und ins Extreme getrieben sind: das Relative wird zu absolut, aber auch zu nichtig (weil es sich selbst negiert) - und das eigentliche Absolute wird zu relativ und zu nichtig. Es entstehen also zwei gegensätzliche Instanzen: das zu Absolute und das Nichtige (bzw. Relative), die dem Alles oder Nichts entsprechen und den Grundcharakter zweitrangiger Wirklichkeiten prägen.  
Das Es dominiert bestimmte Bereiche der Wirklichkeit, so auch der Person, kann sich ihr aber auch unterwerfen, wenn es um den eigenen Vorteil geht.  
Es bindet eigene Relativa und bildet mit diesen eine eigene Einheit (wie Kern und Zytoplasma der Zelle).   
Es versucht zu expandieren, zu dominieren oder es unterwirft sich anderen Es.  
Es bildet Co- oder Kontra- oder 0-Formen, die ähnlich wirken, wie die primären Formen.  
Es bildet Komplexe und zweitrangige Einheiten, Systeme, Welten, Personales - die alle zusammen zweitrangige Wirklichkeiten bilden.   
- Die Es sind wie Parasiten, die ein Teil des Wirtsorganismus (WPI) geworden sind, dennoch ihm fremd und ihn letztlich dominierend; wobei beide eine Abhängigkeitsbeziehung eingegangen sind, in der beide je eigene Vor- und Nachteile haben, insgesamt aber zum Vorteil der Parasiten, unserer `Es´ und verbunden mit der Gefahr für den `Wirt´ krank zu werden.[[218]](#footnote-218)

(Ausführliche Darstellung des Charakters des Es s.a. später und in der `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´, Spalten H und I).|

Mögliche Synonyme für Es allgemein:

Dyade, Triade, Parasit, Chamäleon, Zwitter, Hybrid, Symbiont, Papiertiger, Chimäre, Trugbild, Wolkenkuckucksheim, Hirngespinst, Phantom, Bastard, Fehlgeburt, neues Fremdes, Selbstbetrug. Symbol für Es: Ellipse, Symbol für Es im Gleichgewicht: ☯.

#### Die Entstehung des Es

###### Einführung

Ich wiederhole: Der Beginn der Entstehung eines Es kann die Verabsolutierung eines Relativen oder die Negierung eines eigentlichen Absoluten sein. Im Endeffekt ist es jedoch egal, ob es zuerst zu einem Einbruch des Relativen in den Absolutbereich kommt, der anschließend zu einem Verlust des A an dieser Stelle führt oder zuerst eine Negierung des A stattfindet, die anschließend einen Einbruch eines *R* in diese „Leerstelle“ des Absolutbereichs möglich macht.   
Das verabsolutierte *R* und das negierte A bilden als fA und f0 ihre eigenen Dimensionen und Differenzierungen und zusammen einen neuen fremden Komplex: das Es.  
Das Es dimensioniert und differenziert sich, wie gesagt, nach dem (+ or ‒) Alles-oder-Nichts-Prinzip. Die entstehenden fremdem Absolutheiten und 0 werden zu Zentren neuer, fremder personaler oder nichtpersonaler Wirklichkeiten/ Welten, über die sie dominieren.[[219]](#footnote-219) Diese zweitrangigen Wirklichkeiten stehen und fallen mit ihrem neuen Zentrum, dem Es. Sie haben ihre eigenen Charakteristika und Gesetze, die wir näher kennenlernen wollen.   
Obwohl diese Prozesse sehr komplex sind und in vielen Bereichen nebeneinander ablaufen, so muss ich sie doch um des Verständnisses willen in Einzelschritte zerlegen, bevor ich eine Gesamtschau darstelle.  
Diese Einzelschritte werden besonders deutlich, wenn wir der Hypothese folgen, dass jede Wirklichkeit A*R* dimensioniert und SLQZ differenziert ist.

Im Folgenden soll die Bildung aller möglichen Es-Teile und deren Seiten dargestellt werden.  
Ich bespreche zunächst die Bildung eines zweiteiligen Es (Dyade) und danach die Bildung eines dreiteiligen Es (Triade) und schließlich deren verschiedene Seiten.

##### Die Entstehung der Es-Teile

Je nach Art der Inversion kann das Es als Dyade also aus zwei Teilen (Alles und Nichts) oder aus drei Teilen (Pro-fA, Kontra-fA und 0 oder aus afA, rfA und 0) zusammengesetzt erscheinen.

###### Alles-und-Nichts-Bildung

Im Folgenden bespreche ich, wie sich nach der Inversion das Alles² und Nichts\* als Dyade bildet. Zwei Hauptbestandteile des Es entstehen durch den Grundmechanismus einer Inversion: Durch Totalisierung und Negierung = Alles-oder-Nichts-Mechanismus.   
Die nachfolgende Grafik soll diesen Vorgang veranschaulichen.

Nichts (0)

Es als  
 Dyade

Alles² (∀)

Etwas R

Alles¹

Abb. 19 zeigt die Bildung der neuen Dimensionen des Es nach dem Alles-oder-Nichts- Prinzip:   
Aus verabsolutiertem relativem Etwas und totalisiertem Alles¹ wird fremdes Alles² und aus negiertem Alles¹ und Etwas ein fremdes Nichts (0).  
Die zugrundeliegende Inversion ist dabei in grauer Farbe gezeichnet.

Dieses Alles-oder-Nichts ist ein wesentliches Charakteristikum eines jeden Es. Beide Teile dieser `Dyade´ hängen eng zusammen. Sie sind im Grunde zwei Seiten derselben Sache, des Es. Obwohl sie wie zusammengeschweißt sind, sind sie doch voneinander getrennt und stehen sich gegensätzlich gegenüber.  
Sie sind einander Freund und Feind zugleich. Sie bedingen einander und zerstören einander. Sie sind sich jedoch einig in ihrer Opposition gegen die erstrangige Wirklichkeit.   
Im Alles oder Nichts fehlen die Zwischentöne.  
Weil das `Alles´ entweder ein positives oder negatives fremdes Absolutes (+ oder ‒ fA) ist, behandele ich die Bildung dieser Teile des `Alles´ dort (Siehe nächster Abschnitt). Weil aber andererseits in der Gegenüberstellung zum `Nichts´ der Begriff `Alles´ üblich ist, verwende ich ihn in diesem Sinne.   
`Alles´ Abkürzungen: ∀, Alles² (oder nur Alles).[[220]](#footnote-220)   
Über die [Bildung des Nichts](#_Bildung_des_Nichts_1) siehe später.

###### Bildung der fremden Absolutheiten (fA)

„Die Ägypter machten sich Götter von dem, was sie fürchteten   
und was sie sich wünschten.“ Ägyptische Fremdenführerin

Synonyme für fA: **Pseudoabsolutes**, zweitrangige, ersatzhafte, fremde Absolutheiten/ Dominanzen, Teil einer Triade, z.T. als Obsessionen, Fixierungen.  
  
Sergi Avaliani kommt bezüglich des Pseudoabsoluten aus philosophischer Sicht zu sehr ähnlichen Ergebnissen wie ich:

„Da menschliches Wissen relativ ist, lehnen Menschen das Relative bewusst (oder oft unbewusst) ab, indem sie das Absolute schaffen. Das so geschaffene Absolute ist das *Psuedoabsolute*, das wegen seines menschlichen Ursprungs relativ ist. … Das Psuedoabsolute ist eine dialektische Einheit des Absoluten und Relativen und spielt als `dritte Wirklichkeit´ eine große Rolle im geistlichen Leben der Menschheit.“[[221]](#footnote-221)

Fremde Absolutheiten (fA) bilden sich, wenn relative Dinge absolut genommen werden.   
Alles Relative, also alles außer einem eigentlichen Absoluten, kann verabsolutiert werden.   
Das betrifft Dinge, Personen aber insbesondere auch Erlebnisse in der Kindheit. Das können scheinbar positive Erlebnisse sein, im Sinne von Verführungen oder negative Erlebnisse im Sinne von Traumatisierungen oder Negierungen des Kindes. Diese Menschen haben dann als Kinder kein Urvertrauen entwickeln können. Etwas anderes ist an diese Stelle getreten: Vertrauen zu etwas, das an sich nur einen relativen Wert hat und nur teilweise nützt oder zu viel Misstrauen einem relativen Negativen gegenüber oder schließlich kein Vertrauen, Vertrauen zu nichts.  
Es ist ab einem bestimmten Punkt egal, ob etwas positiv oder negativ verabsolutiert wird. Es sind, wie gesagt, zwei Seiten derselben Medaille, so gegensätzlich sie auch erscheinen.   
In der heutigen westlichen Gesellschaft als „Leistungsgesellschaft“ werden wohl vor allem Taten und Erfolg (Asp. 15) verabsolutiert. Daneben auch Sexualität (Asp. 6), Besitz (Asp. 9), andere Menschen als Idole (Asp. 3) und einiges mehr. Die Kirche gerät wohl am ehesten in Gefahr, die Moral oder sich als Institution (Asp. 12 bzw. 3) absolut zu setzen. Der Ratio-nalismus verabsolutiert den Verstand (Asp. 16), die Romantiker das Gefühl (Asp. 7) usw.   
Es geht aber auch um viele, namenlose Geisteshaltungen, die Familien beherrschen und verinnerlicht werden können. Verinnerlicht nenne ich sie Fremd-Selbst. Viele Verabsolutierungen, sprich: „Verrücktheiten“ in der Gesellschaft oder in Familien werden häufig als die „richtigen“ Lebensvollzüge angesehen und gefördert. Sie stellen wichtige Ursachen für seelische Krankheiten dar. Man kann M. Siirala zustimmen, wenn er in seinem gleichnamigen Buch direkte Beziehungen zwischen der `Schizophrenie des Einzelnen und der Allgemeinheit´ zieht.[[222]](#footnote-222) Auch ich versuche in dieser Arbeit zwischen verschiedensten familiären und gesellschaftlichen Ideologien bzw. Inversionen einerseits und den verschiedensten Krankheiten des Einzelnen andererseits Zusammenhänge herzustellen.  
  
Arten des fA: +fA, −fA; afA und rfA. Neben dem Nichts sind sie Teile einer Triade.  
(Symbol: ☯ Yin-Yang für +fA und ‒fA im Gleichgewicht.)

Positives fremdes Absolutes (+fA)

Zuviel des Guten\* ist schlecht. (Sprichwort)

Synonyme: Ideale, falsche Götter, Götzen, zu Geliebtes, Liebesobjekte, Verherrlichtes, „Droge“, „Stoff“ (i.w.S.), Fehl-zentrierungen, „Heiliges“. Als fremde Absoluta stehen sie für Ersatz-Sinn, -Identität, -Wahrheit, -Realität, -Einheit, -Sicherheit, -Grund, -Autonomie und -Freiheit.  
Entstehung: Etwas Relatives wird als absolut positiv/ richtig angesehen, ohne es zu sein.[[223]](#footnote-223)  
Typische Beispiele für +fA: Geld, Ruhm, Macht, Ansehen, Gesundheit, Jugendlichkeit, Sex, Leistungen, das relativ Gute oder Richtige, Moral, Treue, Wissen, Vernunft, Kontrolle, der Mensch an sich (Mensch Maß aller Dinge),[[224]](#footnote-224) vor allem idealisierte Personen, die eigene Person (das eigene Ich) „Heilige“, Ideologien oder anderes Irdisches.[[225]](#footnote-225)

rel.  
 +

+fA

Abb. 20 soll zeigen, wie eine Stelle im Absolutbereich durch ein relatives Positives besetzt wird und dieses Verabsolutierte dadurch die Charakteristika eines fremden positiven Absoluten annimmt.

Die Person definiert sich über das verabsolutierte Ideal (**Ich-Ideal**[[226]](#footnote-226)) und gibt damit ihre eigene primäre Definition auf! Die entstehenden Ideale können in ihrem überhöhten Anspruch nicht durchgehalten werden und fördern schließlich ihr Gegenteil: das scheinbar erlösende Ideal wird zum Tyrannen; `Liebe´ wird zu Hass usw.[[227]](#footnote-227)   
(Siehe auch [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)) |   
Das +fA wird zum Teuersten im doppelten Sinn: es wird (subjektiv) das Beste, aber (objektiv) das Kostspieligste. Die +fA imitieren nicht nur, sondern übertreffen anfangs oft das +A in ihrer positiven Wirkung. Gegenüber dem +A imponiert das +fA kurzfristig faszinierender, besser, direkter, fassbarer, beweisbarer usw. Dadurch werden sie besonders verführerisch. Allerdings ist diese hyper-positive Wirkung mit vor allem später auftretenden größeren Nachteilen verbunden. So wird Moral zum Moralismus, Wahrheitssuche führt zu Rechthaberei, Autonomie zur Selbstherrlichkeit, Humanismus wird Hartherzigkeit, Versöhnung und Frieden müssen dann um jeden Preis erreicht werden - auch um den Preis der Selbstaufgabe.[[228]](#footnote-228)

Negatives fremdes Absolutes (‒fA)

Synonyme: Falsche Feinde bzw. Hassobjekte, falsche Verteufelungen, falsche Todsünde.  
Entstehung: Etwas Relatives (i.d.R. etwas relativ Negatives) wird absolut negativ, schlecht oder böse genommen.   
Typische Beispiele sind: Unmoral, Schuld, Krankheit, Schwäche, Unterlegenheit, Ohnmacht, Misserfolg, Leid, Tod, Konflikte, Probleme, Sorgen, Streit, Aggressivität, das Böse,[[229]](#footnote-229) Einsamkeit, Traumata, bestimmte Personen (etwa Schwiegermütter, Kriegsgegner o.ä.). Der Tod als letztes, schlimmstes –fA. (s.u.).[[230]](#footnote-230)|  
‒fA häufig erkennbar an: „Ich darf auf keinen Fall…“- wie etwa:  
„Ich darf auf keinen Fall wie Vater werden!“, „Ich darf nicht böse sein!“ usw.

Abb. 21 soll zeigen, wie ein relatives Negatives in den Absolutbereich eindringt (oder wie ein Defekt im Absolutbereich durch ein relatives Negatives besetzt wird) und dadurch diese Verabsolutierung selbst die Charakteristika eines fremden negativen Absoluten annimmt.

rel.  
 ‒

‒fA

+ Verabsolutierung von relativ Negativem und – Verabsolutierung von relativ Positivem

Wenn ein an sich überwiegend positives Relatives positiv verabsolutiert wird, dann wird das viel geringere Auswirkungen haben, als wenn ein überwiegend positives Relatives negativ verabsolutiert wird bzw. überwiegend negatives Relatives positiv verabsolutiert wird.|   
(→ [Ambivalentes, paradoxesVerhalten](#_Ambivalentes,_paradoxes_usw.), [Verkehrte paradoxe Welt](#_Verkehrte,_paradoxe_Welt)).

+fA und –fA: größte Feinde und beste Freunde

Alles geben die Götter, die unendlichen,  
Ihren Lieblingen ganz,  
Alle Freuden, die unendlichen,  
Alle Schmerzen, die unendlichen, ganz. (J. W. von Goethe)

+fA und –fA bedingen einander und schließen sich gegenseitig aus. Sie sind sich gegensätzlich und doch gleich. Wie ein Spiegelbild, das völlig gegenteilig und doch gleich ist. Der falsche Teufel ist nur der Mitspieler des Götzen im selben Spiel. Jedes Es trägt seinen eigenen Feind und sein Nichts potenziell in sich und ist so langfristig dem Untergang geweiht.| Das bekannte Sprichwort: „Les extrêmes se touchent“ („die Gegensätze berühren sich“) oder entsprechende, von Aristoteles u.a. formuliert: „Die Extreme sind Gleichheiten“, „Extreme sind häufig zusammen“, „Das Außergewöhnliche ist sich gleich“ [[231]](#footnote-231) usw. drücken Dasselbe aus.

Absolutistisches und relativistisches fremdes Absolutes (afA und rfA)

Die nachfolgende Grafik soll die afA- und rfA-Bildung veranschaulichen.

|  |
| --- |
| Diese Grafik zeigt die Bildung von afA und rfA.  Aus Absolutem ohne Relativem wird absolutistisches (= hyperabsolutes) afA und aus  vielen oder allen verabsolutierten Relativa wird relativistisches (= hyperrelatives) rfA.  Zwischen afA und rfA besteht ein konträrer Gegensatz.  **rfA** als **Kontra** relativistisch hyperrelativ  **afA** absolutistisch hyperabsolut  alle / viele *R*\*  A ohne *R* |

**• afA** = absolutistisches fA meint ein fremdes Absolutes, das ohne oder völlig getrennt von irgendeinem Relativen ist. (Im Gegensatz dazu „umfängt“ das eigentliche A das Relative.)   
Die afA entsprechen abgehobenen, fernen Gottesbildern oder idealisierten Menschen (Herrschern, Idolen), die keinen Bezug zur Realität haben. **• rfA** = relativistisches fA = totalisiertes fremdes Relatives. Das entspricht der Ansicht des Relativismus, nach der alles nur relativ sei und es keine absolute Wahrheit gäbe.[[232]](#footnote-232)   
D.h. wir haben es nicht mit einem (oder wenigen) übergeordneten fremden Absoluten (wie beim Pro- und Kontra-fA) zu tun, sondern mit einer Vielzahl einzelner, WPI bestimmender Relativa bzw. „Etwas“. Man könnte sagen, dass im Extremfall alles Irdische für den Betreffenden absolute, letzte Bedeutung haben kann.  
Beispiele für rfA:   
- Der Alltag oder das, was gerade Sache ist, nimmt die Person (P) völlig in Beschlag.   
- Die gegenwärtige mediale Welt mit ihren exzessiven Ablenkungen.  
- Das digitale Zeitalter, wenn es eine digitale Welt ohne übergeordnete Absolutposition erzeugt.   
Jede dieser rfA-Situationen kann die Person beherrschen.  
   
Hinweise:   
1. So wie sich Alles und Nichts, +fA und ‒fA gegenseitig bedingen, so auch afA und rfA.   
Konkret: Relativismus fördert Absolutismus und umgekehrt.  
2. Obwohl die afA und rfA besondere Verabsolutierungen sind, so unterscheiden sie sich doch prinzipiell nicht von den übrigen fA, so dass ich sie dort subsummiere.  
3. In der ungekürzten Fassung habe ich afA und rfA etwas anders (ausführlicher) abgeleitet und beschrieben.

Leben und Tod als fA

Wer sich an sein Leben klammert, der wird es eher verlieren als der, der es mit Gott gelassen lebt.   
(Frei nach Mt 10,39).

Für die meisten Menschen ist wohl das irdische Leben wichtigstes positives fA und entsprechend der Tod schlimmstes fA. Man könnte alle anderen fA als deren Vorstufen/ Vorläufer oder auch als deren Folgen verstehen. Ganz genau müsste man diese als Tod² und Leben² kennzeichnen, denn es handelt sich m.E. nicht um den eigentlichen Tod und das eigentliche Leben, sondern um Verabsolutierungen irdischer Existenzformen.   
Beide bedingen einander: Je größer unsere Gier nach Leben ist, umso größer ist unsere Angst vor dem Tod. Und: Je größer unsere Angst vor dem Tod ist, umso größer ist unsere Gier nach Leben.  
Aber auch ab einem bestimmten Punkt (→ [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)): Je größer unsere Angst vor dem Tod ist, umso eher wollen wir sterben. Und: Je gieriger wir leben, umso weniger Angst haben wir vor dem Tod, weil wir ihn dann verdrängen. (Alle Möglichkeiten können auch gleichzeitig nebeneinander bestehen.) Dass Tod und Leben sich auch gegenseitig verstärken können, obwohl sie völlig gegensätzlich empfunden werden, ist ein Charakteristikum ihrer zweitrangigen Wirklichkeit.   
Für mich ist die Möglichkeit der gegenseitigen Verstärkung des verabsolutierten Lebens und Todes auch ein Zeichen dass diese nicht die letzten Instanzen sind und man sie gelassen nehmen könnte. Nur der völlige Tod (nach Offb 20,6 der `zweite Tod´) und das erstrangige ewige Leben sind miteinander völlig unvereinbar und schließen sich aus.

Fremdes `Wahlabsolutes´

An sich ist das `[Wahlabsolute](#_Die_absolute,_existenzielle)´ nur absolut frei in der Wahl des +A oder ‒A. Wenn jedoch relative Wahlmöglichkeiten verabsolutiert werden entstehen fremde `Wahlabsoluta´.  
Ideologien versuchen jedoch diese Wahl entweder zu negieren („Der Mensch hat keinen freien Willen“) oder auszuweiten („Der Mensch ist völlig frei“).

###### Bildung des Nichts

Synonyme: Null, Nichts, zero, Vakuum, Leere, Mangel, Defizit, Sinnlosigkeit.|  
 Abkürzungen: f0 oder nur 0.  
Wir hatten besprochen, dass parallel zur Verabsolutierung eines Relativen eigentliches A negiert wird. Dadurch entsteht ein Defekt im Absolutbereich, eine leere Stelle, ein Nichts. Dieses Nichts ist an sich nicht das eigentliche, sondern ein zweitrangiges, ein Schein-Nichts, etwas, das jedoch als totales Nichts empfunden wird. Es hat drei Seiten eine positive, eine negative und seine eigene leere Seite, die weiter unten erläutert werden.  
Negierung bedeutet: A wird nicht beachtet, ignoriert, verdrängt, abgewählt usw.   
Personell bedeutet das i.d.R. die Abwertung einer Person oder die Negierung ihres eigentlichen Selbst.  
Mit der Wahl des Nichts wählt man, wie beschrieben, auch das gegenteilige fremde Alles bzw. fA mit.[[233]](#footnote-233) Negation erzeugt so auch entsprechende kontradiktorische Gegensätze.[[234]](#footnote-234)

Was ist das Absolute, das negiert wird?

 +A¹ ,−A¹ und das `Wahlabsolute´.  
  
• Bezüglich des +A:  
Was ist das +A? Ich glaube, das +A sind Gott und dessen Zusagen an jeden Menschen, wie sie auch die allgemeinen Menschenrechte oder  die Liebe ausdrücken. (Hier nach den 7 Dimensionsaspekten geordnet aufgezählt):[[235]](#footnote-235)

1. Die unbedingte Liebe Gottes zum Menschen -   
 d.h. dass jeder Mensch um seiner selbst willen geliebt ist.  
2. Die unbedingte personale Identität - das Selbst.  
3. Die Einzigartigkeit der Person.  
4. Die Integrität der Person.  
5. Die unbedingte Existenzberechtigung der Person.  
6. Die unbedingte Würde der Person.  
7. Das Selbstbestimmungsrecht der Person.

Der Mensch verlässt sein inneres Paradies und invertiert sich oder Andere dadurch, wenn er solche absoluten Zusagen ablehnt oder nicht für sich in Anspruch nimmt. Man kann auch sagen: Inversion findet auch dort statt, wo der Mensch nicht glaubt, dass er einzigartig und einmalig, unbedingt liebenswert, gleich, frei geboren usw. ist. Dennoch bleibt das eigentliche +Absolute erhalten, auch wenn es noch so sehr überlagert wird.

• Negierung von −A¹

Auch die Beachtung der Negierung des −A¹ ist wichtig, weil durch dessen Negierung nun ein anderes Negatives, das an sich nur relativ ist, an dessen Stelle tritt und absolute Bedeutung für uns gewinnt. Das heißt, dass etwas, das uns nur relative Sorgen machen sollte und nur ein relatives Problem ist, nun unerträglich und unlösbar erscheint. Die Menschen haben nun Angst vor etwas, was sie so nicht fürchten müssten.

• Negierung des `Wahlabsoluten´

Wie gesagt: An sich ist die "absolute Haltung" bei der Wahl von + A oder -A absolut frei. Ideologien negieren jedoch entweder diese Wahl ("Der Mensch hat keinen freien Willen") oder erweitern sie ("Der Mensch ist völlig frei").

###### Beispiele, wie die 3 Es-Teile als Triade entstehen

• Beispiel: + / − / 0

In Bezug auf die Qualität ist an sich jedes Relative nur mehr oder weniger positiv, negativ oder neutral (0).   
Im Falle einer Verabsolutierung wird das anders: Die zuvor fließenden Übergänge von mehr oder weniger positiv und negativ (gut und schlecht) werden polarisiert und absolut getrennt. Bestimmte Sachen oder Personen werden quasi in „absolut gut“ oder „absolut böse“, in „schwarz oder weiß“ o.ä. eingeteilt, obwohl sie es so nicht sind. Dazwischen gibt es nichts = 0. Meist hat der Betreffende diese oder jene an sich relative Sache unbedingt gut oder schlecht (leidvoll usw.) erlebt oder sie ist ihm so anerzogen worden und nun sieht er die Welt, die Sachen mit anderen Augen, das Schwarze oder Weiße massiv verstärkt oder wie mit einer Lupe vielfach vergrößert, aber auch verzerrt. Wichtig ist zu betonen, dass der Betreffende durch diese Sicht zunächst oft Vorteile, später aber überwiegend Nachteile hat.

|  |
| --- |
| Abb. 22 soll zeigen, wie sich qualitativ Relatives nach einer Inversion entordnet, polarisiert, komprimiert und sich schließlich in +fA, −fA und 0 spaltet. Die ursprüngliche Einheit wird quasi in die verschiedenen gegensätzlichen Teile zerrissen, andererseits aber hängen diese Teile ganz eng zusammen, wie das Symbol rechts zeigt. |

+

**−**

**0**

relatives   
+

relatives   
−

relatives  
0

**0**

**+fA**

**–fA**

• Beispiel: Stärke/ Schwäche (Abb. 23)

Stärke

Schwäche

Pro-fA

Gegen-fA

0

Anderes

Zwei Relativa, hier: „Stärke“ und „Schwäche“ stehen sich - in der Grafik oben - polar gegenüber. Wir sehen, dass beide Begriffe, bzw. das, was sie bedeuten, an sich nicht scharf voneinander abgegrenzt sind, sondern ineinander übergehen. Die Kurve der „Stärke“ reicht in den Bereich der „Schwäche“ hinein und umgekehrt. D.h. beide Begriffe stellen nichts Absolutes dar: Weder die Stärke ist absolut, sonst wäre sie Allmacht, noch ist die Schwäche ist absolut, sonst wäre sie Ohnmacht, sondern die Stärke „enthält“ ein wenig Schwäche und die Schwäche enthält auch etwas Stärke. Stärke und Schwäche bilden ein polares Paar. Sie stehen sich lediglich gegenüber, aber schließen sich nicht aus. Sie sind eingebunden in ein größeres Ganzes (+A). Sie sind Teil dieser größeren Einheit, ohne miteinander identisch zu sein. Außer ihnen existiert noch Anderes, das man weder Stärke noch Schwäche nennt, mit dem sie auch verbunden sind, in dem sie auch enthalten sind, ohne sich in dem Anderen aufzulösen und ihre Identität zu verlieren. Stärke und Schwäche haben zu diesem Anderen, wie zu sich selbst, eine relative Beziehung.   
 Wie verändert sich diese Situation durch eine Inversion? (Pfeile nach unten)  
Stärke wird nicht relativ genommen, sondern absolut, also wie Allmacht (Pro-fA); Schwäche wird einerseits, eher vordergründig, wie Anderes, ins Nichts verdrängt, stellt aber auch als unbedingt zu vermeidende Ohnmacht ein dem Pro-fA konträres Kontra-fA dar. Das bedeutet auch, dass diese verabsolutierte Stärke (= Stärke\*) Schwäche und Ähnliches ausschließt, wie auch die anderen verabsolutierten Teile ihre Gegenüber ausschließen. D.h. die Gegensatz-paare stehen sich jetzt nicht mehr nur relativ gegenüber, sondern absolut.   
Es ist für jedes Teil in dieser Triade ein konträrer und kontradiktorischer Gegensatz entstanden. Andererseits bedingen sie einander und sind fest miteinander verbunden, wie verzahnt.

Weiteres Beispiel: Ding-Geist-Umkehr siehe ggf. in ungekürzter Fassung.

##### Die Entstehung der 3 Seiten eines jeden Es-Teils

Wir haben bisher besprochen, wie durch eine Inversion ein dreiteiliges Es (Triade) entstehen kann. Nun lautet die Hypothese, dass jedes dieser drei Teile des Es auch drei Seiten hat und so eine neunseitige Triade darstellt.   
Wie ist das zu erklären?   
Wir sind bei der Erklärungen der Entstehung der drei Teile des Es davon ausgegangen, dass normalerweise jedes Relative zwei Gegenüber besitzt, die im Falle der Verabsolutierung mitverabsolutiert werden und so eine Triade darstellt.   
Zusätzlich gehe ich davon aus, dass wiederum jedes der drei Teile der Triade drei Seiten hat.   
M.a.W. Man kann an jedem Teil einerseits eine Seite (quasi die Hauptseite) erkennen, die der Begriff nennt, daneben aber auch zwei Nebenseiten: eine, die sein Gegenüber und eine weitere, die Anderes repräsentiert. Im Fall der Verabsolutierung werden nun nicht nur die Hauptseite, sondern auch die Nebenseiten mit verabsolutiert. Dadurch bekommt jedes Teil des Es, das Pro-fA, das Kontra-fA und das 0 neben seiner Hauptseite noch zwei Neben- bzw. Kehrseiten.

Beispiel: Stärke / Schwäche

Abb. 24 soll am Beispiel der Verabsolutierung von Stärke und Schwäche zeigen, wie die drei Seiten eines jeden Es-Teils entstehen: Da Stärke normalerweise auch ein Stück Schwäche enthält, weil sie keine Allmacht ist, wird durch die Inversion auch dieser `Schwäche-Anteil´ absolut gesetzt und findet sich als negative Kehrseite (Schattenseite) des Pro-fA „Stärke“ wieder. Schließlich enthält Stärke nicht nur einen Anteil Schwäche, sondern auch Anderes, das zur 0-Seite des Pro-fA wird. Analoges gilt für die beiden anderen Anteile: Kontra-fA und Null. Das \* soll betonen, dass es sich um Verabsolutierungen handelt.

z.B.+ Stärke

Kontra-fA

0\*

+\*

Alles Andere

Pro-fA

-\*

0\*

− Schwäche

0\*

+\*

-\*

Verschiedene fA mit ihren Kehrseiten:

• Die 3 Seiten des **+\***1. Die Hauptseite des +\*. Beispiele: richtige Entscheidungen/ Erfolge/ Stärke… machen high;  
 +\* ist stärkste Kraft² gegen Nachteile des ‒ und 0.  
2. Die negative Seite des +\* oder vom Schlechten des Guten (P. Watzlawick). Z.B. Qual der Wahl, Erfolgszwang, ↑Kraftaufwand für +\*. Zuviel des Guten ist schlecht: Je mehr +\* umso größer ist die Fallhöhe. Goethe: „Es ist nichts schwerer zu ertragen, als eine Reihe von guten Tagen.“   
   
3. Die 0-Seite des +\*: Das +\* ist mir egal, Resignation und Ähnliches.

• Die 3 Seiten des **‒\***1. Die Hauptseite des ‒\*: Armut, Krieg, Mord, Unmoral, Krankheit ... sind schlecht und bedrücken.  
2. Die positive Seite des ‒\*: Krankheitsgewinn,↓„Fallhöhe“, Notlüge, es stirbt sich leichter; es ist stärkste Kraft² gegen Nachteile des + und 0; süße Sünde, süße Rache (→ [Faszination des Negativen und Bösen](#_Faszination_des_Negativen)).  
3. Die 0-Seite des ‒\*: Das ‒\* ist mir egal, Verdrängung.

• Die 3 Seiten des Nichts²  
1. Die Hauptseite des Nichts : fremde Leere, Nichts.  
2. Die positive Seite des Nichts:   
 - Nirwana, belle Indifferenz, Verdrängung. Wenn ich nichts habe, kann ich auch nichts verlieren; [[236]](#footnote-236)  
 - ist stärkste Kraft² gegen Nachteile des +\* und ‒\*. Es ist leichter, völlig auf das Alles\* zu verzichten  
 als halb.   
3. Die negative Seite des Nichts:   
 - horror vacui, Man ist ausgebrannt, öde, verlassen, verloren, alleingelassen, mutterseelenallein.  
 - Das Nichts starrt einen trostlos aus leeren Augen(höhlen) an. i.  
 - Der Tod, die Hölle - das große Nichts? S.a. J.P. Sartre: „Bei geschlossenen Türen“.  
Den wiederprüchlichen Haupt- und Kehrseiten entsprechen Paradoxien.

###### Jedes Es kann 9 unterschiedliche Konnotationen haben

Die Grafik macht deutlich, wie jedes Es unterschiedlich erscheinen kann, je nachdem welche der 9 Seiten dominiert.

+

0

‒

‒

0

Es

Das Pro fA-Teil des Es ist dabei ohne Muster, das Kontra Teil grau und das Null-Teil gepunktet gezeichnet. Die einzelnen Seiten der Teile sind mit +, ‒ und 0 gekennzeichnet.

Beispiel: Es repräseniert irgendein x\*   
Pro-Teil: wenn dessen + Seite dominiert: x\* ist super   
 wenn dessen ‒ Seite dominiert: x\* ist anstrengend  
 wenn dessen 0 Seite dominiert: x\* ist egal, wertlos (geworden)

Kontra-Teil: wenn dessen ‒ Seite dominiert: x\* ist schlecht   
 wenn dessen + Seite dominiert: x\* ist befreiend   
 wenn dessen 0 Seite dominiert: x\* ist verdrängt

0-Teil: wenn dessen 0 Seite dominiert: x\* ist nichts

wenn dessen ‒ Seite dominiert: x\* ist verloren  
 wenn dessen + Seite dominiert: P hat nichts mehr zu verlieren.  
Hinweise:  
•Jedes Es, auch ein gegenteiliges, kann alle diese 9 Grundmuster erzeugen (wenn auch je nach Es unterschiedlich in Vereilung und Inhalt). (Siehe auch `[Streuung und Verdichtung](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Streuung_und_Verdichtung#_)´)

• Der Wechsel von einem Teil oder Seite zu einem anderen erfolgt sprunghaft und nicht fließend (ähnlich wie beim Quantensprung eines Elektrons).  
• Sucht man nach Deutungen für ein Phänomen, dann eignet sich dieses Triade-Modell gut dafür.  
Beispiel: Wenn ich mich wohlfühle, dann kann dieses Wohlbefinden von einem Pro-, Kontra- oder 0-Teil stammen. Z.B. Ich fühle mich wohl, weil ich moralisch war (+ von Pro-Teil) oder weil die Unmoral verführerisch war (+ vom Kontra-Teil) oder ich erlebe es als befreiend, mich jenseits von Moral oder Unmoral zu stellen (+ vom 0-Teil). Das bedeutet auch, dass jedes Ereignis (etwa ein Symptom) von jedem Es, aber auch vom + oder ‒A (worauf ich noch zurückkomme) kommen kann - allerdings mit unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit.[[237]](#footnote-237)

Dabei bilden die jeweils gleich konnotierten Seiten Gruppen/ Pakte auch wenn sie von unterschiedlichen Teilen oder Es stammen, durch ihre Rückseiten jedoch sind sie sich feind. So kann vordergründige Liebe² schnell in Hass (oder umgekehrt) umkippen.

###### Das Modell `Es als Triade´ erklärt viele Widersprüche

Durch das Modell der Es als Triade lassen sich widersprüchliche Phänomene gut erklären:  
• Ganz widersprücliche Ursachen können die gleichen Auswirkungen haben und ganz ähnliche Ursachen können ganz widersprüchliche Auswirkungen haben.  
Und umgekehrt: Gleiche Auswirkungen (z.B. Symptome) können ähnliche aber auch unterschiedliche Ursachen haben und ganz unterschiedliche Auswirkungen (z.B. Symptome) können unterschiedliche aber auch ähnliche Ursachen haben.  
Bezüglich der Seiten heißt das auch: Jede dieser Seiten kann von jedem der Hauptteile stammen.   
Wie gesagt, ist das Es wie ein Chamäleon: Es kann eindimensional (einseitig), zwiespältig oder trispältig sein und wirken, je nachdem welche der Teile oder Seiten aktiviert sind.   
Im Gegensatz zum +A¹ und −A¹, die nicht in sich gespalten sind und auch keine Kehrseiten besitzen, stellen sich die Es, als Zentren der zweiten Wirklichkeiten, in sich zweifach (Alles-oder-Nichts)[[238]](#footnote-238) bzw. dreifach (Pro-, Kontra- und Null-Teil) gespalten und je 3 Seiten besitzend dar. Dadurch sind Charakter und Dynamik in W² wesentlich anders als in W¹.

• Die Verwandlung des Es in seine Gegenteile - so wie sich etwa das Verhalten oder die Gefühle einer Person, die von einem Es dominiert wird, plötzlich und unerwartet in ihr Gegenteil verwandeln kann.[[239]](#footnote-239) (Siehe auch [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)). |

• Das Modell erklärt, wie Personen (oder WPI insgesamt), die miteinander interagieren erst beste Freunde sind, aber dann, meist überraschend und unerwartet, sich feind oder völlig egal werden können. ([Interaktionen in zweitrangigen Wirklichkeiten](#_Interaktionen_in_zweitrangigen).)

• Das Modell erklärt wie Paradoxien entstehen klönnen. (→ [Zur Entstehung von Paradoxien](#_3._Zur_Entstehung).)

(Siehe auch Übersicht über `[Wichtigste Links bezüglich der Gegensätze](#_Wichtigste_Links_bezüglich)´.)

##### Die unterschiedlichen Valenzen des Es

• Nach Richtung der Valenzen kann man unterscheiden:

1. Die Gegensätze (Feindschaften)  
 a. konträre   
 b. kontradiktorische   
2. Die Fusionen (Verkettungen, Pakte, die zu Gleichen)  
3. Die Neutralen, Negierungen, Annullierungen.

• Nach Lokalisation der Valenzen kann man unterscheiden:

1. Innere Kräfte/ Valenzen im Es.  
2. Kräfte/ Valenzen des Es nach außen.

Es bestehen Parallelen zu Valenztheorien in der Linguistik.   
(Näheres siehe in der ungekürzten Fassung.)|

###### Übersicht über alle Es-Valenzen

**pro**

ALLES

**contra**

Co-  
pro

NICHTS

0

**Pakte** entstehen durchgleiche Teile/ Seiten mit gleichen Konnotationen und Gegenteilige mit gegenteiligen Konnotationen. Dargestellt durch durchgängige Linien →Teile/ Seiten wirken gleich.  
**Gegensätze,** Feindschaften, Widersprüche entstehen durch Gleiche mit gegenteiligen Konnotationen und Gegenteilige mit gleichen Konnotationen. Dargestellt durch gestrichelte Linien →Teile / Seiten haben gegensätzliche Wirkung.  
**Annullierungen,** Auflösungen entstehen durch Gleiche, bei denen gleichzeitig die 0-Seiten aktiviert sind und kontradiktorische Gegenteilige mit aktivierten 0-Seiten. Dargestellt durch gepunktete Linien   
→Wirkungen der Teile / Seiten heben sich auf.[[240]](#footnote-240) (Abb. 25)

|  |
| --- |
|  |

Der Abbildung kann man auch die wichtigsten Paradoxien entnehmen, denn an sich, ursprünglich und nicht verabsolutiert, bilden diese Phänomene keine Pakte (Gleiche), Feindschaften (Gegensätzliche) oder Neutrale - sie sind nur durch Inversionen paradox geworden. (S.a. Abschnitt `[Zur Entstehung von Paradoxien](#_2._Zur_Entstehung)´.)

##### Gegensätze, Fusionen und Negierungen

*Sowohl zu gegensätzliche Es (Abb. links) als auch zu gleiche Es (Abb. rechts) und zu nichtige Es  
können sich, wie ihre „Träger“ (WPI)  
a. bekämpfen oder   
b. miteinander paktieren/ verstärken/ fusionieren oder   
c. sich neutralisieren, auflösen,  
d. auch ins Gegenteil verwandeln,*

*- je nachdem, welche ihrer Seiten „aktiviert“ sind!*

Von den Folgen her gesehen bedeutetdas, dass neue Gegensätze oder Pakte oder Negierungen sowohl von gegensätzlichen als auch zu gleichen oder auflösenden Dynamiken entstanden sein können.

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

Es

Contra  
 Es

Es

Co-Es

Abb. 26 ist gut geeignet, zu zeigen, wie zwei (oder mehrere) Es mit ihren unterschiedlichen Seiten wie Zahnräder ineinandergreifen und miteinander paktieren, sich feindlich gegenüberstehen oder neutralisieren. Das Pro-fA-Teil des Es ist dabei ohne Muster, das Kontra-Teil grau und das Null-Teil gepunktet gezeichnet. Die einzelnen Seiten der Teile sind mit +, ‒ und 0 gekennzeichnet.

Sie sind sich einig im Kampf gegen W¹. Sobald ein äußerer Feind sichtbar wird, paktieren sie miteinander (oder mit ihm). Ist einer besiegt, fallen sie auch über ihre eigenen Mitstreiter her. Hier werden schon prinzipielle Charakteristika von Störungen in Gesellschaften, Gruppen, Familien, Zweierbeziehungen, aber auch innerhalb eines Individuums selbst sichtbar.

###### Die Gegensätze und ihre Dynamik

Es geht hier um pr Gegensätze und ihre allgemeine Dynamik in bezug auf die Es, die Wirklichkeiten, Personen und das Ich bzw. deren Anteile.

Ich unterscheide:  
• Einen absoluten Gegensatz: zwischen [+A und ‒A](#_+_Absolutes_(+A)).

• Relative `Gegensätze´ (= Polaritäten) zwischen Relativa.

• Scheinabsolute, `zweitrangige´ Gegensätze(um die es hier vor allem geht):   
 konträr zwischen Pro/+fA und Kontra/‒fA ,[[241]](#footnote-241)  
 kontradiktorisch zwischen Alles und Nichts bzw. den ±fA und Nichts.  
  
[Hinweise: Pro und + sowie Kontra und ‒ verwende ich synonym. \* zeigt nochmal die Verabsolutierung an.  
Für Pro/+ kann man einsetzen: Götze, Ideal\*, Geliebtes\*, Glück\* usw. Für Kontra/‒fA kann man einsetzen: `Teufel´, Tabus\*, Hassobjekte\* usw. [Yin-Yang](#_Fremd-Selbsts_mit_Kehrseiten) steht als Symbol der Es-Gegensätze im Gleichgewicht.]  
  
Wir stellten schon bei der Besprechung der Inversionen fest, dass mit einer Verabsolutierung eines Relativen auch dessen Gegenteile mitverabsolutiert werden. Ein Extrem gebiert ein anderes Extrem und so weiter. Mit dem fremden `Alles´ wählen wir auch das fremde `Nichts´. Mit dem fremden positiven Absoluten (bzw. Pro-fA) wählen wir auch das fremde negative Absolute (bzw. Kontra-fA) mit und umgekehrt;

Und jedes Mal das fremde `Nichts´ dazu.   
Jede unkorrigierte Inversion erzeugt so eine Dyade (Alles-oder-Nichts) oder Triade (Pro/+fA, Kontra/‒fA und 0). D.h. mit der Bildung eines Es-Teils geht auch die Bildung der beiden anderen einher (auch wenn sie zunächst `unsichtbar´ sind): Pro/+ gebiert so ein ein Kontra/‒ und ein 0 und einKontra/‒ gebiert ein Pro/+ und ein 0 und ein 0 gebiert ein Pro/+ und Kontra/‒. Mit anderen Worten: ein Götze gebiert einen Teufel und umgekehrt, ein Ideal\* ein Tabu\* und umgekehrt, Liebe\* gebiert Hass\* usw.   
Sie bilden Gegensatzpaare, also Teile, die sowohl gegensätzlich als auch voneinander abhängig sind und sich gegenseitig bedingen, d.h. zu seiner Existenz benötigt das Pro-fA ein Kontra-fA und das Kontra-fA ein Pro-fA, so wie der falsche Gott einen falschen Teufel braucht oder ein falscher Freund ohne ein Feindbild nicht existieren kann. Sie sind untrennbar miteinander verbunden und gleichzeitig voneinander getrennt. Ein Es-Teil schließt die anderen gleichzeitig aus oder aber auch ein oder negiert es. Deshalb findet man, dass Gegensätze sich gegenseitig anziehen, bekämpfen oder negieren. Und das Gleiche bei Fusionen und Negierungen.  
Das Es stellt sich dadurch so dar, dass die genannten Teile gleichzeitig widersprüchlich (entgegengesetzt, verschieden „geladen”) und gleichzeitig einander zu ähnlich sind.   
Die Teile stehen sich wie spiegelbildlich gegenüber. Sie sind wie konträre Zwillinge (Dyade) bzw. Drillinge (Triade).[[242]](#footnote-242)  
Man kann auch sagen Gegensätze sind nie nur gegensätzlich, sondern auch zu gleich.   
Ebenso enthalten Pakte auch zu Gegensätzliches und beide zu Nichtiges (0). So sind auch zweitrangige Wirklichkeiten und Personales gleichzeitig zu gegensätzlich (widersprüchlich) als auch zu gleich und zu nichtig.  
Auch die erwähnte Feststellung, dass sich die Extreme berühren („Les extrêmes se touchent“) kennzeichnet ausgezeichnet deren widersprüchliche Situation, dass sie gleichzeitig extrem voneinander entfernt sind und sich gleichzeitig berühren. Auch Bild und Spiegelbild zeigen gut den Doppelcharakter solcher Pro- und Kontra-Formen. Man kann sagen: Nichts ist einem Bild ähnlicher und zugleich unähnlicher als sein Spiegelbild.   
  
Je nach Situation kann jedes der drei Es-Teile dominieren. Das bedeutet, wie gesagt, dass das Es, wie ein Chamäleon ganz unterschiedlich, vor allem widersprüchlich und verrückt, aber auch ganz uniform oder neutral erscheinen und reagieren kann. Es scheint einmal dasselbe zu sein und ist dann doch sein Gegenteil oder verschwindet im Nichts.  
Wie gesagt, können die Gegenteile

a. sich bekämpfen oder   
b. miteinander paktieren/ verstärken/ fusionieren oder   
c. sich neutralisieren, auflösen, ausgleichen   
d. auch ins Gegenteil verwandeln

- je nachdem, welche ihrer Seiten „aktiviert“ sind! (Siehe Graphik oben).

Die Gegensätze in den Wirklichkeiten

In der erstrangigen Wirklichkeit (W¹) gibt es nur einen einzigen absoluten Gegensatz:   
den zwischen +A und −A.   
Alle anderen Gegensätze in W¹ sind nur relativ, deshalb ist es in diesem Bereich sinnvoller nur von Unterschieden oder Polaritäten zu sprechen. In W¹ sind die relativen Einzelbestandteile *R*n¹ vom +A¹ durchdrungen und umschlossen. Untereinander zeigen sie fließende Übergänge und haben keine scharfen Grenzen. Jedes *R*¹ geht fließend in ein anderes *R*¹ über. Man kann auch sagen: Da kein *R*¹ absolut von einem anderen abgegrenzt ist, stehen sie alle miteinander in Verbindung bzw. sind über das +A miteinander verbunden. Jedes Teil enthält so ein wenig die anderen Teile. Dennoch besteht hier Vielfalt und keine Homogenität. Dabei lässt sich feststellen, dass es *R*¹ gibt, die einem bestimmten *R*¹ polar gegenüberstehen und so sein relatives Gegenüber darstellen. Beide bilden dann bestimmte Gegensatzpaare, besser Gegenpol-Paare, die man auch als „Dipole“ oder „Tripole“ bezeichnen könnte. Nun müssen wir Menschen allerdings, um uns miteinander zu verständigen, die einzelnen Bestandteile des Daseins in Worte fassen. Diese Worte sind notgedrungen voneinander getrennt. Sie zeigen den je invarianten Pol einer Bedeutung von etwas an, ohne die vielen anderen varianten Bedeutungen mit zu nennen. Wenn wir in der Alltagssprache ein Gegenteil oder Gegensatz beschreiben, dann wird normalerweise nicht deutlich, ob es sich um einen relativen oder absoluten Gegensatz handelt - es sei denn, er wird ausdrücklich so bezeichnet. Für das Verständnis unserer Belange, ist dieser Unterschied (relativ oder absolut oder pseudoabsolut) aber von wesentlicher Bedeutung.  
 In den zweitrangigen Wirklichkeiten und besonders in ihren Zentren, den Es, werden die Gegensätze nicht mehr relativ, sondern, wie oft erwähnt, absolut genommen. An sich sind sie jedoch scheinabsolut.   
Dabei repräsentieren die genannten Gegensätze nicht nur Gegensätze an sich, sondern auch Widersprüchliche, Spaltungen und z.T. Paradoxien. (Siehe a.a.O.)

Analogien in Physik und Kybernetik

• Physik: a) "Für jede Aktion gibt es eine gleiche und gegensätzliche Reaktion."[[243]](#footnote-243)   
 b) Man könnte auch Kernspaltung, Kernsfusion und Radioaktivität (Zerfall) als spezielle  
 Dynamiken zweitrangiger Wirklichkeiten deuten.  
• Farbe erzeugt Komplementärfarbe.  
• Streben nach Gleichgewicht, STW Selbstregulation und Rückkopplung.  
 (Näheres siehe ungekürzte Fassung).

Wichtigste Links bezüglich Gegensätze

Hinweis: Ich habe die Links zu den entsprechenden Abschnitten so chronologisch geordnet, dass ich zuerst die Entstehung der Gegensätze und ihre Verselbstständigung im Es aufführe, dann ihren Zusammenhang zu Fusionen und Negierungen und schließlich die Gegensätze und ihre Dynamiken in Wirklichkeinen allgemein und in/ zwischen Personen speziell beschreibe.

1. [Inversion und Gegen-Inversion](#_Inversion_und_`Gegen-Inversion´)  
(Dort beschreibe ich, wie Gegensätze überhaupt entstehen und wie sie sich als +fA und ‒fA gegenüberstehen: [+fA und –fA: größte Feinde und beste Freunde](#_+fA_und_–fA:)  
2. [Die Entstehung der Es-Teile](#_Die_Entstehung_der_1)  
(Dort beschreibe ich, wie Gegensätze sich als Teil des Es manifestieren und verselbstständigen.)  
3. [Gegensätze, Fusionen und Negierungen](#_Es-Teile_als_Gegensätze,) (Siehe oben).  
(Dort beschreibe ich, wie Gegensätze, Fusionen und Negierungen zusammenhängen.)

4. [Die Gegensätze und ihre Dynamik](#_Die_Gegensätze)

(Dort beschreibe ich welche Gegensätzees gibt, ihre Charakteristika und ihre Dynamiken.)

5. [Die Gegensätze in den Wirklichkeiten](#_Die_Gegensätze_in) (Siehe oben).

(Dort beschreibe ich vor allem den gegensatz zwischen erstrangiger Wirklichkeit und zweitrangige Wirklichkeiten.)

6. [Übersicht über alle Es-Valenzen](#_Übersicht_über_alle_2)  
(Dort findet man eine Grafik, die alle möglichen Valenzen eines Es als Triade mit jeweiligen Co-Formen darstellt).

7. [Interaktionen in zweitrangigen Wirklichkeiten](#_Interaktionen_in_zweitrangigen)   
(Dort mache ich Aussagen über die Dynamik der Gegensätze in W² allgemein.)  
8. [Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)  
(Dort mache ich Aussagen über die Dynamik der Gegensätze zwischen Personen.)  
9. [Zur Entstehung von Paradoxien](#_3._Zur_Entstehung)

(Dort findet man eine kurze Beschreibung und eine Grafik wie Paradoxien entstehen können.)   
10. [Verkehrte, paradoxe Welt](#_Verkehrte,_paradoxe_Welt)  
(Dort beschreibe ich vor allem, wie und warum unsere Welt/ Wirklichkeit so widersprüchlich ist.)  
11. [Ambivalente und paradoxe Reaktionen](#_Ambivalente_und_paradoxe)  
(Dort findet man Aussagen wie und warum wir uns ambivalent oder paradox verhalten.)  
12. [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)   
(Dort findet man eine kurze Beschreibung wie ein beliebiges System in seine Gegenteile umkippt.)  
13. [Abwehr durch „Gegenbesetzung“](#_•_Abwehr_durch)  
(Dort beschreibe ich, wie eine Abwehr durch Gegenteile erfolgen kann.)  
14. [Gegensätze bei Schizophrenien](#_Gegensätze__bei)  
(Dort findet man Ausführungen über die häufigen Widersprüche und Gegensätze bei schizophrenen Psychosen.)  
15. [Lösungen](#_Erstrangige_Lösungen) von Gegensätze.  
(Dort findet man Ausführungen über erstrangige Lösungen – so auch Lösungen von Gegensätzen.)

###### Die Fusionen (Pakte)

Parallel zu den Gegensätzen kann man unterscheiden:   
• Eine absolute Verbindung zwischen dem +A/ Gott und dem Menschen mit   
 +Absolut-einstellung.   
• relative Verbindungen   
  
• Fusionen, Pakte als scheinabsolute Verbindungen.

Wie die Gegensätze können diese  
a. sich verstärken, weiter fusionieren und paktieren  
b. sich gegenseitig bekämpfen  
c. sich neutralisieren, auflösen, negieren oder auch  
d. sichin ihr Gegenteil vewandeln.  
je nachdem, welche Seite der zugrundeliegenden Es aktiviert ist. (Siehe Abbildung 25).  
Weiteres zu Gegensätzen, Pakten und Annullierungen siehe in ungekürzter Fassung.

###### Die Negierten

Siehe oben oder auch z.B. [Alles-oder-Nichts](#_1._Negierung_(Alles)- beziehungen.

##### Veränderungen der Es

• Mutation und Adaptation des Es an seinen Träger/ Subjekt:   
siehe im nächsten Kapitel `Personales Es und Fremd-Selbst´.

• Komplexbildung

Größere Es-Komplexe entstehen dann, wenn zwei oder mehrere Es als Pakte oder Gegensätze oder Neutralisierer miteinander in Beziehung treten. (Siehe später).

#### Welche Es entsprechen welchen Ideologien

Ideologien („Ismen“) als Beispiele für kollektive Es.

Ideologien oder Ismen sind dogmatisierte Weltanschauungen. Sie sind bestimmt durch fremde Absolutheiten.[[244]](#footnote-244) Ideologien sind, als kollektive Es, Hauptvertreter der Es.   
Der Mensch als Verursacher solcher Ideologien macht sich zur letzten Instanz.   
Wie erwähnt sehe ich in Ideologien („offiziellen" wie „privaten") wesentliche Ursachen für psychische Erkrankungen.

Versuch einer Zuordnung. (Abb. 27)

*Verabsolutierung   
 zum A\**

*Verabsolutierung*

pro/+fA

kontra/−fA

*Negierung*

*Verabsolutierung   
 zum R\**

*Inversion, Ideologisierung  
R↔A*

**fremdes ABSOLUTES (fA)/ ALLES**[Totalismus]

**fremdes NICHTS (f0)**   
[Nihilismus]

**Absolutistisches (A\*)** [„Absolutismen“ z.B. Idealismus]

**Relativistisches** (**R\*)**  
[v.a Relativismus]

Invertate / **Ideologie** / `**Es**´  
[Ideologismus]

tA\*= totales

Absolutistisches  
Hyper-A

fA\* = fremdes Absolutistisches

tR\* = totales Relativistisches   
Hyper-*R*\*

rA\*= relativistisches A

**1. Bild eines A als fA,  
„A“ ohne R:** z.B. Gott, P, Ich ohne die Welt;   
diese nur geistig, steril, isoliert, abgehoben.

**2. R als A**: Verabsolutierung: Vergötzung/ Verteufelung von etwas Relativem,  
z.B. Besitz als Götze.

**4. nur R\*/ R ohne A**,   
Alles *R* ist absolut. Es gibt kein eigtl. Absolutes. keinen Gott, kein Selbst usw. digitalisierte Welt (Moral ohne Liebe)

**3. A¹ als R\* A¹ als fA**Verabsol. von relativiertem A

z.B. Person als bestimmendes Objekt z.B.   
 P als Prostituierte.  
Liebe als Sex, Gott als Fetisch.

*Idee\**

**Beispiele**

*Totalisierung von A (Hyperverabsolutierung von A)*

*Verabsolutierung von R*

*Totalisierung von allem R*

*Relativierung\* von A*

Weitere Zuordnungen alle Aspekte betreffend siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte E.

Hypothese: **Die Dynamiken und Interaktionen der Es und der Ideologien sind gleich**. [[245]](#footnote-245)  
Wie die Es hätten alle Ideologien sowohl Fehlverabsolutierungs- als auch Negierungscharakter. (Eine Ideologie, bzw. ein fA, kann nicht ihre gegenteilige Ideologie integrieren, sondern muss sie bekämpfen, obwohl sie gleichzeitig ihre Existenzberechtigung deren Vorhandensein verdankt.)  
Und man kann die Schlussfolgerung ziehen, dass alle Ideologien potenziell krankmachend sind - und zwar umso mehr, je unähnlicher sie dem positiven Absoluten (+A) sind oder anders gesagt, je weniger Liebe sie vermitteln.

### Personales Es und Fremd-Selbst

|  |
| --- |
| „Gibt es eine dunkle Macht, die so recht feindlich und verräterisch einen Faden in unser Inneres legt, woran sie uns dann fest packt und fortzieht auf einem gefahrvollen, verderblichen Wege ..., so muss sie in uns sich wie wir selbst gestalten, ja unser Selbst werden; denn nur so glauben wir an sie und räumen ihr den Platz ein, dessen sie bedarf, um jenes geheimnisvolle Werk zu vollbringen.“ E.T.A. Hoffmann, Der Sandmann. |

Erklärung der wichtigsten Begriffe

**fS = fremdes Selbst** (= fremdes personales Absolutes). Weiter unterschieden in:  
 +fS = positives fremdes Selbst. In dieser Arbeit gleichgesetzt mit Pro-fS.  
 ‒fS = negatives fremdes Selbst. In dieser Arbeit gleichgesetzt mit Kontra-fS.   
 [afS = absolutistisches fS (auch Hyper-Selbst) und rfS = relativistisches fS werden in dieser Kurzfassung nicht  
 weiter abgehandelt, da sie den fS sehr ähneln.]   
pAlles\*(p∀) = personales verabsolutiertes Alles. Eher quantitative Bezeichnung eines   
 Fremd-Selbst. [Meist verwendet in der Gegenüberstellung zum Nicht-Selbst (NS) = personelles Nichts.]  
**pEs** = **personales Es** = Fremd-Selbst-Komplex, bestehend aus den oben genannten fS   
 (als Dyade oder Triade).  
 [Da das pEs ein komplexes fremdes Selbst ist, nenne ich es manchmal auch nur fS. Anders gesagt:   
 Wo der Unterschied zwischen `pEs´ und `fS´ keine Rolle spielt, verwende ich beide Begriffe synonym.  
 Da es in diesem Kapitel nur um Personales geht, lasse ich die Abkürzung `p´ der Einfachheit halber oft weg.  
 (Die Entstehung des pEs siehe auch in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte G).]

Synonyme bzw. charakteristische Begriffe für pEs bzw. fS

- Personenzentrum bzw. personales Schein-, Ersatz-, Hilfs-, Not-, Stellvertreter-Zentrum;   
 Auch: Es als das beherrschende Unbewusste.|  
- innerer Dämon, Parasit, `Homunkulus´, Tyrann, Zensor, Götze, Teufel, falscher Freund und Feind usw.  
 [Personales Es´ ist nicht identisch mit einem Es, das eine Person (P) repräsentiert.]

##### Einführung und Übersicht

**Was bezüglich der Entstehung des allgemeinen Es beschrieben wurde, gilt auch für das personale Es** (pEs)**.**[[246]](#footnote-246)  
Hier gilt analog zu den allgemeinen Ausführungen oben: Relatives wird durch eine Inversion absolut genommen und das eigentliche personale Absolute, das Selbst, wird negiert.  
Das verabsolutierte Relative kann der Person selbst entstammen oder von außerhalb kommen und dann erst verinnerlicht worden sein, wenn die Person an dieser Stelle kein Absolutes hatte, das sie gegen das Eindringen des Relativen schützt.  
Es entsteht in beiden Fällen etwas neues, fremdes Personales mit eigener Charakteristik und Dynamik.  
Es personalisiert sich etwas Fremdes zunächst im Absolutbereich der Person. D.h. es bildet sich zunächst im personalen Absolutbereich nach der Fehlverabsolutierung ein fremdes bzw. zweitrangiges Absolutes, eben das Fremd-Selbst. Durch die Fehlverabsolutierung aber „verrät“ die Person gleichzeitig einen Teil ihrer selbst/ ihres Selbst, sodass im Zentrum der Person jetzt nicht nur das oder die Fremd-Selbsts, sondern auch ein „Nicht-Selbst“ entsteht. Diese neu entstehenden fremden zentralen Kräfte in der Person werden hier das personale Es genannt. Das personale Es stellt die neue fremde, die Person beherrschende Macht neben der ursprünglichen, erstrangigen dar.   
Die Person (P) hatte anfangs noch das Heft in der Hand, wird jedoch in diesem Geschehen zunehmend der Verlierer.   
Ein wichtiges Faktum aber ist, dass für den Betreffenden nicht das eigentliche Selbst, sondern das Fremd-Selbst als das richtige Selbst erscheint und P von dieser Wahl nicht nur Nachteile, **sondern zunächst diverse v.a. subjektive Vorteile hat**.   
Diese Tatsache ist ein Grund für den Hang, an der Krankheit (genauer: an ihren Ursachen) festzuhalten, m.a.W. Grund für den Widerstand, gesund zu werden. (s. a. `Krankheitsgewinn und Widerstand´.) |  
Dieses neue, fremde (nf) Personale erscheint wie eine Art *fremde Person in uns*. Natürlich entsteht in der Person nicht eine „richtige“ neue Person - aber doch Personales, das die eigentliche Person nachahmt, sich teilweise an seine Stelle setzt oder sogar für die eigentliche Person gehalten wird, ohne es zu sein. Wir werden später sehen, dass dieses nf Personale, in Form der akustischen Halluzinationen, sogar zu uns „spricht“, aber vieles andere, weniger Auffällige mit uns machen kann.  
Der Vergleich mit einer Art künstlichem Menschen, einem *Homunkulus* in uns, drängt sich auf und soll im Folgenden als ein Modell für das beschriebene personale Es stehen.|  
Zunächst ist festzuhalten: Fremd-Selbst und Nicht-Selbst, die beide, als `personales Es´, neues fremdes Wesenhaftes, homunkulusartiges in der Person bilden, sind in charakteristischer Weise dimensioniert und differenziert und verändern P in ihrem seelischen Zentrum. Das wird vor allem in dem deutlich, das ich `*Subjekt-Objekt-Umkehr*´ nennen möchte. (→ [Subjekt-Objekt-Umkehr](#_Die_Subjekt-Objekt-Umkehr))  
D.h. dort, wo das Es herrscht, verliert die Person (P) ihre Subjektrolle, während nun das Es Subjekt und die Person ihr Objekt wird, sodass P nicht mehr primär, sondern nur sekundär lebt, d.h. über bzw. für das betreffende Es funktioniert.  
Die zweite gravierende Folge besteht in einer *Personalisierung des Es und Verdinglichung der Person*. D.h. das, was eigentlich `Ding´, `Sache´ ist, wird personenhafter und, parallel dazu, wird ein Teil der Person zu einer Art Ding.   
(Dazu später mehr.)  
Von der Dynamik, also von den Verben oder vom Prädikat her gesehen, steht bei der Genese des pEs im Vordergrund:   
Es verselbständigt sich, gründet sich, verwandelt sich, lebt jetzt von alleine, von selbst. Dieser Prozess betrifft alle sieben Dimensionsaspekte des Es und die davon abhängigen Differenzierungen.

Allgemeines zur Ontogenese des `Homunkulus’ siehe in ungekürzter Fassung.

###### Mutation und Adaptation des Es an Ort/ Träger.

Man kann an P und Es zwei prinzipielle Veränderungen feststellen:  
1. Das Es verändert die Person (P) in seinem Sinn, nach seinem Muster.   
2. Das Es adaptiert sich andererseits auch an die Person. Es wird dieser ähnlich, wie ein Parasit, der sich an seinen Wirtsorganismus adaptiert.|

###### Kurze Übersicht über Entstehung und Aufbau des personalen Es und des zweitrangigen Personalen (P²)

1. Schritt (Inversion) war: P invertiert A und *R* (wurde oben besprochen).  
2. Schritt (Verwirklichung): Das verabsolutierte R (R\*) wird fS = Fremd-Selbst und das eigentliche Selbst wird Nicht-Selbst. Beide bilden den Kern des personalen Es.  
3. Schritt: gleichzeitige `SLQZ´-Differenzierung des pEs.  
4. Schritt: Das pEs unterwirft weiteres Relatives und bildet neue fremdes Personales (P²).   
D.h. Ein verabsolutiertes Etwas mit ursprünglich relativen Dimensionen und Differenzierungen verwandelt sich in eine neue fremde personale „Einheit“ (P²) mit nf Dimensionen, Differenzierungen und Relativbereichen und eigentliches Selbst und Personales gehen an dieser Stelle verloren. (Siehe auch in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) ab Spalte G.)

S

**R**

S

**R**

S

S

|  |
| --- |
| Diese Abbildung (28) soll die Entstehung des pEs und P² von links nach rechts darstellen. Ganz links ist die Person mit ungestörtem Selbst- und Relativbereich dargestellt. Rechts daneben ist eine Inversion von Relativem und Selbst symbolisiert. Danach, hier durch das Yin-Yang-Symbol symbolisiert, die Entstehung eines Es-Zentrums, das im Bild ganz rechts schließlich noch einen Relativbereich gebildet hat. Man sieht auch, dass das pEs zwar einen Teil von P beherrscht, der übrige Teil von P aber mit eigentlichem Selbst und dessen erstrangigen Relativbereich erhalten bleibt. |

###### Aufbau des personalen Es

In Parallele zum Aufbau eines allgemeinen Es geht es hier um den Aufbau des personalen Es:  
Jedes pEs hat, wie jede andere pr Einheit, 3 Hauptdimensionen: fremdes Absolutes, Relatives, Nichts und vier fremde Haupt- und 23 Einzelaspekte.

|  |  |
| --- | --- |
| Einteilung nach: | **personales Es** |
| DIMENSIONEN: |  |
| A | Fremd-Selbst |
|  | Kern -Fremd-Selbst |
| R | relative Fremd-Selbst-Anteile |
| pro/+ | Pro/+Fremd-Selbst |
| kontra/− | Kontra/−Fremd-Selbst |
| 0 | Nicht-Selbst (NS) |
| DIFFERENZIERUNG: |  |
| S | Sein des personalen Es |
| L | Leben des personalen Es |
| Q | Qualitäten des personalen Es |
| Z | Zusammenhänge des personalen Es |
|  | mein personales Es als Subjekt |
|  | Ich² als Objekt |
| 23 Einzelaspekte | entsprechend der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte H |

(Tab. 10)

Das personale Es besteht also aus Fremd-Selbst und Nicht-Selbst, die SLQZ differenziert sind und dazugehörigen Relativbereichen. (Weiteres siehe ggf. in ungekürzter Fassung.)|

Vergleich mit ähnlichen Begriffen

• Freud´sches `Es´, Unbewusstes (s. allgemeiner Teil)  
• Selbst- und Objektrepräsentanzen.

Eigene Annahmen:  
1. Alles Relative kommt als Selbst- und Objektrepräsentanz infrage   
 (von Außen und von Innen).   
2. Die `Es´ sind besondere, weil dominierende Repräsentanzen, die hier im personalen  
 Bereich mit den Begriffen Fremd-Selbst und Nicht-Selbst beschrieben werden.

###### Hauptcharakteristika des personalen Es

Das personale Es (pEs) hat die gleichen hauptsächlichen Charakteristika wie das Es allgemein.  
Ich will sie kurz, die Person betreffend, erwähnen.

- Das pEs hat fremde Charakteristika, v.a. die eines fremden Absoluten und fremden Nichtigen.  
- Es bindet eigene Relativa, differenziert sich und bildet so eine eigene selbstständige personale Einheit.  
- Es beherrscht bestimmte Bereiche der Person. Es versucht zu expandieren oder es unterwirft sich anderen Es.  
- Es bildet Komplexe und zweitrangige personale Systeme - die alle zusammen zweitrangige, personale Wirklichkeiten bilden. Es ist für das zweitrangige, fremde Personale (P²) nicht mehr frei verfügbar, für P¹ zwar abwählbar, damit aber nicht sofort verschwunden.

Wie schon beim Es allgemein erwähnt, so gilt auch für das personale Es: Je mehr sich das pEs vom +A entfernt, **umso mehr dominieren mechanische oder physikalische Gesetze (oder Chaos)** (P² funktioniert oder funktioniert nicht) über die des Lebens bzw. des lebendigen Geistes, da es jetzt weniger um diesen Geist, sondern um materialisiertes Sein geht.[[247]](#footnote-247)|

Woran erkennt man das personale Es?

Ausdrücke wie „immer“, „nie“, „absolut“, „unbedingt“, „auf jeden Fall“, „um keinen Preis“, ganz-oder-gar-nicht usw. weisen auf Fehlverabsolutierungen hin. Häufige Formulierungen sind: „Das hasse ich“, „Das liebe ich mehr als mein Leben“, „Das oder Du ist/ bist mein Ein und Alles“ oder ähnliche. Typisch sind auch: Etwas (unbedingt) „müssen“ und „nicht dürfen“.|(Weitere Indikatoren s. Tabelle „Ungünstige und günstige Grundeinstellungen“.)

Alltägliche und lebenslange Es

Wie bei den allgemeinen Es beschrieben, können die pEs sehr flüchtig sein, aber auch das ganze Leben lang bestehen. Ein kurzzeitig beherrschender Gedanke etwa entspräche einem quasi flüchtigen Es, eine frühkindliche Traumatisierung erzeugt dagegen eher ein über Jahre oder lebenslang bestehendes Es.

###### „Wahl“ des pEs

Welches fA bzw. Es etabliert wird, hängt oft von den Ausgangsbedingungen ab. Ein Kind / die nächste Generation wird dazu neigen, entweder die gleichen oder gegenteilige Komplexe zu übernehmen. Lebt ein Kind in einer zerrissenen Familie, dann wird es zunächst, natürlich meist unbewusst, die fA der Eltern übernehmen oder deren Nachteile mit seinem Gegenteil (Zusammenhalt\*) zu kompensieren suchen. Wenn etwa Streit und Aggressionen das Kind überfordern, wird es als nächstliegende Gegenreaktion Friedfertigkeit und Harmonie verabsolutieren, um sich zu schützen. Oder, wenn Desorientierungen, Verwirrungen, Verrücktheiten usw. in der Familie dominieren, kann ein wesentlicher Abwehrmechanismus darin bestehen, sein Selbst durch übertriebene Vernunft und Ordnung zu retten. D.h. die Fehlverabsolutierungen sind sehr häufig Folge von unbewussten Abwehrmechanismen in der Kindheit, die dem Kind zunächst Entlastung von einer unerträglichen Situation bringen. Anders formuliert: Fehlverabsolutierung ist oft eine Folge einer Flucht in einen inneren Schutzraum, der sich später als Gefängnis oder als zu teuer herausstellt.   
(Genaueres zu diesem Thema siehe im Kapitel `Personale System- und Beziehungsstörungen im Verlauf´.)  
Mit zunehmendem Alter übernehmen wir teilweise passiv, teilweise aktiv, meist um eines kurzfristigen Vorteils willen, solche Absolutheiten.

Über die unterschiedlichen [Valenzen](#_Die_unterschiedlichen_Valenzen) im personalen Es siehe entsprechende Ausführungen im allgemeinen Teil.

#### Dimensionen des personalen Es

##### Fremd-Selbst

###### Begriffe

Ich wiederhole: Das `Fremd-Selbst´ (fS) entspricht dem fremden Absoluten in der Person.   
Ich nenne es so, einmal um es von dem allgemeinen fremden Absoluten (fA) zu unterscheiden, zum anderen, weil der Begriff des Selbst eher ein personaler und weniger ein allgemeiner Begriff ist.[[248]](#footnote-248)

Typische Beispiele für Fremd-Selbsts:  
als +\*: Leistungen, Idole, das Ego, Gesundheit, Wissen, Aussehen, Status;   
als −\*: Traumata, Gewissen, Misserfolge, Ohnmacht, Krankheit, Sterben, Tod.   
Insgesamt (Ʃ) alle Aspekte sind als fS möglich. (s.a. bei + und − fA).

Synonyme für Fremd-Selbst (fS): Personales fA, z.T. pEs (Unterschied siehe vorne).   
Sonst: Schein-, Ersatz-, Hilfs-, Not-, Stellvertreter-, Kompensations-, Pseudo-, Fehl- Selbst.

„Falsches Selbst“ u.ä. Begriffe

„Winnicott verdanken wir das Konzept des wahren und des falschen Selbst, wobei das falsche Selbst sich den Bedürfnissen einer unzureichenden Umwelt anpasst und das wahre Selbst abgespalten und verborgen bleibt.“[[249]](#footnote-249) Janov verwendet den Begriff des `irrealen Selbst´, R.D. Laing den des `geteilten Selbst´.   
 Jeder dieser Begriffe, wie auch die oben genannten, betont diesen oder jenen Aspekt des fremden Selbst, erfasst aber nicht alle Aspekte gleichermaßen. Das lässt sich prinzipiell nicht vermeiden. Der Begriff `Fremd-Selbst´ betont die Verfremdung der Person, `Ersatz-Selbst´ betont das Ersatzhafte, `bedingtes Selbst´ betont, dass ich mich nur dann als Selbst fühle, wenn ich bestimmte Bedingungen erfüllt habe usw. usf. Man könnte unter Berücksichtigung aller genannten seelischen Aspekte entsprechende Bezeichnungen finden. Mir erschien der Begriff des Fremd-Selbst am geeignetsten. Der Begriff des `falschen Selbst´ erscheint mir zu einseitig negativ (oder moralisierend), denn das fS hat auch positive Seiten, zudem ist kein Mensch davon frei und der Ausdruck "geteiltes Selbst" nennt nicht die Möglichkeit der Verschmelzungen.

Aufbau des Fremd-Selbst

Ein Fremd-Selbst(-Teil) besteht aus Kern-Fremd-Selbst mit drei gegensätzlichen Seiten/ Vektoren, und daran gebundene zweitrangige fremde Relativa mit entsprechenden Differenzierungen.   
Gegensätzliche Seiten müssen nicht in Erscheinung treten, wenn sie unterdrückt sind.

###### Bildung des Fremd-Selbst

Wie entsteht ein fS?  
Nach gleichen Prinzipien wie ein allgemeines fA/0: d.h. nach einer Verabsolutierung eines Relativen und Negierung des eigentlichen Absoluten, die unkorrigiert bleibt, etabliert und differenziert sich in der Person ein neues fremdes (nf) Zentrum, ein Fremd-Selbst, das als das eigentliche Selbst empfunden wird. Es entsteht ein neues, zweites Selbst, als Ersatz- und Fremd-Selbst - ein neues Verselbständigtes und Selbstverständliches.   
Es bildet sich in uns eine Art bestimmender Fremdkörper. Im Gegensatz zu anderen Verinnerlichungen, Introjekten, nimmt dieser `personale Fremdkörper´ die Rolle des Selbst mit allen seinen Charakteristiken ein.   
Es hat sich so eine neue personale Realität gebildet, die uns zentral bestimmen wird. Das ist etwas anderes, als wenn sich in uns Persönlichkeitsmerkmale oder Ähnliches entwickeln, wenn diese nur relative Bedeutung haben.  
Später sehen wir, wie das Fremd-Selbst das eigentliche Selbst negiert. Das Fremd-Selbst gebärdet sich wie das eigentliche personale Absolute und versucht, dessen Merkmale anzunehmen. Es wird von der betroffenen Person deshalb auch mit diesen absoluten Merkmalen und als Eigenes erlebt. Zwar kann das fS nie ganz das eigentliche Selbst ersetzen, es erzielt aber einen Teilerfolg: es vertritt das Selbst teilweise und wird ihm ähnlich. Dabei tritt die für viele psychische Krankheiten typische Situation ein, dass das fremde Selbst wie das eigene und das eigene Selbst wie ein fremdes erlebt wird. Meist wird dann der Betreffende Verfremdungsgefühle haben. Ist jedoch die Identifikation mit dem/n Fremd-Selbst(s) weit fortgeschritten, kann sich das Identitätsgefühl regelrecht umkehren: Der Betreffende kann dann subjektiv eine gute Identitätsempfindung haben, obwohl er objektiv stark fremdbestimmt ist - und er kann umgekehrt starke Verfremdungen empfinden, obwohl er objektiv selbstbestimmt ist, sich aber dessen nicht bewusst ist.

Beispiele Pflicht und Besitz als fS

I

II

14

13

12

11

15

10

17

18

9

8

7

6

5

4

3

2

1

24

23

22

21

20

19

16

SELBST

Die Abb. 29 soll zeigen, wie neben einem erstrangigen Ich, dass auf einem Selbst basiert, auf zwei Wegen fremde Ichs (gepunktete Linien) auf der Basis von Fremd-Selbsts (**\***) entstehen.  
1. Linke Seite: Ein Relatives (hier Pflicht, Aspekt 12) wird verabsolutiert und dringt von außen in den Selbst-Bereich ein. Es entsteht im Selbst-bereich ein Fremd-Selbst, von dem aus nun ein Fremd-Ich agiert.   
Es kommt zu einem partiellen Selbstverlust und zur Spaltung des Selbstbereichs und des Ich.  
2. Rechte Seite: Anderer Weg der Entstehung eines Fremd-Selbst: Das Ich verlässt die Lebensmitte und sucht sie im relativen Randbereich - hier im Besitz (Asp.9). Besitz wird zur neuen fremden Mitte, von der aus das Ich² nun agiert.

Ich will die entstandene Situation an dem Beispiel der o.a. Abbildung näher erläutern. Nehmen wir an, von einer Person wird Pflichterfüllung absolut gefordert (Asp.12). Die Pflichterfüllung steht dann über dem Selbst. Das Selbst (-wertgefühl, -bewusstsein, -bestimmung) wird nun hauptsächlich von der Pflichterfüllung abhängig gemacht. |Solange die Pflichterfüllung dem Selbst untergeordnet war, dominierte das Ich-Selbst, blieb Herr in seinem eigenen Haus und konnte aus dieser Position mit Verstößen gegen Pflichterfüllung angemessen, d.h. locker und frei genug, umgehen. Das Ich-Selbst „weiß“ dann, dass es selbst das Wichtigere, Erstrangige, Wertvollere usw. ist und die Pflichterfüllung demgegenüber eine relative Bedeutung hat. Ist aber Pflicht-erfüllung ein Fremd-Selbst geworden, so beansprucht sie jetzt dieselben Eigenschaften wie sie an sich nur dem Selbst zustehen sollten. |Das Ich kann jetzt das Fremd-Selbst nicht einfach abschütteln oder mit einer momentanen Willensanstrengung beseitigen. Die Begriffe „Fremd-Selbst“ und „Es“ erfassen, wie gesagt, gut, dass etwas Fremdes entstanden ist, dass von selbst (!) Wirkung entfaltet und mich bestimmt (z.B. Es zerreißt mich, es deprimiert mich usw.). Sie lassen so schon die wichtigsten Charakteristika der seelischen Krankheiten erkennen. Das Fremd-Selbst hat in dieser Rolle Eigengesetzlichkeit und Eigendynamik. Neue, fremde Dynamiken und Gesetze bestimmen die Person im Zentrum mit. Sie stellen eine Art personaler Selbstläufer dar. Wie erwähnt, hat die Person durch die Installierung eines Fremd-Selbsts kurzfristig subjektive Vorteile, später jedoch zunehmend Nachteile.|  
Alle invertierten Anteile der Person sind wie in neue Rollen gezwungen. Daneben wird aber immer noch das ursprüngliche, wenn auch noch so geschwächte, eigentliche Selbst weiter existieren. Das verabsolutierte Relative ist durch seine Verwandlung zum Fremd-Selbst zwar subjektiv absoluter, unbedingter, erstrangiger (zu wichtig), selbständiger, lebendiger, persönlich und personenhafter, eigentlicher und selbst-ähnlicher als zuvor geworden. Völlig wie das Selbst zu werden, bleibt dem fS aber glücklicherweise versagt.   
Neben dem Fremd-Selbst entsteht durch die partielle Negierung des eigentlichen Selbst auch ein Nicht-Selbst, das wir später betrachten wollen.

+ und ‒ Fremd-Selbsts

(Hinweis: +fS und ‒fS sind synonym mit Pro-fS und Kontra−fS.)  
So wie wir beim Fremd-Absoluten allgemein zwischen +fA und –fA unterschieden, so können wir auch beim Fremd-Selbst +fS und −fS unterscheiden. +fS und –fS desselben Aspektes gehören zusammen. Sie waren an sich zwei nur relativ konträre Pole eines Aspektes, sind jetzt aber durch eine Verabsolutierung getrennt, dennoch gleichzeitig aneinander gekettet. Verabsolutierte konträre Gegensätze sind abhängig Getrennte. Sie sind sich gegensätzlich und doch gleich. So wie ein Spiegelbild das gegenteilige Gleiche ist. Sie bedingen einander und schließen sich gegenseitig aus. Sie sind sich einig und uneinig zugleich. Sie sind vorder-gründig Feinde, sind aber von einem Stamm und Komplizen, wenn es gegen Dritte geht.

+ Fremd-Selbst = +fS

Synonym: , **Pro-Selbst** oder Super-Selbst hier nur personal als: Falsche Götter, Götze, goldenes Kalb, Krücke, Korsett; auch fixierte oder falsche Ideale /Liebesobjekte-/Glorifiziertes /Verherrlichtes, „Droge“, „Stoff”. Sonst siehe bei +fA.

− Fremd-Selbst = –fS

Synonym: Gegen- oder **Kontra-Selbst** hier nur personal als: Falsche Feinde bzw. Hassobjekte, falsche Verteufelungen, Traumata. Sonst s. bei –fA,

Fremd-Selbsts mit Kehrseiten

|  |
| --- |
| Die Abb. 30 zeigt anhand des Yin-Yang-Symbols ein +fS und ein −fS in Pro- und Kontra-Position  mit ihren jeweiligen konträren Kehrseiten im Gleichgewicht.  (Das Nicht-Selbst und die 0-Seiten von +fS und −fS sind hier nicht angegeben.)  Neg. Kehrseite (Nachteil)   des +fS  + Kehrseite (Vorteil)  des −fS  **+fS** (In Pro-Position)  **−fS** (In Kontra-Position) |

Zur Bedeutung der Kehrseiten der fS:

Wir kommen hier zu einem wichtigen Punkt, der eine Parallele zu S. Freuds Begriff des Krankheitsgewinns darstellt. Weder das Fehlabsolute noch das Fremd-Selbst sind, wie jedes Relative, nur negativ. Sie sind zwar im Allgemeinen und auf lange Sicht eher ungünstig, doch haben sie auch positive Seiten, die im Einzelfall ganz entscheidend dafür sind, dass sich ein fS etablieren und lange bestehen bleiben kann.   
Genauer: Der Betreffende kann durch Fremd-Selbsts sein inneres Gleichgewicht stabilisieren oder wiederherstellen. Das Fremd-Selbst nimmt und gibt. Es nimmt Ähnliches und es gibt Ähnliches. Es ersetzt Absolutes durch ähnliches Relatives. Das Fremd-Selbst ist also weder der Feind in uns, den es zu unbedingt vernichten, noch der Gott, den es unbedingt zu erhalten gilt. |

Unterschied zwischen Fremd-Selbsts und Charakt- bzw. Persönlichkeitsmerkmalen

Das Fremd-Selbst hat für den Betreffenden immer absolute Bedeutung. Das hat eine Charaktereigenschaft oft nicht. Alle Charaktereigenschaften können für den Betreffenden sowohl absolute als auch relative Bedeutung haben, während ein Fremd-Selbst immer absolute Bedeutung hat. Es bleibt umgangssprachlich unklar, ob etwa die Harmoniebedürftigkeit eines Menschen für ihn einen relativen oder absoluten Stellenwert hat. In der Psychodynamik aber ist der Unterschied bedeutend. Die absolute Stellung des Merkmals wird alle noch näher zu besprechenden Folgen eines Fremd-Selbst nach sich ziehen. Das ist im Fall einer Charaktereigenschaft mit relativer Bedeutung nicht so. Die Auswirkungen werden dann nur relative Folgen haben. Die Persönlichkeit wird durch sie beispielsweise nicht gespalten werden können. Die Situation ist vergleichbar mit Jemandem, der gerne Alkohol trinkt (Persönlichkeitsmerkmal) und einem Anderen, der alkoholabhängig ist.| Der Sonderfall: Das Ich als fremdes Selbst s.a.a.O.

##### Nicht-Selbst

Abkürzungen und Synonyme für Nicht-Selbst (NS), p0; Unselbst, personales Nichts.  
Entstehung:

Die Nicht-Selbst-Bildung läuft, wie beim allgemeinen Es ausgeführt, nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip in der Regel durch Opferung des eigentlichen Selbst. [[250]](#footnote-250)  
Das Nicht-Selbst beinhaltet, von den Dimensionen her, v.a. das Fehlen bzw. den Verlust von Sinn, Identität, Wirklichkeit, Einheit, Konstanz und Freiheit, Grund und Autonomie und von den Differenzierungen her v.a. das Fehlen bzw. den Verlust von Personalität, Vitalität, Qualitäten, Subjektrolle und erstrangige Zusammenhängen.  
Ursprünge: v.a. Nihilismus und Materialismus.

(Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

###### Die 7 Dimensionsaspekte des personalen Es

(Ähnlich wie beim allgemeinen Es. Näheres siehe sonst ungekürzte Fassung.)

Bezüglich des durch das Es gebildete fremde personale Relative verweise ich auf das   
5. Kapitel (`Es-Wirkungen speziell auf die Person´.)

#### Differenzierung des personalen Es

Differenzierung des personalen Es/fS durch: [[251]](#footnote-251)

1. Strukturierung (hier v.a. Personalisierung)  
2. Vitalisierung  
3. Qualifizierung  
4. Kontextualisierung, Subjektivierung

Das personale Es oder Fremd-selbst etabliert sich an der Grenze von Geist und Körper. Zunächst als quasi geistiges Verabsolutiertes, das die Grenze zum Körperlichen hin überschreitet, sich dann als neues fremdes Sein und Leben mit entsprechenden Qualitäten und Zusammenhängen realisiert und in dieser Form als personales Es die Person bestimmt und wesentliche Quelle für die Entstehung seelische Krankheiten darstellt.  
D.h. Es personalisiert sich, es belebt sich, es qualifiziert sich in besonderer Weise und es bildet neue, fremde Zusammenhänge. Es wird so neues fremdes personale Sein, Leben, Qualität und Subjekt mit neuem Kontext.  
Diesem personalen Es entsprechen im organischen Bereich wohl bestimmte Zentren mit bestimmten Funktionen, die wiederum mit anderen relevanten Strukturen funktional und organisch verbunden sind.   
Die Strukturen und Funktionen haben fremde, insbesondere Alles-oder-Nichts bzw. Pro-kontra-oder-Nichts Charakteristika.|  
Speziell zu 4. Es wird neues fremdes bestimmendes Subjekt (Subjekales, Subjektoid).   
Hauptwirkung auf die Person: Es macht P zu seinem Objekt.  
Hier zeigt sich ein weiteres Charakteristikum des Es/ Fremd-Selbst: Das Fremd-Selbst nimmt jetzt die Position eines quasi personalen, lebendigen Subjekts und P bzw. das Ich dagegen die Position eines dinghaften Objekts ein.[[252]](#footnote-252) Während zuvor das Ich-Selbst Subjekt auf sicherem Grund war, wird diese Einheit gestört: Das fS wird neue, fremde Basis für Ich-Anteile und macht diese zu seinem Objekt, instrumentalisiert und funktionalisiert diese - eine Situation die prototypisch für seelische Krankheiten ist und uns später wieder beschäftigen soll. Man kann von einer Subjekt-Objekt-Umkehr sprechen, weil das, was eigentlich Objekt sein sollte, Subjekt und das, was eigentlich Subjekt ist, Objekt geworden ist (Näheres s. später). Eine weitere Folge in diesem Aspekt kann man auch Subjekt-Objekt-Spaltung und gleichzeitige Verschmelzung bzw. Identifizierung nennen, da durch die Fremd-Selbsts Spaltungen und Verschmelzungen (Fehlidentifizierungen) entstehen, die später noch besprochen werden. Dagegen besteht zwischen dem eigentlichen Subjekt (Gott oder dem Ich-Selbst) und den Objekten (der inneren und äußeren Realität) - im Gegensatz zu den fS - zwar Unterschiedlichkeit, aber keine unversöhnliche Spaltung. Eine echte Spaltung besteht dort nur zwischen dem +A und dem −A.

Sprachanalyse (Siehe ggf. ungekürzte Fassung.)

#### Arten der personalen Es (Übersicht)

Sie lassen sich, wie Es allgemein, unterscheiden nach:  
⦁ Herkunft und Art  
⦁ Lokalisation  
⦁ Erscheinungsbild

##### Nach Herkunft und Art

###### Einzelne personale Es

Einzelne Aspekte siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte H.   
  
**Beispiele**: [Pflicht und Besitz als fS](#_Beispiele_Pflicht_und), [Darstellung eines einzelnen zweitrangigen Personalen](#_Darstellung_eines_einzelnen), `[Kind-Ich und Erwachsenen-Ich](#_Kind-Ich_und_Erwachsenen-Ich)´. Die unterschiedlichen Ideologien als personale Es siehe → [Welche Es entsprechen welchen Ideologien](#_Welche_Es_entsprechen).   
  
(Tab. 11)

|  |  |
| --- | --- |
| In Anlehnung an Freud könnte man bestimmte pEs etwa wie folgt bezeichnen: Alles² = Totalo  +\* = Libido, Eros, (Triebe²)  –\* = Destrudo, Kontro, Aggresso, Thanatos (Todestrieb)  0 = Nullo, Nego, Nihilo  rfA = Relativo | Und die „Geisteskrankheiten“, die sie hervorrufen, könnte man scherzhaft dementsprechend nennen: Absolutitis oder Totalitis  Libidinitis  Destruktivitis  Nihilitis  Relativitis  (Weitere könnten heißen: Moralitis, Hedonitis, Dogmatitis, Kollektivitis, Individualitis, Rationalitis; Bürokratitis usw. usf. - und alle sind ansteckend, wenn man nicht aufpasst.) |

Zu `Libido’ und `Todestrieb´  
  
„Mit dem **Todestrieb** führte Sigmund Freud einen seiner umstrittensten Begriffe in die Theorie der Psychoanalyse ein ... Im psychoanalytischen Konzept der `Psyche´ handelt es sich beim Todestrieb um einen dem Lebenstrieb bzw. der Libido entgegengesetzten Trieb. ... Im Normalfall gehen Todes- und Lebenstrieb eine Vermischung ein, sofern etwa zu einer gesunden sexuellen Beziehung immer auch eine aggressive Beimischung gehört, um den Partner zu `erobern´. Die Störung des Gleichgewichts der beiden Tendenzen führt zu psychischer Erkrankung.“[[253]](#footnote-253)  
Legt man S. Freuds späteren, erweiterten Libidobegriff zugrunde, so kommt er den hier besprochenen positiven Verabsolutierungen sehr nahe. (D.h. Freuds Libido bezieht sich nicht auf das eigentlich positive Absolute, sondern eher auf verabsolutiertes Relatives.)   
Wenn ich in dieser Arbeit `Liebe´ als erstrangiges Absolutes Gott fast gleichgestellt habe, so wird sie doch ohne Gott zu einem, den Menschen überfordernden +fA, wie es in bestimmten Veröffentlichungen dargestellt ist.[[254]](#footnote-254)  
Eine ähnliche Parallele ergibt sich zu Freuds `Destrudo´ - hier als Strebungen zum fremden Nichts (0) oder zum −fA verstanden. (Siehe auch `[Leben und Tod als fA](#_Leben_und_Tod_1)´)

###### Sonderfälle: Ich, Du und Man

Das Ich als fremdes Selbst

Verabsolutiert P sich selbst, dann liegt ein besonderer Fall vor.  
Der Betreffende verabsolutiert nicht irgendetwas Fremdes oder Attribute von sich (wie Aussehen, Intelligenz, Status etc.) sondern den Kern seiner Person, sein Selbst.   
Es ist eine Selbstverabsolutierung. „Ich setze mich absolut über alles!“ – lautet die Einstellung. Das ist etwas anderes als die beschriebene [Absoluteinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle),[[255]](#footnote-255) weil sie den Absolutbereich von P auf das gesamte Selbst ausdehnt.[[256]](#footnote-256)

Dadurch entsteht eine ganz besondere Situation.

Der Betreffende macht sich zum eigenen Zentrum. P krönt sich selbst. P dominiert über sich selbst. P macht sich (genauer sein Selbst) quasi zum Herrscher über sich selbst. Er selbst wird zum Es, das ihn repräsentiert. P wird Täter und eigenes Opfer zugleich. P überhöht und unterwirft sich gleichzeitig dem übersteigerten, inthronisierten Selbst.

Trotz der Überhöhung des eigenen Selbst überwiegt, vor allem langfristig, die Unterwerfung und Abhängigkeit vom entstandenen Fremd-Selbst und Es.  
Glücklicherweise geht das wahre Selbst nicht verloren, sondern wird nur unterdrückt.

Das heißt auch:  
P spalter sich, verliert aber nie seine tiefere, ursprüngliche Ganzheit.  
P identifiziert sich mit dem Es und verfremdet sich selbst- verliert aber nie seine ursprüngliche Identität.   
P personalisiert und individualisiert Es und entpersonalisiert und entindividualisert sich selbst - verliert aber nie seine tiefere, ursprüngliche Personalität und Individualität.  
P macht Es zum Subjekt und sich zu dessen Funktionär und Objekt - verliert aber nie seine ursprüngliche Subjektrolle. P ist so primäres Subjekt und eine Art sekundäres Subjekt („Sobjekt“) zugleich. P ist noch sein eigener Herr aber auch sein fremder Herr und Untergebener zugleich.

Das `Du´ als Es

Siehe `[Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)´.

Das `Man´ als Es

Man macht doch dies oder das so oder so - und so musst du es auch machen. (Normativismus).

##### Nach Lokalisation

M.E. sind die pEs nicht an einer bestimmten Stelle des Gehirns zu lokalisieren, sondern sind ursprünglich geistige, dann aber materialisierte, die Person dominierende Komplexe, die sich über mehrere Gehirnregionen, aber auch Körperregionen, wie ein Netz erstrecken und spezielle „zweitrangige“ Wirkungen haben, wie sie später noch beschrieben werden sollen.   
Wo kann sich das Es einnisten? In allen Wirklichkeiten.  
Wenn in der Person = personales Es; Sonst etwa als Gruppen-Es, gesellschaftliches Es usw.

##### Erscheinungsbilder des personalen Es

Das pers. Es ist an sich eine `Triade´ und besteht aus drei Teilen (pro +, kontra ‒ und 0).

Es kann aber, wie folgt, unterschiedlich erscheinen:  
- als Monade (bei nur einer Wirkrichtung)  
- als Dyade [`Zweiheit´].  
- als Triade [`Dreiheit´]  
Auch wenn das p It als Monade oder Dyade erscheint, so ist es `In Wirklichkeit immer als Triade` angelegt, weil die versteckten, latenten Anteile nicht verschwunden sind und jederzeit aktiviert werden können.

###### Monovalentes fS/ pEs (Monade)[[257]](#footnote-257)

Das personale Es erscheint als Monade, einseitig, monovalent und monistisch, wenn:   
1. Nur ein Teil des personalen Es aktiviert ist, z.B. das Alles oder das Nichts, ein –fS oder +fS usw.   
2. Wenn zwei oder mehrere Teile eines Es oder deren Seiten miteinander paktieren und nur eine Wirkrichtung haben. |Auch Vertreter irgendwelche Ideologien treten oft monadisch bzw. monistisch auf. Sie geben etwa vor im Besitz der einzigen und allumfassenden Wahrheit zu sein. Wer nicht für sie ist, ist gegen sie. Sie sind praktisch Alles und alles andere ist nichts. Entsprechende Beispiele und Symbole siehe allgemeiner Teil.

###### Ambivalentes fS/ pEs (Dyade /Zwitter, Triade)

Ich liebte meine Helden wie eine Fliege das Licht; Ich habe ihre gefährliche Nähe gesucht und bin geflohen und habe sie wieder gesucht. (Hölderlin, Hyperion´).

(Siehe auch Allgemeiner Teil).  
Es geht um das zwiespältige bzw. ambivalente personale Fremd-Selbst bzw. Es, das in der Psychopathologie eine besondere Rolle spielt. Es steht insbesondere für Gespaltenheit, Zwiespältigkeit, Gegensätzlichkeit, Widersinnigkeit, Konflikthaftigkeit, z.T. auch für Paradoxien und „Verrücktheiten“.   
  
Diese Gegensätzlichkeiten bzw. Zwiespältigkeit oder Paradoxien können bestehen:

1. In einem Fremd-Selbst oder Nicht-Selbst (zwischen deren verschiedenen Seiten).  
2. Zwischen verschiedenen Teilen eines personalen Es.  
3. Zwischen zwei oder mehreren fS oder Es.  
4. Zwischen einem fS oder Es und einem eigentlichen Absoluten.|

Zur Zwiespältigkeit der pEs:   
Die pEs sind nicht nur nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip strukturiert, sondern das `Alles´, das `Totale´ ist - zumindest potenziell - ein gespaltenes Totales, gespalten in zwei (oder mehrere) miteinander unvereinbare Gegensätze. Diesem gespaltenen Totalen (gespalten in Pro-fS und Kontra-fS) steht schließlich noch das fremde Nichts gegenüber, sodass sich wie ein Dreieck (Triade) ergibt, nach dem das pEs hauptsächlich strukturiert ist und das eine entsprechende Dynamik hat.| Wie schon erwähnt, bedeutet etwa die Wahl eines verabsolutierten Ideals auch die oft unbewusste Mitwahl seines Gegenspielers (eines Anti-Ideals) und die Abwahl des Ideals bedeutet auch das Verlöschen des Anti-Ideals - und umgekehrt. Die pEs sind, wie die Es allgemein, in ihrem Charakter also höchst widersprüchlich. Die Zwie- oder Trispältigkeit der pEs erklärt nicht nur ihre komplizierte Dynamik, sondern auch die Paradoxien und `Verrücktheiten´, die sich in vielen psychischen Krankheiten wiederfinden lassen.   
Zu ähnlichen Schlussfolgerungen ist auch die Psychoanalyse gekommen.  
Ich denke an die sogenannte Triebmischung bei S. Freud, der glaubte, Sexualtrieb und Todestrieb seien „regelmäßig und in großem Ausmaß“ miteinander „vermischt“ und an Lacan, der meinte, der Todestrieb sei in jedem Trieb zu finden.[[258]](#footnote-258)  
Diese Ansichten entsprechen sehr den meinen, wobei ich glaube, dass es bei diesen „Mischungen“ nicht nur um die Triebe, sondern um jedwedes Relative geht (wozu auch die Triebe gehören).[[259]](#footnote-259) Das wird besonders bei entsprechenden Verabsolutierungen deutlich, weil dann beide Pole sowohl miteinander verschmolzen sind (entsprechend der Triebmischung), sich aber auch gegensätzlich gegenüberstehen (was etwa S. Freuds „Trieb-Entmischung“ entspricht).|

Übersicht Ambivalenztypen verschiedener Fremd-Selbst siehe ungekürzte Fassung.

Symbolbild: personales Es als neunseitige Triade

|  |
| --- |
| :  Abb. 31: Die Symbolbilder zeigen das personale Es als neunseitige Triade.  Beide Symbolbilder sollen auch veranschaulichen, wie eine Person in der Triade gefangen ist.  Pro-fS  Kontra-fS  Nicht-Selbst |

Die Bildung des personalen Es als neunseitige Triade verläuft analog der a.a.O. allgemein beschriebenen Bildung einer neunseitigen Triade und wird deshalb nicht noch einmal extra behandelt.

###### Analogie: Charakter des Es und der seelischen Krankheiten

Man kann seelischen Krankheiten gleiche Charakteristika wie den fS/Es zuordnen, d.h. sie sind für den Betreffenden absoluter, unbedingter, erstrangiger, selbständiger, „aktiver“, quasi-personaler und eigentlicher geworden als wenn sie sein Selbst nicht tangierten. D.h. ich glaube, dass bei psychischen Krankheiten immer das Selbst beeinträchtigt ist. Bei Veränderungen im Außenbereich, hat man lediglich Störungen, die relativer, bedingter, zweitrangiger usw. sind.

## Bildung von fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten

„Die Realität ist nichts für mich!“ (Ein Patient)

Fakultatives Kapitel

##### Einführung

In diesem Kapitel geht es darum, wie **zweitrangige Wirklichkeiten (W²)** entstehen**.**Mit `Wirklichkeit´ ist hier eine verschiedene Wirklichkeiten, Personen und das Ich (WPI) umfassende Gesamtwirklichkeit gemeint.[[260]](#footnote-260)   
Wenn den Leser nur die [**Es-Wirkungen auf die Person**](#_5._Es-wirkungen_) interessiert, folge dem Link.  
  
Philosophische Vorbemerkung

Es gibt, so glaube ich, verschiedene „Wirklichkeiten“.   
Ich unterscheide eine erstrangige, eigentliche Wirklichkeit von zweitrangigen, fremden „Wirklichkeiten“.   
• Die erstrangige, eigentliche Wirklichkeit umfasst auch alle möglichen relativen Wirklichkeiten. Sie ist ein Ganzes mit unendlich vielen relativen Wirklichkeitsanteilen.  
Das Absolute dieser Wirklichkeit(en) ist - religiös gesehen - Gott. Die ganze, erstrangige Wirklichkeit ist in Gott. Gott ist aber noch mehr als das.

Die relativen, bedingten Wirklichkeitsformen sind Teile der erstrangigen, eigentlichen Wirklichkeit. Diese relativen Wirklichkeitsformen können für sich allein stehend nicht in Anspruch nehmen, absolut zu sein, sondern sie erhalten ihre Erstrangigkeit nur durch das übergeordnete eigentliche Absolute.   
 Zu jeder relativen Wirklichkeitsform gibt es, relativ gegenteilige Wirklichkeitsformen, aber keine konträren, kontraduktirischen. Die erstrangige Wirklichkeit ist deshalb widerspruchsfrei.

Die erstrangige Wirklichkeit schließt nicht nur objektive, sondern auch subjektive Wirklichkeiten mit ein.   
Man könnte sie `Meta-Wirklichkeit´ nennen. Die erstrangige Wirklichkeit ist stärker als alle zweitrangigen, fremden „Wirklichkeiten“ und kann diese kompensieren.  
• Werden relative Wirklichkeiten isoliert betrachtet und verabsolutiert, so entstehen zweitrangige „Wirklichkeiten“ mit einem fremden Absoluten. Im Falle dieser zweitrangigen Wirklichkeiten wird ein relatives Gegenteil zum absoluten Gegenteil. Es entstehen deshalb unvereinbare Widersprüche.

**Ausgangshypothese: Die Es erzeugen zweitrangige Wirklichkeiten (W²)**, die an die Stelle der erstrangigen Wirklichkeit (W¹) treten und mit einem Verlust dieser erstrangigen Wirklichkeit verbunden sind. Das heißt, dass relative Wirklichkeiten nun „erstrangig" und die erstrangige Wirklichkeit nun nichtig (oder nachrangig) werden.

Allerdings kann die erstrangige Wirklichkeit nur vorübergehend in Bereichen verdrängt werden, wo entsprechende Es herrschen. Da die erstrangige Wirklichkeit letztlich stärker als die zweitrangigen Wirklichkeiten ist, geht die erstrangige Wirklichkeit nie ganz verloren, sodass immer erst- und zweitrangige Wirklichkeitsbereiche nebeneinander bestehen. (→Das Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten)  
Die zweitrangigen Wirklichkeiten werden von einem, mehreren oder vielen Es beherrscht, die ihnen ihren Charakter aufoktroyieren. Dabei erzeugt ein Es W² in seinem gesamten Herrschaftsbereich, das heißt über alle Aspekte hinweg mit dem Hauptakzent, den es selber repräsentiert.[[261]](#footnote-261)|  
In diesem Kapitel soll die Bildung zweitrangiger Wirklichkeiten im Allgemeinen besprochen werden. Spezifika personaler Veränderungen im 5. Kapitel.

##### Begriffe der zweitrangigen Wirklichkeiten (W²)

Synonyme für zweitrangige Wirklichkeiten = zweite W., nachrangige W., 2. Welten.[[262]](#footnote-262)  
 Abkürzung: W².   
 Bereich: W² umfasst WPI² = [Welt, Personen, Ich]²

##### Übersicht der Phasen

Die verschiedenen Phasen der Bildung der zweiten Wirklichkeiten kann man wie folgt einteilen:   
Bisher 1. Phase: Inversion und Bildung des Es  
**Jetzt** **2. Phase**: **Es bildet WPI² mit Verlust von erstrangiger Wirklichkeit.**[[263]](#footnote-263)

##### Bildung der einzelnen Bereiche von W²

Wir hatten bis jetzt das Es kennengelernt als neues fremdes Beherrschendes, im Kern bestehend aus Alles² (pro/kontra) und Nichts² und SLQZ differenziert. Wir werden jetzt sehen, wie dieses Es expandiert und neue fremde Wirklichkeiten (W²) bildet.

Welt¹  
  
Personen¹  
  
Ich¹

**NICHTS**

**ALLES**

**Pro-fA**

**Kontra-fA**

**Das Es mit seinen Teilen**

***NICHTS***negativistisch

***ALLES***

totalistisch

***Pro-fA***

***Kontra-fA***

Welt²  
  
Personen²  
  
Ich²

|  |
| --- |
| Diese Abb. 32 soll Folgendes deutlich machen: 1. Wie das Es mit seinen verschiedenen Teilen in eine erstrangige Wirklichkeit¹ eindringt. 2. Die entstehenden zweitrangigen Wirklichkeiten (hier als Welt, Personen, Ich) werden von den Es-Teilen beherrscht und kommen dadurch überwiegend in eine unterdrückte, relativierte oder negierte Position (durch die graue Farbe gekennzeichnet.) Sie werden außerdem im Sinne der jeweiligen Es verändert - sie werden `es-hafter´. Andererseits kann WPI manchmal von Pro-fA-formen des Es partizipieren, weil es diese ja auch inkorporiert hat (oben links). 3. Durch die kursiv geschriebenen Es-Teile soll angedeutet werden, dass auch das Es sich verändert, d.h. sich an die neue, fremde (nf) Wirklichkeit anpasst. 4. Durch die gestrichelten Außengrenzen soll der Verlust an Erstrangigkeit symbolisiert werden. 5. Die inneren Spaltungen des Es und dann auch von WPI² sind durch die durchgezogenen Linien gekennzeichnet. |

So wie das Es ist, wirkt es. Es ist total pro oder total kontra oder total 0 und bewirkt, dass WPI zu pro, zu kontra und zu 0 wird. Deshalb kann man von einem „**Gesetz der Entstehung von zu Gegensätzlichem, zu Gleichem und zu Negiertem** “ in den zweitrangigen Wirklichkeiten sprechen.   
Das Es bestimmt also die jeweilige Wirklichkeit, drückt ihr seinen Stempel auf und macht die Wirklichkeit ihm dadurch ähnlich - allerdings mit dem Unterschied, dass dieses Geschehen zu Lasten der betroffenen Einheit geht, weil dieser Prozess mit einem Verlust erstrangiger Wirklichkeit verbunden ist, auch wenn v.a. zu Beginn das Es das Unterdrückte mit einem scheinbar größeren Gewinn ködert.|  
Verschiedene Es bestimmen ganze Gruppen oder Gesellschaften oder Generationen in Form des jeweils herrschenden Zeitgeists.  
  
Folgende Bereiche dieser W² kann man unterscheiden:   
1. Das Es (als beherrschendes, dominierendes Zentrum)   
2. Der vom Es dominierte Bereich, der sich weiter untergliedern lässt in:  
 Pro-Bereich (mit Co-Formen, Hyperformen, Partizipanten, Mitläufer, Mittäter)  
 Kontra- oder Störungs-Bereich  
 0-Bereich, negierter oder geopferter Bereich.  
Die einzelnen Bereiche überlappen sich.  
   
[Die Grundmöglichkeiten einer Abweichung vom Optimalen spiegeln wohl eine ähnliche Einteilung wider:   
zu viel (= pro-Formen bzw. Hyperformen), falsch (= Gegenformen) und 0 (nichts). Übrigens denke ich, dass die später besprochenen seelischen Störungen auch ähnliche Muster haben.]  
  
Vom zeitlichen Ablauf her stellt es sich so dar: Zu Beginn herrscht eine Pro-Dynamik vor: Das Es bildet in WPI zunächst einen Pro Bereich (+ Hyperformen) - allerdings auf Kosten von erstrangiger Wirklichkeit. Deren Verlust führt dazu, dass die Bildung der + Hyperformen schließlich so teuer wird, dass das System² ins Gegenteil (kontra oder 0 Formen) umkippt.   
Allgemein formuliert: Gegensatzpaare\* existieren auf Kosten erstrangiger Wirklichkeit. Wird ein Pol\* zu teuer schlägt er in ein Gegenteil um (oder umgedreht). Das System² kann solange zwischen zwei Extremen hin- und herpendeln bis es stirbt oder eine Notlösung oder die eigententliche Lösung findet. (Beispiele siehe in `[Personale Beziehungsstörungen](#_Personale_System-_und)´.)  
Wichtig:  
**1. Alle Es verlangen Opfer.   
2. Der Opferbereich für WPI wird im Laufe des Prozesses immer größer, weil sich Es auf Kosten von WPI am Leben/ an der Macht erhält.**

##### Rolle der Es in W² als Diktatoren/ Parasiten/ Täter...

Die Es sind in den zweitrangigen Wirklichkeiten wie Diktatoren mit ihren Helfershelfern, die alles Andere in ihrem Herrschaftsbereich dominieren und in ihrem Sinn verändern. Oder, wie schon früher beschrieben, sind sie wie Parasiten/Viren/ Dämonen/ Spaltpilze, Kuckuckseier usw. Die Es zwingen den Wirklichkeiten ihre Programme auf. In der Regel nach dem Prinzip: Alles oder Nichts bzw. Zuckerrohr und Peitsche oder nichts.   
Sie wirken, wie die Vergleiche andeuten, sehr unterschiedlich, oft widersprüchlich und paradox, aber keineswegs nur ganz negativ. Sie haben v.a. zu Beginn oft sehr positiv erscheinende Auswirkungen, wirken aber langfristig störend oder gar krankmachend. Ihnen wird alles untergeordnet: die Wahrheit, die Freiheit, die Wirklichkeit, andere Personen und schließlich auch die betreffende Person. Diese wird zwar anfangs scheinbar erhöht, letztlich aber doch erniedrigt. (Das Es als Täter und die Person als Opfer - Näheres dazu siehe im 5. Kapitel.)

##### Hierarchien in W²

Es bestehen starre Hierarchien der Es und ihrer fA sowohl gegenüber ihren *R*, als auch anderen Komplexen gegenüber.[[264]](#footnote-264) (Typisch für W²).   
Man kann totalitäre Staaten mit ähnlichen Anteilen in unserem Inneren vergleichen:  
Irgendwo sitzt ein zentraler, alles beherrschender mächtiger Komplex, wie ein Diktator, dem alles untergeordnet ist, eine Ebene darunter die Mitmacher (Partizipanten, Funktionäre), (so wie die Hitler unterstellten Unterführer usw.) und unten sind die Unterdrückten und Opfer. Das System ist hochgradig sensibel: Schon wenn ein Partizipant und Funktionär in Frage gestellt oder angegriffen wird, fühlt sich das ganze System angegriffen. Es reagiert dementsprechend hart und gnadenlos, opfert aber ohne zu zögern selbst seine Mitläufer, wenn es ihm selbst an den Kragen geht.  
Das fA unterwirft seine Relativa wie Untergebene. Es gibt ihnen zwar eine zweitrangige Mitte, Sinn, Halt usw. nimmt ihnen aber ihre Eigenständigkeit. Die neuen, fremden (nf) Relativa müssen sich für das fA opfern, wenn Gefahr droht. Das fA wird sich jedoch nie für seine „Leute“ opfern.  
Letztlich sind die fA aber machtlos, wenn sie ohne ihre Relativa, ihre „ Untergebenen“, sind!   
Man vergleiche das mit Diktatoren, die ohne ihr Volk ganz hilflos sind.   
So sind die Komplexe der Es und ihrer fA übermächtig und machtlos zugleich, absolut und nichtig zugleich. (Vergleiche dazu die „Hierarchien“ in der erstrangigen Wirklichkeit.)

##### Hypothesen bezüglich der Es-Wirkungen

• **Die Es** **wirken** nicht nur auf die Einzelperson, sondern **auch auf ganze Gesellschaften - letztlich auf unsere Welt insgesamt.** (Dazu später mehr.)  
• **Die Es verändern WPI in ihrem Sinne**. D.h. WPI wird dem jeweiligen Es ähnlicher. WPI wird `es-hafter´. (So wie sich andererseits das Es an WPI anpasst.)  
**• Die Es-Wirkungen sind nicht total,** aber sie sind umso stärker und krankmachender, je größer die Unterschiede zwischen fA und +A sind.  
• **Ein Es wirkt über seinen Aspekt hinaus**.  
Alle Es machen Änderungen in allen 7 Dimensionsaspekten und allen 4 Hauptdifferenzierungsaspekten.   
Vor allem macht ein Es eines bestimmten Aspektes in demselben Aspekt die Hauptveränderungen/ -störungen, in allen anderen Aspekten nur fakultative bzw. Nebenveränderungen/ -störungen;   
Beispiel: Die Verabsolutierung etwa von Wahrheit hat vor allem Auswirkungen bezüglich der Fragen wahr oder unwahr, aber auch Auswirkungen auf alle anderen pr Aspekte. Nehmen wir die Verabsolutierung der Wahrheit für eine Familie an, so wird die Familie unter dem Diktat von Unbedingt-Wahrheit-sagen-Müssen, Echt- sein-Müssen usw. stehen. Dieses fA Wahrheit\* wird dann das Sein, Leben, die Qualitäten und Zusammenhänge (SLQZ) der Familie bestimmen. Aber außerdem entstehen auch 2 Gegenpole, die man „Lüge“ und „Indifferenz“ nennen kann. (Näheres siehe im Abschnitt `Streuung und Verdichtung´.)

**• Alle Es können alle Folgen haben, auch positive.**Alle Es können prinzipiell jedes Zweitrangige hervorrufen.  
Alle Es können alle zweitrangigen Folgen haben negative wie auch positive.   
+Es kann –² und –Es kann +² bewirken.[[265]](#footnote-265)|  
So kann etwa die Kehrseite eines +Es negative oder die Kehrseite eines –Es positive Auswirkungen haben.   
Z.B. Es darf mir nicht gut gehen, ich darf keine Liebe annehmen, Liebe ist negativ; Werde ich gehasst, ist es positiv. Oder Krankheit\* gibt Identität² oder Sinn² usw.  
Auch: Jedes Es kann Krankheit, aber auch Gesundheit fördern, wenn auch meistens Ersteres.  
Die gegensätzlichen, widersprüchlichen Wirkungen der Es sind für das Verständnis der Paradoxien und Psychopathologien wichtig.[[266]](#footnote-266)   
Verluste, und „Gewinne“: Ggf. kann man weitere Verluste in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte N nachlesen. „Gewinne“ entstehen häufig durch +Hyperformen.

##### Das Nebeneinander von Widersprüchlichen

Mir scheint bei den Folgen der Es-Wirkungen das Widersprüchliche, Fremde, Gespaltene und `Verkehrte´ besonders auffällig.  
   
 Ich verwende hier ja nur ganz allgemeine Aussagen und Begriffe, die, wenn sie auf spezielle Bereiche angewendet werden, dann oft andere Bezeichnungen bekommen. So wird eine Spaltung zwischen einem Ehepaar „Trennung“ oder „Scheidung“ genannt, innerpersonell wird man von einer gespaltenen Persönlichkeit oder gar einer Schizophrenie sprechen. Ich glaube aber, wie gesagt, dass die grundlegenden Prinzipien der Entstehung dieser 2. Wirklichkeiten und ihre Charakteristika ganz ähnlich sind und auch miteinander in Verbindung gebracht werden können (wie das ja z.T. auch geschieht).|  
  
Die neuen, fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten (W²) haben das eigentliche Absolute verloren und sind dadurch nicht eindeutig, einheitlich usw. sondern mehr oder weniger uneindeutig, doppel- bzw. dreideutig, widersprüchlich, verrückt, paradox usw.[[267]](#footnote-267) Das widerspricht in Vielem unserem üblichen Denken und Reden. Wir sprechen etwa davon, dass diese oder jene Person hochmütig, ein Anderer reich, ein Dritter chaotisch sei. Oder, dass die Umwelt so oder so sei usw. D.h. wir sehen oft nur den vordergründigen, „aktivierten“ Pol. Objektiv jedoch trägt die zweitrangige Wirklichkeit bzw. die Person auch das entsprechende Gegenteil und ein 0-Teil in sich, auch wenn diese nicht in Erscheinung treten.[[268]](#footnote-268)  
Man kann unterscheiden:  
a) Zusammenhängende Gegensätze in Form einer gespaltenen Einheit (etwa mit endlicher Unendlichkeit, totem Leben, armem Reichen, leerem Überfluss, fremdem Selbst, beglückendem Leid, süßer Rache, befreiender Krankheit usw.)   
Deshalb kann manchmal das „normalerweise“ Positive negativ sein oder das Richtige falsch sein oder das „normalerweise“ Logische nicht richtig oder unlogisch sein oder das Gute schlecht oder das sonst Moralische unmoralisch sein. Oder es kann klüger sein zu lügen, als die Wahrheit zu sagen oder besser krank als gesund zu sein usw.   
b) Zusammenhängende Gegensätze in verschiedenen Einheiten, etwa verschiedenen Personen (→ Kollusionen, Kollisionen, Komplexe).  
Siehe auch `Zweierlei Glück´, Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten´.

### Es-Wirkungen auf die Dimensionen

##### zu a1: Störung des Absoluten

„Ich bin der Geist, der stets verneint ..." Mephisto in Faust

Bezüglich der Es-Wirkung kann man in der Reihenfolge des Ausmaßes der Wirkung formulieren: 1. **Es negiert**, 2. relativiert und stört oder 3. hyperverabsolutiert WPI.  
→ „Sieg des Relativen über das Absolute“ |

##### zu a2: Störung der Identität

Bezüglich der Es-Wirkung in diesem Aspekt kann man formulieren:   
Es **verfremdet** bzw. entfremdet, **uniformiert** oder überidentifiziert Wirklichkeitsbereiche, in die es eingedrungen ist. (→`[Störung der Identität der Person](#_a2_Störung_der)´).|[[269]](#footnote-269)

##### zu a3: Störung der Realität

Bezüglich der Es-Wirkung in diesem Aspekt kann man formulieren:   
Es **derealisiert, verfälscht** oder überrealisiert von ihm dominierte Wirklichkeitsbereiche.  
Hypothese: Nicht nur die Es in diesem Aspekt, sondern alle Es auch der anderen Aspekte führen zu mehr oder weniger großem Realitätsverlust und Realitätsverzerrung. Es werden künstliche Realitäten erzeugt und Realität wird verfremdet. Wirklichkeiten und Möglichkeiten werden verwechselt. (Analog dazu im Sprachgebrauch: Verwechslung von Indikativ und Konjunktiv.) Andererseits kann ein Teil der Realität durch Hyperrealisierung bzw. in Form von Hyperrealität zu eindeutig und zu einseitig werden.|

##### zu a4: Störung der Einheit

Bezüglich der Es-Wirkung in diesem Aspekt kann man formulieren:   
Es **chaotisiert** oder **spaltet** oder fusioniert untergeordnete Wirklichkeitsbereiche.  
Dadurch wird ein relativer Unterschied zum absoluten Gegenteil gemacht. Es gibt dann nur absolut wahr oder absolut unwahr, richtig oder falsch, schwarz oder weiß, nur gut oder böse, nur Alles oder Nichts, nur Freund oder Feind, nur für mich oder gegen mich, nur Heilige oder Huren usw.  
(Siehe auch [Störung der Einheit der Person](#_a4_Störung_der), [Spaltungen und Fusionen](#_Schizophrene_Symptome_und) in der Schizophrenie.) |

##### zu a5: Störung des Unbedingten

Die Es **verunsichern**, fehlprogrammieren oder **determinieren** und fixieren in diesem Aspekt vor allem. Das entsprechende Es entbindet völlig, lässt völlig los oder erzeugt Fixierungen, fremdes Unbedingtes, stellt Vorbedingungen, nötigt, lässt keine Ausnahme zu.

##### zu a6: Störung der Prioritäten

Die Es **entwurzeln** bzw. **nivellieren, verrücken** oder extremisieren in diesem Aspekt.  
Die Es machen eigentliches Unbedingtes und Primäres zum Sekundären oder negieren es.   
Sie erzeugen auch „Hyperzentren" und „Hyperursachen" (z.B. in Form falscher Ursachen).   
Auch: Folgen werden wie Ursachen/ und Ursachen werden wie Folgen oder Nichtiges.   
(Näheres siehe `[Ursachen und Folgen](#_Ursachen_und_Folgen)´!)   
Die Es sind so oft wie Exponenten: Sie potenzieren etwa eine negative oder positive Situation. Auch: Die Es dieses Aspektes haben zusätzlich die Wirkungen der Es der anderen Dimensionsaspekte.  
Die Es führen auch zu mehr oder weniger großem Verlust der Übersicht Meta-Level / "Horizont". Parallele in der Literatur: "The lost horizon" von James Hilton.|

##### zu a7: Störung der Unabhängigkeit

Die Es **entselbstständigen, beherrschen** oder automatisieren vor allem in diesem Aspekt.  
D.h. WPI wird durch sie v.a. entselbstständigt, beherrscht oder automatisiert.|

### Es-Wirkungen auf die Differenzierungen

#### Die 4 Hauptdifferenzierungsbereiche SLQ Z

##### Übersicht über die Veränderungen:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| (Tab. 12) | Es macht: | | |
| Opferbereich | Störungsbereich, Gegner | Hyperformen, Partizipanten[[270]](#footnote-270) |
| 1. Sein  2. Leben  3. Qualitäten 4. Zshg. Subj/Obj. | Es zerstört  tötet  dequalifiziert  dekontextualisiert desubjektiviert | Es materialisiert  funktionalisiert  fehlqualifiziert  fehlkontextualisiert   instrumentalisiert  (zum Objekt gemacht) | Es ideologisiert  hypervitalisiert  hyperqualifiziert  hyperkontextualisiert hypersubjektiviert |

##### zu I. Störung und aung des Seins

|  |
| --- |
| „Es geschieht immer das gleiche in der Geschichte:  Ein Ideal, eine erhabene Idee vergröbert sich, wird materialisiert.“ (B. Pasternak) |

Die Es stören und verwechseln Materie und Geist.  
Die Es **zerstören, materialisieren** (Reifikation)oder **ideologisieren** WPI.   
Das bedeutet auch, dass in diesen Es-bestimmten 2. Wirklichkeiten **mechanische bzw. physikalische Gesetzmäßigkeiten und Abläufe in den Vordergrund** treten und über den Geist¹ dominieren können (oder ein Geist² dominiert). Es bedeutet auch, dass dieses zweitrangige Sein entweder ein überwiegend Materielles, Objekthaftes, Dingliches ist und dass diese Wirklichkeiten eintöniger und mechanisierter sind und die Personen, die so konstituiert sind, in die Nähe von Robotern und Maschinen kommen und eine entsprechende Dynamik v.a. im Sinne von Funktionen haben - oder es ist ein chaotisches Sein voller `fremder Geister´ oder es besteht beides nebeneinander.   
(Siehe auch entsprechendes Erleben v.a. in einer Psychose. Dazu später mehr).|

##### zu II. Störung und Umkehrung Lebens

Die Es stören und verwechseln Leben und Funktionieren.   
Das prinzipielle Geschehen in diesem Aspekt lautet:  
Die Es gewinnen an Leben und Vitalität und WPI **funktioniert nur** noch oder stirbt   
(→ Lebendiges escheint tot und Totes erscheint lebendig).  
Nur in der Rolle eines Partizipanten wird WPI vorübergehend hyperbelebt.|

##### zu III: Störung und Umkehrung der Qualitäten

Die Es stören und verwechseln die Qualitäten.  
Die Es in diesem Aspekt haben an absoluter Qualität gewonnen (und bauen diese noch aus) und geben WPI nur noch eine relative oder keine Qualität mehr. Sie **dequalifizieren** und **fehlqualifizieren** WPI. Die Fehlqualifikation kann auch darin bestehen, dass sie WPI in der Rolle von Partizipanten eine übergroße, quasi-absolute Bedeutung geben. Diese kann, wie für sie selber, positiv (= hyperpositive Effekte) oder negativ konnotiert sein.   
Die Wirkungen der Es kann ebenso in einer Umkehrung von Qualitäten bestehen, z.B. darin, dass die Es negative oder positive Qualitäten verkehren. Positives wird negativ (Zuviel des Guten wird schlecht!) und Negatives wird positiv. (→ [Faszination des Negativen und Bösen](#_Faszination_des_Negativen))|

##### zu IV: Störung der Subjekte, Objekte und Kontexte

Die Es stören und verwechseln Subjekte und Objekte.   
Die Es, als ursprüngliche Objekte, sind durch die Inversion in eine Subjektrolle gekommen und machen ursprüngliche Subjekte, vor allem Personen zu Objekten, die von ihnen abhängen. WPI² ist so nicht mehr Herr Im eigenen Hause und wird verändert.|  
Diese Subjekt-Objekt-Umkehrung bespreche ich bei den Es-Wirkungen auf die Person näher   
(→ [Subjekt-Objekt-Umkehr](#_Die_Subjekt-Objekt-Umkehr)).   
Die Es machen in diesem Aspekt weiterhin Störungen der Zusammenhänge:   
Relative Zusammenhänge werden zu unbedingten, absoluten Zusammenhängen   
(z.B. Schuld - Strafe) und, parallel dazu, relative Trennungen zu absoluten.   
Es entstehen dadurch nebeneinander Fehlverbindungen und Fehltrennungen.

Ausführlicher behandele ich diese Themen später in →  
`[Die Es verändern P als Subjekt, die Objekte und personale Zusammenhänge](#_IV._Die_Es)´.

#### Änderung der Einheiten

##### 1. Negierung (Alles oder Nichts)

„Seit Kopernikus scheint der Mensch auf eine schiefe Ebene geraten.   
 Er rollt immer schneller nunmehr aus dem Mittelpunkt weg - wohin? Ins Nichts?“ (F. Nietzsche)

Die Hauptwirkung in diesem Aspekt ist: Die **Es vernichten**.  
Genauer: sie erzeugen Alles² v.a. aber Nichts\*.[[271]](#footnote-271)|  
Als Ideologien treten sie vor allem in Form von Totalitarismus, Reduktionismus und Nihilismus auf. Sie wirken auf WPI vor allem nihilistisch, totalitär oder reduktionistisch, sodass WPI vor allem vernichtet, vereinzelt, z.T. aber auch (als Partizipanten) totalisiert wird. Dadurch kommt es insbesondere zu einem Verlust von erstrangigem Alles, Einzelnem.   
Die Wirklichkeit erscheint deshalb entleert, vereinzelt oder aber totalisiert.   
Die Spaltung, die daraus resultiert, können wir „Alles-oder-Nichts-Spaltung“ nennen.   
Es „will“ Alles² oder Nichts\*. WPI wird nach dem Alles-oder-Nichts-Gesetz programmiert und reagiert dementsprechend. Hierher gehört auch die zunehmende Digitalisierung des Lebens mit allen Vor- und Nachteilen. Wenn das Materielle digitalisiert wird, hat das eher Vorteile, wenn jedoch der Mensch insgesamt digitalisiert wird,[[272]](#footnote-272) entstehen erhebliche Nachteile, denn das Lebendige verschwindet.[[273]](#footnote-273) (→ Dichotomie).

##### 2. Profanierung

Die Hauptwirkung in diesem Aspekt ist: Die **Es profanieren**.|  
Die Es als Ideologien vor allem in Form von Aberglauben, Spiritismus, Säkularismus und Atheismus profanieren, verteufeln oder vergötzen WPI. Dadurch verliert WPI vor allem erstrangiges positives Absolutes (Gott, Liebe, Sinn), dadurch entsteht ein Zustand von Gottlosigkeit, Lieblosigkeit und Sinnlosigkeit oder fremde Gegenteile.|

##### 3. Verdinglichung

Die Hauptwirkung in diesem Aspekt ist: Die **Es verdinglichen v.a. Personales** (und personalisieren sich u.a. Dinge) oder die Es erzeugen Fremd- oder Hyperpersonales.[[274]](#footnote-274)|

##### 4. Überanpassung

Die Hauptwirkung in diesem Aspekt ist: Die **Es entindividualisieren und überanpassen**, vermassen.  
**(Ausführliche Darstellung von Punkt 3 bis 5 siehe Kapitel `**[Es-Wirkungen auf die Person](#_5._Es-wirkungen_)**´.)**

##### 5. Entgeistigung, Entseelung

Die Hauptwirkung in diesem Aspekt ist:   
Die **Es machen seelen- und geistlos und somatisieren** (sich, etwas).  
Die Es negieren oder töten eigentliches Geistiges, Seelisches oder Körperliches oder verändern dieses. In entsprechenden Systemen entstehen Zustände von Geist- und Seelenlosigkeit, z.B. Etwas wird sinnlos oder geistlos /oder ideologisiert.   
Es-Wirkungen dieses Aspektes finden sich in allen Ideologien, sonst, bezüglich des Geistigen, z.B. im Spiritismus, bezüglich des Seelischen am ehesten im Psychologismus, bezüglich des Körperlichen im sogenannten Healthismus und Hedonismus.|

#### Zu weiteren Differenzierungsaspekten

Näheres siehe ungekürzte Fassung.  
Einzelne Beispiele zu diesen Aspekten werde ich im Kapitel der Es-Wirkungen auf die Person anführen.

### Das Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten

„Wie wirklich ist die Wirklichkeit?“ (Paul Watzlawick)

„Die Wirklichkeit, von der wir sprechen können, ist nie die Wirklichkeit an sich ...“ (Werner Heisenberg)

Normal ist in unserer Welt, dass nebeneinander viele, ganz unterschiedliche, auch widersprüchliche Wirklichkeiten (WPI) existieren. Das trifft auch auf die Person und ihre Psyche zu, obwohl wir ja sonst eher davon ausgehen, dass es etwa nur *einen* Willen, *eine* Auffassung, *ein* Gefühl usw. für eine Person bezüglich einer Sache gibt oder dass man etwas / eine Wirklichkeit ganz eindeutig definieren könnte.   
Dieses Nebeneinander ganz unterschiedlicher und sogar gegensätzlicher Wirklichkeiten hat schon immer die Menschen bewegt:[[275]](#footnote-275)

• Siehe etwa die `Zwei-Reiche-Lehre´ von Luther.  
• I. Kant unterscheidet `geistige und sinnliche´ Welt.   
• Boris Pasternak „Alles was geschieht, scheint sich nicht nur auf der Erde abzuspielen, wo man die Toten begräbt, sondern zugleich auf einer höheren Ebene, die von den einen das `Reich Gottes´, von anderen `die Geschichte´ oder ähnlich genannt wird.“[[276]](#footnote-276)  
• Nach Kierkegaard ist „der Mensch eine Synthese von Unendlichkeit und Endlichkeit, von Ewigem und Zeitlichem, von Freiheit und Notwendigkeit.“[[277]](#footnote-277)

Philosophische Anmerkung (ein Versuch)

Es gibt, so glaube ich, verschiedene „Wirklichkeiten“.   
Ich unterscheide eine erstrangige, eigentliche Wirklichkeit von zweitrangigen, fremden „Wirklichkeiten“.   
• Die erstrangige, eigentliche Wirklichkeit umfasst auch alle möglichen relativen Wirklichkeiten. Sie ist ein Ganzes mit unendlich vielen relativen Wirklichkeitsanteilen.  
Das Absolute dieser Wirklichkeit(en) ist - religiös gesehen - Gott. Die ganze, erstrangige Wirklichkeit ist in Gott. Gott ist aber noch mehr als das.

Die relativen, bedingten Wirklichkeitsformen sind Teile der erstrangigen, eigentlichen Wirklichkeit. Diese relativen Wirklichkeitsformen können für sich allein stehend nicht in Anspruch nehmen, absolut zu sein, sondern sie erhalten ihre Erstrangigkeit nur durch das übergeordnete eigentliche Absolute.   
 Zu jeder relativen Wirklichkeitsform gibt es, relativ gegenteilige Wirklichkeitsformen, aber keine konträren, kontraduktirischen. Die erstrangige Wirklichkeit ist deshalb widerspruchsfrei.

Die erstrangige Wirklichkeit schließt nicht nur objektive, sondern auch subjektive Wirklichkeiten mit ein.   
Man könnte sie `Meta-Wirklichkeit´ nennen. Die erstrangige Wirklichkeit ist stärker als alle zweitrangigen, fremden „Wirklichkeiten“ und kann diese kompensieren.  
• Werden relative Wirklichkeiten isoliert betrachtet und verabsolutiert, so entstehen zweitrangige „Wirklichkeiten“ mit einem fremden Absoluten. Im Falle dieser zweitrangigen Wirklichkeiten wird ein relatives Gegenteil zum absoluten Gegenteil. Es entstehen deshalb unvereinbare Widersprüche.

• In unserer Welt bestehen erstrangige und zweitrangige Wirklichkeiten zusammen. Religiös gesehen: Wir leben in einer Zwischenwelt, die himmlische, aber auch dämonisch Anteile enthält. Dabei durchdringt die erstrangige Wirklichkeit die zweitrangigen Wirklichkeiten und kompensiert diese, löst sie jedoch nicht auf. Das heißt unsere Welt und wir Menschen bleiben erlösungsbedürftig durch Gott.  
Wenn von `Wirklichkeit´ die Rede ist kann damit jede der genannten Wirklichkeiten gemeint sein. Und Watzlawick stellt mit Recht die Frage „Wie wirklich ist die Wirklichkeit“. Und wenn von `Wirklichkeitsanpassung´ und `Realismus´ gesprochen wird, bleibt unklar, was genau damit gemeint ist.  
(→Wirklichkeitsanpassung, → Realismus)  
Wenn man eine Antwort darauf sucht, welche Wirklichkeit denn nun die `wirklichste´ sei oder an welche man sich `anpassen´ sollte, so wäre das aus meiner Sicht die erstrangige Wirklichkeit bzw. das erstrangige Personale.

###### Vergleich von erstrangiger (WPI¹) und zweitrangigen Wirklichkeiten (WPI²)

Hinweise: Die nachfolgende Charakterisierung der 2. Wirklichkeiten ist idealtypisch, denn tatsächlich sind diese W² immer auch von mehr oder weniger 1. Wirklichkeit durchdrungen. Eine Übersicht über den Charakter der zweitrangigen Wirklichkeiten findet man in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in Spalte N. Wenn nicht anders bezeichnet, ist mit der erstrangigen Wirklichkeit die positive gemeint.  
   
Im Folgenden nur die wichtigsten Unterschiede:  
⦁ Die W² sind fremde, uneigentliche und unwirklichere Wirklichkeiten als W¹.   
W¹ ist die „wirkliche“, eigentliche Wirklichkeit. Die erstrangige positive Welt kann man auch Himmel nennen und die erstrangige negative Welt Hölle.  
⦁ Die 2. Welten sind Zwischenwelten. Sie grenzen an den Himmel einerseits und die Hölle andererseits.   
⦁ W² ist ein kompliziertes, vielfach gespaltenes Uniformes.   
W¹ hat keine Uniformität, sondern ist eher unendlich vielfältiges Einheitliches.  
• Die 2. Welten haben zwei bzw. drei gespaltene Hauptcharakteristika: Alles und Nichts bzw. +\*, –\* und 0\* bzw. dafür\*, dagegen\*, null\*.  
Die 1. Welt hat nur ein Hauptcharakteristikum, das +A¹/ die Liebe.   
⦁ Die *R*-Anteile in W² müssen funktionieren, sonst werden sie ohne Gnade liquidiert.   
Die 1. Welt integriert alle positiven und negativen Relativa in ihrem Bereich.   
Relative Qualitätsunterschiede werden dabei nicht verwischt.  
• In W² ist alles mehrdeutig, multikausal, multifaktoriell usw. Nur die 1. Wirklichkeit ist eindeutig. [[278]](#footnote-278)  
• In W² herrscht Abhängigkeit, in W¹ Freiheit.  
⦁ Die Es bzw. fA der 2. Wirklichkeiten wirken v.a. störend und negativ (z.B. bedrücken, engen ein, spalten ab usw.). Das +A der 1. Wirklichkeit kann zwar manchmal negativ erlebt werden, hat aber immer ein positives Ziel.  
⦁ Die 2. Wirklichkeiten sind untereinander zerstritten oder sind falsche Freunde.   
In der ersten Wirklichkeit sind die „Elemente“ zueinander sich freund, aber nicht unkritisch.   
⦁ In den 2. Wirklichkeiten dominiert das Dinghafte und die Funktionalität.   
Die erste Wirklichkeit wird von einem lebendigen und freiwilligen Geist beherrscht, der auch der Heilige Geist genannt wird.   
⦁ In den 2. Wirklichkeiten findet man viel Angst und Enge, Konkurrenzdenken und Neid. Sie gleichen Armeen, in denen Befehle gegeben werden, die Gehorsam fordern, sonst wird bestraft.   
In der ersten Wirklichkeit dominiert die Liebe. Hier wird nicht befohlen, sondern orientiert. Sie ist nicht streng hierarchisch aufgebaut.  
⦁ Die zweiten Wirklichkeiten funktionieren eher maschinenhaft. In ihnen herrschen Gesetze ähnlich wie in der Mechanik/ Physik (d.h. unlebendiger, funktionaler) oder keine.   
STW: Mensch und Maschine.   
In der ersten Welt hat das Personale, Freie und Schöpferische Priorität.  
⦁ Die zweiten Wirklichkeiten stehen der ersten feindlich gegenüber und können diese nicht integrieren.   
Die erste Wirklichkeit kann die zweiten Wirklichkeiten integrieren und versucht, diese zu korrigieren, bekämpft sie aber nicht. Das Göttliche durchdringt alles Weltliche (außer das ‒A), ohne mit ihm identisch zu werden. Z.B. Jesus ist in den letzten Winkel der Welt (W²) gegangen, ohne sich mit ihr gleich zu machen.  
⦁ W² benötigen „Futter“, Nachschub, denn deren fA sind hungrig. Das fA (der Götze), als Zentrum von WPI², ist pseudoautonom und überabhängig zugleich.   
+A (Gott, die Liebe) dagegen gibt freiwillig, ist autonom. W¹ ist gesättigt.  
⦁ W² hat Kehrseiten. W¹ hat keine Kehrseiten.   
⦁ Ein Symbol der zweiten Welten ist die Ellipse als Zeichen des Unrunden. Im Yin-Yang-Symbol ☯ sehe ich ein Symbol einer sich (noch) im Gleichgewicht befindlichen 2. Wirklichkeit.   
Der 1. Welt kann man als Symbol am ehesten den Kreis oder die Kugel zuordnen (STW `Philosophie der Kugel´): Es bestehen fließende Übergänge, jeder Punkt auf der Kugel ist ein Mittelpunkt!   
• Die Dynamik wird in W² durch fremde Absolutheiten bestimmt. Diese erzeugen zu Beginn häufig kurze Hochs (`+Hyperqualitäten´), gefolgt von langen Tiefs.   
In W¹ findet man dagegen anfangs oft ein kurzes Tief, das meist Widerstand hervorruft, gefolgt von einer stabilen positiven Phase.  
• In W² gibt es wenig Zwischentöne, wenig Spielbreite, es herrscht das Alles-oder-Nichts-Prinzip.  
In W¹ bestehen die relativen Anteile nebeneinander. Es gibt viele Zwischentöne. Die Spielbreite umfasst alle relativen Anteile, auch die fA (!). (Abb. 33)

R²-bereich

+  
fA

–  
fA

R¹-bereich

+A

–A

|  |  |
| --- | --- |
| Die erstrangige Wirklichkeit, die sich von +A bis −A erstreckt, zeigt qualitativ ein Kontinuum mit unendlich vielen relativen Zwischenstufen. Lediglich ‒A wird nicht integriert | Der Relativbereich in W² zwischen einem +fA und −fA hingegen zeigt keine Zwischenstufen, sondern ist schwarz-weiß bzw. Alles-oder-Nichts konfiguriert. |

###### Zu Begriffen und der Sprache der 2. Wirklichkeiten

Atheistische Weltanschauungen kennen nur 2. Wirklichkeiten. Sie zeigen die Welt in der Regel von ihrer materialistischen, mechanistischen, dialektischen bzw. dualistischen und deterministischen Seite (und wohl seltener aus ieadlistischer Sicht). Relatives oder Absolutistisches steht im Vordergrund. Sie sehen nicht mehr das Transzendente, Geheimnisvolle, Wunderbare, Schöpferische, Nichtmessbare, Geistige, weil es nicht direkt zu fassen und nicht beweisbar ist. Max Weber sprach von der „Entzauberung der modernen Welt“. Beispiele: Die Psychoanalyse geht in der Charakteristik der Person nur vom Bestehen 2. Wirklichkeiten bzw. vom zweitrangigen Personalen aus.   
Die drei Hauptinstanzen Freuds (Es, Ego und Über-Ich) sind letztlich Instanzen einer verfremdeten bzw. kranken Person. Sie sind auch dementsprechend definiert. S. Freud verwendet auch sonst eine Vielzahl mechanischer Begriffe, etwa wenn er vom `psychischen Apparat´, vom Menschen als `Objekt´, von der `Triebabfuhr´ u.v.a.m. spricht.[[279]](#footnote-279)  
Weitere Autoren, die in dieser „Sprache der 2. Wirklichkeiten“ sprechen, sind etwa Marx („Der Mensch ist Produkt der gesellschaftlichen Verhältnisse.“) und andere Materialisten oder verhaltenstherapeutisch ausgerichtete Autoren, die den Menschen vor allem unter dem Aspekt des Reiz-Reaktions-Modells sehen und deren Sprache entsprechend ist.  
Sprache und Begriffe der erstrangigen Wirklichkeit sind adäquat und eindeutig. Allerdings besteht unsere Welt, wie gesagt, nicht nur aus erstrangiger Wirklichkeit und ist auch deshalb nicht ganz eindeutig bestimmbar.

###### Woran erkenne ich zweitrangige Wirklichkeiten?

An Verabsolutierungen und Negationen. An Alles-oder-Nichts-Situationen. Häufig an einem unbedingten Müssen,[[280]](#footnote-280) das uns Menschen zwar vorübergehend Orientierung und Sicherheit gibt, uns aber langfristig überfordert. Hinter einem Muss steckt i.d.R. ein fA, das uns beherrscht und zwingt.   
Laufen nicht die meisten Tragödien nach dem Muster ab, dass wir glauben, etwas unbedingt zu müssen und uns deshalb radikalisieren, verabsolutieren, nach etwas gieren, nicht verzichten können? Oder Erpressungen nach dem Motto: „Du musst das oder das tun/ geben, sonst nehme ich Dir Dein +fA und drohe mit dem −fA?“ Relative bzw. Sachprobleme werden dann persönlich genommen. Besonders im Streit oder Krieg geht alles ins Extreme und die dahinterstehenden fA werden schonungslos sichtbar. Einige `fA-Träger´ „profitieren“, die übrigen werden geopfert.[[281]](#footnote-281)  
Ab einem bestimmten Punkt geht es dann immer um Alles-oder-Nichts, um Dafür oder Dagegen. Ein Ausstieg oder Überstieg aus einer bestimmten Situation ist dem Betreffenden schwer möglich. Er hat dann kaum noch Wahlfreiheit. Ähnlich ist die Situation des psychisch Kranken. (Siehe auch Abschnitt `Verkehrte, paradoxe Welt´ unten.)|

###### „Vorteile“ der 2. Wirklichkeiten anhand des Fremd-Selbst

• Das Fremd-Selbst (fS) kann das Selbst in gewisser Weise ersetzen und wir scheinen unmittelbaren Zugriff darauf zu haben.  
• Ein Fremd-Selbst kann +Hyperfolgen, wenn auch um einen hohen Preis, erzeugen.  
• Ein Fremd-Selbst verspricht absolute Verfügungsgewalt über das Absolute.  
• Mit einem Fremd-Selbst lassen sich die Nachteile eines anderen Fremd-Selbst ausgleichen.  
 (Näheres siehe ungekürzte Fassung und Abschnitte `Widerstand´ und `Krankeitsgewinn´ später.)

###### „Nachteile“ der 1. Wirklichkeit anhand des eigentlichen Selbst

Parallel zu den Vorteilen der Fremd-Selbsts seien kurz die „Nachteile“ des eigentlichen Selbst aufgeführt. Wir haben zwar in der ersten Wirklichkeit ein +Selbst umsonst. Das bedeutet aber auch:   
• Das Selbst lässt sich nicht weiter vergrößern, wenn nicht ein aufgeblähtes Fremd-Selbst daraus werden soll.   
• Ich habe, außer der Tatsache, dass ich mich für ein solches Selbst entscheide, sonst keinen Einfluss auf das Selbst, denn es läuft von selbst. Das fS aber kann ich scheinbar beherrschen, auch wenn es mich letztlich selber beherrscht.   
• Letztes Selbstbestimmungsrecht, das zum Selbst gehört, bedeutet auch Selbstverantwor-tung. Das erste haben wir gern, das zweite ungern.   
• Alle Menschen haben das eigentliche Selbst, wenn sie es wollen. Aus dieser Sicht kann sich kein Mensch über die anderen Menschen erheben.   
• Schließlich hat das Selbst mit Transzendenz, mit Gott, mit den letzten Dingen und so auch mit dem Tod zu tun. Das verdrängen wir gerne.   
• Wir müssen auch Abschied nehmen von der Vorstellung, gute Taten hätten gleich und unbedingt gute Folgen und schlechte Taten hätten gleich und unbedingt schlechte Auswirkungen.|

###### Verkehrte, paradoxe Welt

Wir alle, ob gesund oder krank, leben in mehr oder weniger verrückten inneren und äußeren Welten voller Paradoxien. Ich nannte sie summarisch„invertiert“, also verdreht, umgekehrt.  
So schreibt die Frau des russischen Schriftstellers Lew Tolstoi in ihrem Tagebuch:   
„So merkwürdig es klingen mag; Die vergangenen Monate, als Lew Nikolajewitsch krank war, sind für mich ... die letzte glückliche Zeit meines Lebens gewesen. Ich war glücklich, ihn Tag und Nacht pflegen zu können, hatte eine Aufgabe, deren Sinn nicht angezweifelt werden konnte, die einzige, zu der ich fähig bin: mich selbst für den geliebten Menschen aufzuopfern. Ich war umso glücklicher, je beschwerlicher mir alles fiel.“[[282]](#footnote-282)  
Doch dieses „Glück“ konnte nur vorübergehend sein und musste zunehmend Hass und Depression Platz machen. Denn je mehr sich seine Frau für Tolstoi aufgab, umso mehr musste sie ihn auch hassen, weil diese Art von Liebe sie auffraß. Diese Hassliebe hat sie ihr Leben lang begleitet. Wenn er krank war konnte sie aus zwei Gründen glücklich sein: 1. weil sie die oben genannten Absolutheiten (Fremd-Selbsts) erfüllte und sich durch ihr fixiertes Helferideal besonders bestätigt fühlte und 2. weil durch seine Krankheit ihre aggressiven Gefühle ihm gegenüber befriedigt wurden.  
Wie Goethe klagte auch Hölderlin darüber, wie schwer Glück zu ertragen sei.   
Paulus schreibt, er täte das Böse, das er nicht wolle.   
L. Völker hat einen Band mit Gedichten unter dem bezeichnenden Titel: „Komm, heilige Melancholie“ zusammengestellt, in dem Dutzende von Dichtern die Vorteile von Trauer und Depression beschreiben.[[283]](#footnote-283)  
Diesen Widerspruch, das Negative dem Positiven vorzuziehen, gibt es in unendlichen Variationen. Sie reichen von alltäglichen Paradoxien und Widersinnigkeiten bis hin zu schweren, aber eben auch positiv erlebten Selbstquälereien und -zerstörungen. Sie erscheinen immer wieder geheimnisvoll und erschreckend, faszinierend und furchtbar. Obwohl wir uns tausend Mal vorgenommen haben, es beim nächsten Mal anders zu machen, wiederholen wir es aus unbegreiflichen inneren Kräften heraus.   
Die Existenzialisten haben nicht ohne Grund von der Absurdität unseres Lebens gesprochen (Camus, Sartre).[[284]](#footnote-284)

Warum zerstören wir etwas, das wir doch lieben oder lieben etwas, das wir doch hassen?  
Warum macht man manchmal das Gegenteil von dem, was man will?  
Wie können solche widersprüchlichen Gefühle überhaupt in uns sein?  
Wie kann es dazu kommen, dass ich das Negative dem Positiven vorziehe?   
Warum lieben manche Menschen solche, die sie demütigen und ausbeuten?   
Warum heiratet eine Frau wieder einen Trinker, obwohl die erste Ehe ein Martyrium war?  
Warum suchen wir Probleme, statt froh zu sein, endlich mal keine zu haben?   
Ja, warum suchen wir manchmal direkt das Leid und fürchten das Glück?  
Wie kann es kommen, dass man lieber krank ist als gesund, lieber tot als lebendig, lieber abhängig als frei?  
Wie kann man die Absurdität verstehen, dass Menschen Lust empfinden, wenn sie geschlagen werden?   
Warum halten Menschen gegen alle Vernunft an einem Wahn fest?

Hunderte solcher Fragen könnte man stellen und ich meine, sie betreffen in der Tiefe immer wieder die Frage nach dem Selbst und dem Fremd-Selbst bzw. die Frage nach dem Absoluten und Relativen und lassen sich m.E. von dort am ehesten beantworten.  
Darauf eine kurze Antwort: Hat das +A bzw. das Selbst Priorität gegenüber dem Relativen, dann treten diese Verrücktheiten so nicht auf, sondern höchstens in Form von relativen Widersprüchlichkeiten, die aber in einem größeren Zusammenhang gelöst sind. Setzt sich jedoch das Relative an die Stelle des Absoluten und des Selbst, dann bildet sich diese verkehrte Welt, in der das Positive negativ, das Kranke günstig, das Gesunde ungünstig usw. werden kann.|(Siehe auch unter STW `Paradoxien´.)

##### Gleiches in verschiedenen zweitrangigen Systemen (WPI²)

Man findet gleiche Phänomene in zweitrangigen Wirklichkeiten und zweitrangigem Personalen;   
Da wie dort finden wir Ähnliches: äußere bzw. innere  Unterdrückung (da Diktatur, dort Psychose), Zwang, Verfolgung, inneres bzw. äußeres Gefangensein usw. - nur mit dem Unterschied, dass P² zugleich sein eigener Täter und Opfer, Verfolger und Verfolgter geworden ist.   
Selbst befehlende Stimmen und alle anderen totalitären Charakteristika können wir im Betroffenen wie in einer entsprechenden Außenwelt wiederfinden. Wie viele psychisch Kranke haben nicht solche totalitären, krankmachenden Instanzen von ihrer Umgebung übernommen!  
Eine Parallele findet man auch zwischen den Gedanken eines psychisch Kranken und der Sprache eines totalitären Systems (System²), wie sie beispielsweise Victor Klemperer in „LTI“ aufgezeichnet hat.|

#### Zu einzelnen Systemen

##### Gesellschaftssysteme

Viele Gesellschaftssysteme zeigen die Folgen oben genannter Es-Wirkungen, z.B. Spaltungen in: arm/ reich; mächtig/ ohnmächtig, lebendig/ tot usw. Oder in Form konträrer Gesellschaftsordnungen wie Kommunismus/ Kapitalismus; oder in Form tödlicher Ideologien, deren Folge Holocaust, Genozide, Rassenwahn, Nationalismen usw. sind. Auch sie sind nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip aufgebaut, bzw. in Opfer-, Störungs- und partizipierende Bereiche einteilbar.  
Alle 2. Wirklichkeiten zeigen mehr oder weniger die o.g. Charakteristiken und dies umso ausgeprägter, je mehr, wie erwähnt, Negatives positiv verabsolutiert oder Positives negativ verabsolutiert wurde. Anders gesagt: In einer Gesellschaft, in der Brutalität und Menschenverachtung, Aggressivität, Krieg usw. positiv bewertet sind und gleichzeitig gegenteilige Strömungen unterdrückt werden, wird sich umso mehr der negative Charakter dieser 2. Wirklichkeiten zeigen, während andererseits eine Gesellschaft, in der das Humane, Friedliebende hochgehalten wird und damit der eigentlichen positiven Welt sehr ähnlich ist, weniger gestört, weniger verfremdet und auch weniger gespalten ist. Dennoch wird sich auf dieser Erde keine noch so perfekte Gesellschaft ohne die genannten zweitrangigen Folgen bilden können.   
(Beispielhaft für ein v.a. zweitrangiges Gesellschaftssystem: `Die heile Welt der Diktatur´, Buch von Stefan Wolle.)|

##### Umwelten

Die Komplexe der Es und ihrer fA und deren Folgen sind auch außerpersonell zu finden. Etwa in: Umweltschäden, Waffenarsenalen usw. - alle Ausdruck solcher Komplexe und mit (Rück)wirkung auf den Menschen.

##### Virtuelle Welten

Die virtuellen Welten, die zunehmend eine große Rolle spielen, gehören auch hierher, wenn sie den Menschen beherrschen und abhängig machen.

##### Ideologien

Hierher gehören wichtige Geisteshaltungen wie Ideologien, gegebenenfalls Religionen, wenn sie den Menschen beherrschen. Sie sind nicht das Böse an sich, denn alle haben auch positive Anteile. Sie werden durch kollektive fremde Absolutheiten bestimmt. Man sollte sie nicht bekämpfen, sich mit ihnen aber auseinander setzen und versuchen, sie mit ihren positiven Aspekten zu integrieren.  
In der Menschheitsgeschichte gab es die unterschiedlichsten Verabsolutierungen, meistens an den herrschenden Ideologien zu erkennen, mit ihren jeweiligen Vor- und Nachteilen. Immer wieder entstanden neue Formen und Vollzüge, die sich aber letztlich (!) alle gleichen und immer wieder dieselben „Spiele“ repräsentieren.   
Die wichtigsten Ideologien wurden a.a.O. schon genannt.[[285]](#footnote-285)| Deren Bedeutungen für die Menschen sind ja schon länger bekannt. Vor allem die Sozialwissenschaften, insbesondere die Sozialpsychiatrie und die systemischen Therapien beschäftigen sich damit näher. Im Unterschied zu diesen versuche ich hier, schon bekannte Problematiken unter neuen Aspekten zu sehen und darzustellen.   
Ich darf wiederholen, dass ich glaube, dass sich die oben genannten zweitrangigen Formen und ihre Dynamik nicht nur in allgemeiner Form (Umwelt usw.), sondern auch in der Person selber wiederfinden lassen - und beide natürlich miteinander in Verbindung stehen. Sie stellen hier wie dort wesentliche Grundlagen für Krankheiten dar und genauso, wie man von kranken Menschen sprechen kann, kann man in gewisser Weise ja auch von kranken (und krankmachenden) Gesellschaften und Umwelten reden.

Personen und Familien siehe später

Vor allem in `Personale System- und Beziehungsstörungen´.

#### Zusammenfassung

Die allgemeinen Es-Wirkungen kann man wie folgt zusammenfassen:  
Die Es erzeugen neue fremde Wirklichkeiten, die ich zweitrangige Wirklichkeiten nenne.  
Diese sind nach dem Alles-oder-Nichts Muster strukturiert: Entweder wird der unterdrückte Wirklichkeits­bereich ganz an das jeweilige Es angepasst oder er wird als konträr bzw. feindlich angesehen und negiert oder liquidiert/ geopfert.  
Bezüglich der Dimensionen bewirken die Es vor allem folgende Änderungen:  
Negierung und Relativierung; Uniformierung und Verfremdung; Derealisierung und Verfälschung; Chaotisierung und Spaltung (und Fusionierung); Verunsicherung und Fehlprogrammierung; Entwurzelung und Verrückung; Entselbstständigung und Unterdrückung verschiedenster Wirklichkeiten (WPI).  
Bezüglich der Hauptdifferenzierungen bewirken die Es vor allem folgende Änderungen:  
Zerstörung und Materialisierung; Tötung und Funktionalisierung; De- und Fehlqualifizierung; Desubjektivierung und Instrumentalisierung; Auflösung oder fehlerhafte Zusammenhänge.  
Bezüglich der pr Einheiten:   
Vernichtung und Vereinzelung; Verneinung und Profanisierung; Entpersonalisierung und Verdinglichung; Entindividualisierung und Vermassung; Entgeistigung, Entseelung und Somatisierung; Kastrierung und Störung der Liebe.  
Dabei sind die genannten Begriffe eher als „Leitworte“ aufzufassen - weitere entsprechende Begriffe kann man entsprechenden Tabellen der ungekürzten Fassung oder der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) entnehmen.

## Bildung von fremdem, zweitrangigem Personalen (P²)

[Eine Übersicht über das zweitrangige Pesrsonale findet man in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten Q-S]

#### Einführung

Ich habe im dritten Kapitel der Metapsychiatrie beschrieben, wie durch Inversionen neue fremde Entitäten, die `Es´, entstehen können, die Wirklichkeiten allgemein und Personen speziell beherrschen. Wir wollen nun ausführlicher, weil für unsere Thematik wichtig, die Wirkungen dieser Es auf die Person (P) schildern.

Anmerkung: Der Abwechslung halber spreche ich manchmal nur von einem Es, manchmal von den Es im Plural, weil jedes Es auch viele Wirkungen hat.

Verlust an erstrangiger Personalität

Die Bildung von fremdem, zweitrangigem Pesrsonalen geht immer mit einem Verlust an erstrangiger Personalität einher!

Übertragung der Es aus anderen Wirklichkeiten

Die Es können von der Person selber stammen oder auch aus anderen Systemen auf P übertragen werden. Diese Übertragungen laufen über die A-Bereiche. Störungen in der Gesellschaft, wie etwa Spaltungen, können Störungen (etwa Spaltungen) im einzelnen Menschen erzeugen. Die Übertragung der Störung erfolgt aber nicht eins zu eins, d.h. es muss im Individuum nicht dieselbe Störung wie in der Gesellschaft entstehen. Da die Gegensätze dicht beieinanderliegen, entsteht im Individuum häufig auch das Gegenteil!

Vergleich der Es-Wirkung auf die Wirklichkeit allgemein und die Person speziell

Die Wirkungen der Es auf die Person sind ganz ähnlich wie die Wirkungen der Es auf die Wirklichkeit insgesamt.  
Der wesentlichste Unterschied aber ist, dass die Person direkten Zugriff auf den Absolutbereich hat.   
D.h. die Person (P) hat, wie erwähnt, absolute Wahlmöglichkeit. Dagegen hat Nichtpersonales selbst nicht die Möglichkeit, sich für oder gegen eine Inversion zu entscheiden. Erst die Entscheidung oder Identifizierung mit einer Inversion durch eine Person kann eine personale Es-Bildung einleiten. Im Wesentlichen wird dann Etwas zum Personalen und Personales wird wie Etwas.

Person-Es-Umkehr

So wie das Es Teile der Wirklichkeit, wie beschrieben, nach seinem Bild verändert, so verändert es auch Teile der Person nach seinem Bilde. Wir sahen bei der personalen Es-Bildung, wie das Es personenhaft wird.  
In diesem Kapitel nun werden wir besprechen, wie andersherum das Es der Person seinen Charakter aufzwingt.  
Ich nenne diese Umkehrung insgesamt `Person-Es-Umkehr´: Das Es nimmt quasipersonalen Charakter an, wird also wie eine Person, während andererseits der Person der Charakter des Es aufgezwungen wird. Diese veränderten personalen Bereiche nenne ich im Folgenden zweitrangiges Personales = P².   
Immer bestehen aber neben veränderten gestörten personalen Bereichen auch „gesunde” P¹-Anteile, was für die Therapie sehr wichtig ist.

|  |  |
| --- | --- |
| Tab. 13 | |
| Person¹ | Es |
| absolut selbst eigentlich einheitlich unbedingt primär unabhängig  pers. Sein Leben Qualitäten Subjekt | relativ fremd scheinhaft gespalten bedingt sekundär abhängig  Ding, Materie Existieren, Funktionieren fremde Qualitäten Objekt |

Das Es und die Person tauschen so ihre Rollen.  
Das Es wird der Person ähnlich und die Person dem Es ähnlich.[[286]](#footnote-286)  
- Bezüglich der 7 Dimensionsaspekte: Das Es wird einer erstrangigen Person ähnlich: pseudo-absolut, pseudo-eigenartig, pseudo-real, -einheitlich, -autonom, -individuell und -geistig.   
Und eigentliches Personales wird dagegen durch das Es v.a. zu relativ und nichtig, fremd, uneigentlich, gespalten, heteronom, dinglich (materiell) und zu apersonal - also dem Es, wie es eigentlich ist, ähnlich. Dadurch herrscht nun das Es über die Person. [[287]](#footnote-287)  
- Bzgl. der Differenzierungsaspekte kann man formulieren:   
Die Person tauscht letztlich (lebendiges) Sein gegen nur Existieren, Leben gegen Funktionieren, himmlisches Glück gegen irdischen Kick und die Subjektrolle gegen eine Objektrolle ein. Sie tauscht weiterhin Individualität gegen Egozentrizität oder Überangepasstheit, Freiheit gegen Losgelöstheit oder Zwang, Realität gegen Profanität oder Irrealität, Schutz gegen Schutzlosigkeit oder Panzerung usw. ein.[[288]](#footnote-288)  
Da der Absolutbereich der Person eine geistige Dimension hat, das Relative aber mehr materiell und dinghaft ist, kann man auch von einer Geist-Ding-Umkehr in der Person sprechen.

#### Übersicht über alle Anteile des zweitrangigen Personalen (P²)

|  |  |
| --- | --- |
| Einteilung nach | **P² = fremdes Personales** |
| DIMENSIONEN |  |
| Bereich |  |
| A | Fremd-Selbst (fS) |
| R | pers. Partizipanten/ Clan  pers. Kontra- u. gestörte Anteile |
| 0 | Nicht-Selbst u. Opferanteile |
| Rang |  |
| 1. | entfällt |
| 2. | P² |
| 0 | 0P² |
| Richtung |  |
| pro/+ | +P² mit 1 Vorder-, 2 Kehrseiten |
| kontra/− | −P² mit 1 Vorder-, 2 Kehrseiten |
| 0 | P° mit 1 Vorder-, 2 Kehrseiten |
| DIFFERENZIERUNG |  |
| S | fremdes Sein von P² |
| L | fremdes Leben von P² |
| Q | fremde Qualitäten von P² |
| Z | fremde Zusammenhg. von P² |
| P² als fremdes Subjekt |
| Objekte von P²/ P² als Objekt |
|  |  |
| EINHEITEN |  |
| W | fremde Weltsicht von P² |
| P | Fremdes von Anderen in P² |
| Ich | das Fremd-Ich von P² |
| pers. Geist | pers. Ideologien |
| weitere Einzelaspekte | z.B. fremde Gefühle,  fremdes Verhalten usw.[[289]](#footnote-289) Weiter s. Gesamtübersichts- tabelle Spalten O-S (V) |
|  | |

Von den **Bereichen** her besteht P² aus dem sie beherrschen-den Es bzw. Fremd-Selbst im Absolutbereich und dessen relativen Herrschaftsbereich.  
Wie erwähnt, ist das Fremd-Selbst aus primärer Sicht nur scheinbar absolut, es wird aber von dem Betreffenden absolut erlebt.  
Vom **Rang** her ist P² zweitrangig.  
Von der **Richtung** der Wirkung der Es her entstehen drei P²-Anteile:  
1. Pro- bzw. +Anteile (Hyperformen → Partizipanten)  
2. Kontra- bzw. ‒ Anteile  
3. Opferanteile.  
Sonst existieren (noch) freie erstrangige Anteile = Rest-P¹.  
[Weitere Einteilung siehe nebenstehende Tabelle.]  
Die entstandene `Fremd-Person´ (P²) ist prinzipiell in sich gespalten: Sie ist einerseits Es, andererseits v.a. dessen Opfer; sie ist einerseits ihr eigener und fremder Herr und andererseits ihr eigener Sklave; sie ist einerseits ihr eigener Gott/ Götze und andererseits ihr eigener Teufel/ Feind.   
Einerseits wurde das Es der Person wie sie, andererseits Personales wie ein Etwas. Einerseits wurde das Es der Person fremdes Subjekt und andererseits P zum fremden Objekt.  
Die hier vorgestellte Einteilung des zweitrangigen Personalen ist willkürlich. Sie zeigt vor allem den negativen Charakter der entsprechenden Bereiche. Sicher fungiert der Es-Kern in seiner Rolle als zweitrangiges Subjekt überwiegend als Täter und in seinem Machtbereich gibt es die meisten geschädigten und geopferten Anteile, doch müssen wir diese Sicht relativieren, weil das Es, vor allem am Anfang, der Person auch Positives gibt - vor allem in Form von +Hyper-Formen. Durch diese partizipieren bestimmte P²-Anteile vom Es (Partizipanten). Ich wiederhole, weil wichtig, dass wir durch die Es nicht nur Nachteiliges, sondern auch quasi Hyperpositives bekommen wie Hyper-Absolutheit, Hyper-Selbst, Hyper-Identität, Hyper-Schutz, Hyper-Wohlbefinden,[[290]](#footnote-290) Hyperaktivität, Hyper-Vitalität, zu viel Liebe, zu viel Erhöhung usw.

##### Ist das personale Es eine Art Homunkulus in uns?

⦁ Das, was in dieser Arbeit mit dem Begriff des Es gemeint ist, hat einen sehr ähnlichen Charakter mit dem,   
was man unter dem Begriff des Homunkulus versteht. „Es“ und „Homunkulus“ sind sich darin gleich, dass in uns etwas entstehen kann, das fremde aber personenähnliche Eigenschaften besitzt, v.a. eine gewisse Autonomie hat und von der betreffenden Person nicht direkt-willentlich beeinflusst werden kann.  
⦁ Die Ähnlichkeit eines „Es“ bzw. „Homunkulus“ mit einer Person ist m.E. dann am größten, wenn das Es eine Person repräsentiert (z.B. wenn eine Person von dem Betreffenden idealisiert wurde; s.a. Ursachen von Halluzinationen später.)   
• Je nachdem wie schädlich oder nützlich der `Homunkulus´ in uns ist, wirkt er teils wie ein Diktator und Tyrann oder ein Virus oder wie ein Parasit. Im besten Fall lebt er mit uns als „Symbiont“ in einer Symbiose. Er ist so weder *das* Böse noch *das* Gute.  
⦁ Der `Homunkulus´ besteht in der Regel aus einem komplizierten Geflecht verschiedenster Es, die einerseits miteinander paktieren, sich fördern und bahnen, andererseits bekämpfen und hemmen.  
Zu folgenden Themen - siehe ungekürzte Fassung:  
• Androide, Avatar, Alter Ego.  
• Vor- und Nachteile der personalen Umkehrung.  
• Beispiel `Stalin´ und andere.

### Veränderung der personalen Dimensionsbereiche

Jedes Es und seine fA stören mehr oder weniger alle 7 Dimensionsaspekte (DM) der Person.   
Sie stören v.a. das Selbstbestimmungsrecht, Identität, Eigentlichkeit, Einzigartigkeit und Einheit der Person.   
Sie stören die unbedingte Menschenwürde und das unbedingte Lebensrecht, die Gottesebenbildlichkeit, die Unabhängigkeit und Freiheit. Man vergleiche damit die Verletzungen der allgemeinen Menschenrechte.

##### a1 Störung des Absolutbereichs der Person (P)

Die Es, die in diesem Aspekt wirken, haben einen nihilistischen, relativistischen oder absolutistischen Charakter. D.h.   
⦁ Sie *negieren* das personale Absolute. Oder:  
⦁ Sie *relativieren* das personale Absolute, das dadurch auch verfremdet, verfälscht, gespalten, unterdrückt, verrückt und umgekehrt werden kann. Oder:  
⦁ Sie können den Absolutbereich einer Person auch *hyperverabsolutieren*. Etwa dadurch, dass sie einen Teil der Person vergötzen.

**Die Hauptwirkung der Es auf die Person ist deren Negierung.** Dadurch verliert die Person im Machtbereich des jeweiligen Es ihre erstrangige Personalität, damit auch ihr Selbst, ihre Identität und weitere damit zusammenhängende Eigenschaften. P hat nur noch eine relative Mitte.

- Die Person (P) verliert mehr als sie gewinnt

Die Es-*Bildung* verlief nach dem Muster: Ein Es wurde v.a. zu pro (hyper) auch zu fremd (konträr), weniger zu 0.  
Die personalen Veränderungen laufen *umgekehrt*: Im Vordergrund steht die Negierung von P, dann die Verfremdung oder Gegensatzbildung, dann in geringem Umfang auch die Partizipierung. D.h. im Zusammenspiel des Es mit der Person nimmt sich das Es das Meiste, gibt der Person etwas, raubt sie vor allem aber aus. Das Es ist also überwiegend in einer Täterrolle und die Person in einer Opferrolle.

- Der Verlust eines Aspektes ist auch der Verlust anderer Aspekte

Z.B. der Verlust von Identität ist auch der Verlust an Sicherheit, Irrealität, Einheit der Person, deren Erstrangigkeit und Basis, deren Unabhängigkeit; aber auch Verlust an erstrangigem Geist, Leben, Qualität, Subjekthaftigkeit usw. Zusätzlich gehen auch erstrangige Relativbereiche verloren. |

##### a2 Störung der Identität der Person

Die Es dieses Aspektes wirken auf P vor allem *uniformistisch* oder *verfremdend* oder *überidentifizierend*.   
Von den Ideologien könnte man hier insbesondere Uniformismus, Determinismus, Selfismus, Narzissmus und Identitätsphilosophien nennen. Aus dem „Alltagsleben“ kennt man Aussagen wie: „Du bist ganz wie deine Mutter!“ Oder „Du bist ein Nichtsnutz!" „Du bist eine Schlampe!" Aber auch: „Du bist der Größte!" u.ä.  
Ich behandele in diesem Aspekt auch die Themen:

1. Verwandlung und Verfremdung,   
2. Entstehung von Paradoxien,

weil diese wesentlich mit unserer Identität zu tun haben.

1. Verwandlung und Verfremdung [[291]](#footnote-291)

Es existieren Parallelen zu: Transformation, Code[[292]](#footnote-292) oder Chiffre.[[293]](#footnote-293)  
Im Seelenleben werden wir mit dem Phänomen konfrontiert, dass sich seelisch Bedeutsames verwandeln kann. In der (passiven) Richtung von außen nach innen: z.B. Folgen von Aktionen anderer Menschen können verinnerlicht werden. In der (aktiven) Richtung von innen nach außen: Körperliches oder Psychisches äußert sich in Aktionen oder Funktionen. Auf dem Weg von außen nach innen oder von innen nach außen finden also Verwandlungen statt.   
**Sie entsprechen analogen Veränderungen in der Sprache**.  
Ich will dies am Beispiel erläutern. Nehmen wir an, jemand wird in einer chaotischen Familie groß, so kann er dadurch konfus werden. Analysieren wir den Ablauf genau, so findet er in 4 Schritten statt:  
 Der 1. Schritt ist: Die Eltern bringen den Betreffenden durcheinander → 2. Schritt: Er wird durcheinander-gebracht → 3. Schritt: Er ist durcheinandergebracht → 4. Schritt: Er ist konfus. Betrachten wir noch die weiteren Folgen, dann kommt → 5. Schritt: Das fS (hier: die Konfusion\*) wirkt in ihm: es löst auf, entordnet und → 6. Schritt: a) Er desintegriert und b) seine Handlungen werden ungeordneter und irregulärer.   
Was hat sich abgespielt? Ganz allgemein ausgedrückt, haben Aktionen der Eltern etwas in dem Betreffenden entstehen lassen, das von sich aus wirkt und ihn fehlfunktionieren und -agieren lässt.   
 Auch die Sprachanalyse widerspiegelt diese Verwandlung: Aus Verb (durcheinanderbringen) wird ein Substantiv (Konfusion) und diesem entspringt wieder ein Verb. Genauer: 1. Schritt: Verb (durcheinander-bringen) → 2. Vorgangspassiv (wird durcheinandergebracht) → 3. Partizip (ist durcheinandergebracht) →   
4. Adjektiv (ist konfus) und neues Substantiv (die Konfusion) → 5. Verben der Wirkung (es löst auf ...) →   
6. a) Vorgangsverben (er desintegriert) mit b) neuem Adverb (Handlungen und Vorgänge werden ungeordneter und irregulärer.)   
Die Reihenfolge zeigt sehr schön, wie im Betreffenden durch bestimmte Einflüsse, Fremd-Neues entstehen kann, das von sich aus (von selbst!) wirkt und unsere Handlungen und Funktionen (negativ) verändert.   
Diese neuen Bewegungen haben aber nicht mehr denselben Charakter wie die ursprünglichen Aktionen (Primäraktionen) - sie haben mehr funktionalen Charakter, denn sie stammen nicht, wie die Primäraktionen aus dem eigentlichen Ich-Selbst, sondern aus Fremd-Ichs. Allgemein formuliert: Das Ich-Selbst *lebt* vor allem, das Fremd-Ich *funktioniert* oder reagiert mehr.  
 Ich erinnere: Die beschrieben Veränderungen sind aber nur dann möglich, wenn der Absolutbereich der Person betroffen ist, denn im Falle eines intakten Absolutbereichs, wird eine solche Störung kompensiert.  
Hier sei aus Platzgründen nur erwähnt, dass eine Störung selten nur durch ein fA, sondern öfter durch viele fA mit entsprechenden negativen Aktionen entsteht. Beispiel: Man kann nicht nur konfus geworden sein, weil man durcheinandergebracht wurde, sondern auch, weil man desorientiert, entrechtet, unterdrückt, entwertet, infantilisiert ... wurde.|

Abb. 34 Verwandlung und Verfemdung durch Fremd-Selbsts

2. fS

1. fS

außen

fS 1

fS 2

außen

Von innen nach außen:   
Die von einer Person stammenden Aktionen sind durch die Fremd-Selbsts (fS) der Person verfremdet und gespalten.

Person mit  
 zwei

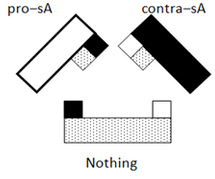
Fremd-Selbsts

Von außen kommende Impulse werden durch die Fremd-Selbsts der Person ebenso verfremdet, wie von innen kommende.

2. Zur Entstehung von Paradoxien

Ich sah Verschiedenes, das gleich aussah  
und Gleiches, das verschieden aussah -   
und ich suchte nach dem Grund.

Hypothesen  
 Paradoxien können entstehen:   
1. Durch Inversionen, d.h., wenn Erstrangiges zweitrangig oder Zweitrangiges erstrangig wird.[[294]](#footnote-294)  
2. Wenn fremde Absolutheiten (fA) ihren Charakter ändern.  
 a) wenn ein oder mehrere gleiche fA gegensätzlich werden,[[295]](#footnote-295)  
 b) wenn ein oder mehrere gegensätzliche fA gleich werden.|[[296]](#footnote-296)  
(Siehe auch `[Paradoxien und Schizophrenie](#_Paradoxien_und_Schizophrenie_1)´ und `[Verkehrte, paradoxe Welt](#_Verkehrte,_paradoxe_Welt)´)



Diese Abb. 35 soll zeigen, dass ein fA drei ganz gegensätzlich konnotierte Teile, bzw. 3 gegensätzliche fA gleich konnotierte Anteile haben können. D.h. man kann also paradoxerweise dasselbe fA ganz gegensätzlich oder ein an sich gegensätzliches Kontra-fA gleich wie ein Pro-fA erleben, wenn seine Kehrseite im Vordergrund steht. Oder man kann auch ein Pro-fA und ein Kontra-fA nichtig erleben.

##### a3 Störung der personalen Wirklichkeit

Die Es, die in diesem Aspekt besonders wirken, stammen, von den Ideologien her, vor allem vom Realismus, Objektivismus und Positivismus. Sie sind hyperrealistisch, verfälscht oder unrealistisch.   
Ihre Wirkungen auf P:  
1. Das jeweilige Es *derealisiert* die Person.  
2. Es *verfremdet* und verkehrt die Person und bringt sie in Widerspruch mit sich und der Umwelt.   
3. Es *überrealisiert* die Person. P dann hat oft einen Ersatzgewinn. Dieser besteht in einer neuen anfangs positiv empfundenen personalen Wirklichkeit.  
Es kommt zu der Paradoxie, dass der Betreffende Irreales an seiner Person für real hält und Reales für irreal.

##### a4 Störung der Einheit der Person

Hauptwirkungen:  
1. Es *spaltet* die Person-  
2. Es *erzeugt neues fremdes* Personales v.a.:

Es erzeugt nf gespaltene personale Teile, die miteinander in Gegensatz und Widerspruch geraten können oder fusioniert/ homogenisiert personale Teile miteinander oder  
3. Es erzeugt neue, fremde (nf) personale Hyper-Einheiten.  
Mögliche Ideologien: Monismus, Synkretismus, Strukturalismus/ Pluralismus, Atomismus, Reduktionismus.  
Paradoxie: Die Person erlebt die eigentliche personale Einheit jetzt als aufgelöst oder gespalten oder personale Teile fusioniert. Eine weitere Paradoxie steht darin, dass ein und dasselbe personale Teil teilweise so, teilweise gegensätzlich erlebt wird.   
(→ [Spaltungen und Fusionen](#_Schizophrene_Symptome_und) in der Schizophrenie.)

###### Zu Spaltungen

Inversionen können Spaltungen in allen Bereichen erzeugen:   
d.h. Spaltungen in allen Dimensions- und Differenzierungsaspekten (z.B. Subjekt-Objekt-Spaltung, Materie-Geist-Spaltung oder Geist-Körper-Spaltung usw.).   
Ebenso wie eine einzelne Person, kann eine ganze Gruppe, ein ganzes Volk (wie überhaupt jedes System) gespalten (aber auch fusioniert, ausgelöscht, bedrückt, geängstigt, verführt usw.) werden. Es gibt dann nur absolut wahr oder absolut unwahr, richtig oder falsch, schwarz oder weiß, nur gut oder böse, nur Alles oder Nichts, nur Freund oder Feind, nur für mich oder gegen mich, Täter oder Opfer, Starke oder Ohnmächtige, Heilige oder Huren usw.  
Doppelbotschaften entstehen durch Spaltungen, Paradoxien, Widersprüchlichkeiten u.ä.,   
zu einseitige, pauschale Botschaften durch Fusionen.

Die Hauptspaltungen bzw. Bruchstellen in P

Abb. 36 Die Hauptspaltungen in P:  
1. Zwischen dem zweitrangigen P² und dem erstrangigen P¹.  
2. Zwischen dem Alles und Nichts von P².  
3. Zwischen den Pro-und-Kontra-Teilen des Alles.  
Weitere Spaltungen können zwischen allen Teilen von P² bestehen.

P¹

**ALLES\***

pro

kontra

NICHTS\*

P²

Kurz zur Subjekt-Objekt-Spaltung

Durch eine Inversion wird ein erstrangiges Subjekt zum Objekt. Als dieses kann es nur als zweitrangiges Subjekt, als Fremd-Ich, fungieren und verliert die ursprüngliche Verbindung zu seinen erstrangigen Objekten.   
Es kommt sowohl zu einer Spaltung zwischen dem fremden Subjekt und den erstrangigen Objekten als auch zu einer Spaltung im Subjektbereich in erstrangiges und zweitrangiges Subjekt.   
Zwischen einem erstrangigen Subjekt und zweitrangigen Objekten entstehen nur relative Widersprüche, weil das erstrangige Subjekt zweitrangige Objekte tolerieren kann.

Kurz zur Gegensatzbildung

Inversionen erzeugen Gegensätze.   
Folge: Nebeneinander von Gegensätzlichem (#). Zum Beispiel:   
Narzissmus # Selbsthass,  
Angst # Wunsch,  
Hass # Liebe²,  
zu viel Nähe # zu viel Distanz.  
(Man kann in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in Spalte N die möglichen Gegensätze in allen Aspekten nachlesen. Sie sind dort einerseits durch ↑ und andererseits durch ↓ gekennzeichnet. Sonst siehe auch `[Es-teile, Gegensätze...](#_Es-Teile,_Gegensätze_Fusionen)´)

###### Zu Fusionen

„Wenn ich `es´ nicht habe, falle ich auseinander.“ Ein Patient  
  
Das Es fusioniert mit Teilen der Person oder fusioniert Teile untereinander. Es ist so, als würden Teile der Person komprimiert, was z.B. das Gefühl geben kann, ein kompaktes Ganzes zu sein, das vor drohenden Spaltungen schützt. Obwohl das vorübergehend auch der Fall sein kann, so werden durch die Fusionen langfristig die Spaltungen eher gefördert. So bestehen Fusionen und Spaltung nebeneinander oder wechseln sich ab.  
Was gespalten werden kann (siehe Abschnitt oben), kann durch die Es auch fusioniert werden. (z.B. Subjekt-Objekt-Fusion, Fusion unterschiedlicher Objekte usw.)

##### a5 Störung der Sicherheit und Freiheit der Person

1. Dieses Es *verunsichert* die Person. Es bewirkt einen Verlust an Sicherheit und Freiheit.   
2. Es *fehlprogrammiert* die Person. Es stellt Vorbedingungen an P, nötigt, zwingt und lässt keine Ausnahme zu. Es kommt auch hier zu Umkehrungen.  
3. Es erzeugt *Hypersicherheiten* und Hyperfreiheiten.   
Jedes Es ist wie ein goldener Käfig in unserer Seele.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Dogmatismus, Determinismus, z.T. Skeptizismus, Libertinismus.|

##### a6 Störung von personaler Basis und „Höhe“

1. Die Es *entwurzeln* und nivellieren P. Sie rauben der Person ihre eigentliche Grundlage.  
2. Die Es *verfremden* und verkehren die personale Basis: was vorher Peripherie war, wird nun Basis und was ursprünglich Basis war, wird jetzt nf Peripherie. Einerseits entwurzelt und unterminiert Es die personale Basis, um sie andererseits zu verrücken, umzukehren und P falsch zu zentrieren. Resultat: Verrücktes, Extremes, Fehl-, Multizentrierungen in P.  
3. Die Es bilden auch personale *Hyper-Zentren*. Die Person hat Ersatzgewinn durch solche neue fremde selbstgewählte personale Mittelpunkte. |  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Fundamentalismus, Radikalismus, Extremismus, Exzentrizität.|  
Insgesamt entstehen Verlust und Störung der personalen Mitte. Aber auch:  
Alle Inversionen bzw. Es und ihre fA führen zu mehr oder weniger großem Verlust an „Höhe“ i.S. von Übersicht/ Metaebene/ „Horizont". (Wichtiges Symptom bei Schizophrenie, siehe dort.)

###### Zu Verlagerung von Ursachen und Problemen

Das Es verlagert, verfälscht die Probleme und kehrt sie um. Wir fragen dann beispielsweise nicht mehr nach den eigentlichen Ursachen unserer Krankheiten, sondern nur nach sekundären Ursachen.  
(Näheres siehe auch `[Ursachen und Folgen](#_Ursachen_und_Folgen)´ in `Metapsychologie´!)|

##### a7 Störung von Selbstständigkeit und Bindung

1. Die Es *entselbstständigen* die Person. Sie rauben der Person ihre Autonomie. Ebenso ihre Geborgenheit.   
2. Die Es *verkehren* /verrücken, umkehren und verfremden die personale *Autonomie* und Bindungen oder  
3. Die Es bilden auch *hyperautonome* Zentren (STW „Selbstläufer“). Die Person hat einen Ersatzgewinn durch neue fremde autonome personale Zentren. Oder P hat den teuren „Vorteil“, dass sie nicht selbstständig sein muss und keine Verantwortung für sich übernehmen muss.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Determinismus, Evolutionismus, Autopoiesien/ Immanenzphilosophie.|  
Insgesamt entstehen Verlust und Störung des autonomen personalen Zentrums.

### Veränderung der personalen Differenzierungsbereiche

#### Hauptdifferenzierungen

##### I. Die Es verändern das personale Sein

Hauptstörungen:  
1. Die Es **zerstören** personales Sein, oder  
2. Die Es stören, verkehren und verfremden personales Sein. Sie bilden nf personales Sein.  
Sie verändern das personale Sein in ihrem Sinne. Das personale Sein wird dem Sein des jeweiligen Es ähnlicher. Sie können es verrücken und umkehren.  
3. Die Es bilden personale Hyper-Formen.|

##### II. Die Es verändern das Leben der Person (Dynamik)

1. Die Es **töten** bzw. devitalisieren Leben, oder  
2. Die Es stören und verändern Leben. Sie ersetzen vor allem Leben durch Funktionieren und Rollenverhalten.

Sie verändern das personale Leben in ihrem Sinne. Das personale Leben wird dem Leben des jeweiligen Es ähnlicher. Die Person² erscheint z.B. als Automat, Maschine, als Funktionär, Apparatschik, Rollenspieler und Lebendiges escheint tot und Totes erscheint lebendig.[[297]](#footnote-297)

Person-Maschine-Umkehr, Leben-Tod-Umkehr.|  
3. Die Es bewirken vor allem anfangs Hypervitalität, „Hyperleben“, Hyperaktivitäten - i.d.R. verbunden mit entsprechend gehobener Stimmung.

##### III. Die Es verändern die personalen Qualitäten

1. Die Es **dequalifizieren** die Person. Es entsteht ein Verlust erstrangiger personaler Qualitäten. (Folge z.B. Schwarz-weiß-Denken, Handeln etc.)   
2. Die Es verändern die Eigenschaften der Person, v.a. indem sie diese verfremden, verkehren und stören. Sie verändern die personalen Qualitäten in ihrem Sinne.   
3. Die Es können personale Hyperqualitäten hervorrufen. (Siehe `Zweierlei Glück´).|

Paradoxie durch Umkehrung der Qualitäten

Die Empfindungen verschiedenster Qualitäten von P² stimmen nicht mit der tatsächlichen Qualität überein. So kann auch etwas Negatives positiv und etwas Positives negativ empfunden und gehandhabt werden.   
Z.B. Krankheit ist besser als Gesundheit (→ Krankeitsgewinn), die Objektrolle ist besser als die Subjektrolle, Materie ist wichtiger als Geist, die Sachen, Dinge sind wichtiger als Personen, Zuviel des Guten wird schlecht usw. |

Zweierlei Glück (und Unglück)[[298]](#footnote-298)

„Ich mache dich glücklich“ sagt das Ideal,  
 aber danach werde ich dich töten!“  
  
In der ersten Wirklichkeit herrscht der „Heilige Geist“. In den zweiten Wirklichkeiten herrscht etwas, was man den „(un)heiligen Stoff" bezeichnen könnte. Der „Heilige Geist" ist Gott, ist die Liebe. Was aber wäre der „(un)heilige Stoff", nach dem wir oft mehr lechzen als nach dem Heiligen Geist? Es sind unsere +Es, die wie Symbionten in uns sind, von denen wir abhängig sind, weil sie uns etwas geben, von dem wir glauben, es unbedingt zu brauchen. Man weiß ja, dass in bestimmten Glückszuständen Endorphine und Dopamine ausgeschüttet werden, die den Stoffen entsprechen, die wir von unseren +Es bekommen.[[299]](#footnote-299)

Wie sieht zweierlei Glück aus?   
1. Das echte Glück: ist kostenlos, vergleichbar mit Glück durch die Liebe.   
2. Zweitrangiges `Glück´ wie Libido, Ekstase, Rausch, high, Flow, Kick. Es macht süchtig, kostet einen Preis.  
Dieses Glück ist von bestimmten Stoffen, Situationen oder Personen abhängig. Sie versprechen "Speed" und "Power", sie „boosten”. Die Dynamik ist gekennzeichnet von Alles oder Nichts, von einer stark ansteigenden +Kurve, die bald steil abfällt und ins Negative geht, wenn nicht neuer „Stoff“ zugeführt wird.   
Ich glaube, alles positiv Verabsolutierte kann süchtig machen. Insbesondere werden die nichtstofflichen Süchte stark unterschätzt. (Arbeitssucht, Leistungssucht, Harmoniesucht usw.- Siehe später auch unter `[Sucht](#_Sucht)´).[[300]](#footnote-300) Nur das eigentliche +A hat kein Suchtpotenzial.  
Von P² kann Glück als Unglück oder Unglück als Glück, als `schwarzes Glück´ (Victor Hugo), wenn das Unglück andere betrifft, empfunden werden.

Zweierlei Unglück

Analog zu „Zweierlei Glück“ gibt es m.E. auch „Zweierlei Unglück“: eigentliches und uneigentliches.   
Ich meine mit dem Letzteren, dass wir, von einem ‒fA beherrscht, relatives Unglück als absolutes Unglück empfinden, wie z.B. den Verlust des oben genannten (schein)absoluten Glücks. P¹ hingegen müsste kein irdisches Unglück fürchten. Das absolute Unglück ist das negative Absolute ([‒A](#_−Absolutes_(‒A))).

##### IV. Die Es verändern P als Subjekt, die Objekte und personalen Zusammenhänge

1. - Die Es desubjektivieren, d.h. P verliert seine primäre Subjektrolle.   
- Die Es deobjektivieren. Das heißt nicht nur die sich des Menschen auf die Objekte wird reduziert, sondern die Objekte selber werden reduziert (STW Umweltzerstörung)   
- Die Es lösen erstrangige personale Zusammenhänge auf.   
2. - Die Es verkehren, verfremden und stören P in ihrer Rolle als Subjekt: Sie machen P zu ihrem Objekt. (→ Subjekt-Objekt-Umkehr) P² erscheint als Objekt.  
- Die Objekte selbst werden nicht nur subjektähnlich, sondern auch sonst verändert.   
Das heißt sie verändern nicht nur die Sicht des Menschen auf die Objekte, sondern die Objekte auch selbst. Diese werden z.B. verfremdet, entgrenzt usw.  
- Die Es machen personale Fehlverbindungen: Unzusammenhängendes wird zusammenhängend und umgekehrt. (Siehe nachfolgende Abschnitte.)  
3. - Die Es können personale Hyper-Subjekte erzeugen und als solche fungieren.   
- Ebenso Hyper-Objekte  
- Ebenso Hyperzusammenhänge. (z.B. Verkettungen)|

###### Die Subjekt-Objekt-Umkehr

Hier zeigt sich ein wichtiges Charakteristikum des fremden Absoluten bzw. des Fremd-Selbst. Es nimmt jetzt die Position eines quasi-personalen, lebendigen Subjekts ein und P bzw. das Ich dagegen die Position eines dinghaften Objekts - eine Situation, die typisch für seelische Krankheiten ist und uns später noch einmal beschäftigen soll.[[301]](#footnote-301)  
Man kann von einer **Subjekt-Objekt-Umkehr** sprechen, weil das, was eigentlich Objekt ist, Subjekt wurde und das, was eigentlich Subjekt ist, Objekt geworden ist. [[302]](#footnote-302)   
Es ist der „**Sieg“ des Objekts über das Subjekt** [[303]](#footnote-303) oderdie **Diktatur der Objekte über die Person.**Wer handelt, wenn man sagt „Ich handele“? Bin ich es oder ist Es es, das da handelt?   
Die Subjekt-Objekt-Umkehr bewirkt auch eine **Änderung des Charakters** des neuen Subjekts und des neuen Objekts: Das ursprüngliche Objekt wird nicht zu einem "echten" Subjekt, sondern zu einem zweitklassigen Subjekt. Diese Art von Subjekt spielt die Rolle eines Subjekts, ist aber kein reales Subjekt und kann daher als "Subjektoid" oder "Subjektales" (was ein Pseudo-Subjekt bedeutet) bezeichnet werden. Oder das ursprüngliche Objekt wird unechtes Objekt, eine Art "Objektoid" oder "Objektales".

Dasselbe gilt für das ursprüngliche Subjekt, das weder ein echtes Subjekt noch reales Objekt sein kann, sondern ein zweitklassiges Subjekt oder Objekt wird. Beide sind Zwitter.

In der Regel ist ein zweitrangiges Subjekt (Subjektoid) ein Objekt eigener (oder anderer Menschen) Ideale.

Ein solches zweitrangiges Subjekt kann in anderen Subjekten nur Objekte sehen und als solche behandeln.

So ist ein zweitrangiges Personales/ Ego in der Regel Objekt seiner eigenen (oder anderer Menschen) Ideale.

So sieht ein zweitrangiges Personales/ Ego in anderen Menschen nur Objekte und behandelt sie so.

Durch die Subjekt-Objekt-Umkehr geht der ursprüngliche erstrangige Zusammenhang von Subjekt-Objekt und verloren und es kommt zur **Subjekt-Objekt-Spaltung**.  
Neben der Subjekt-Objekt-Spaltung kann es auch zu einer **Subjekt-Objekt-Verschmelzung** kommen, da durch die Es bzw. Fremd-Selbsts sowohl Spaltungen als auch Verschmelzungen (Fehlidentifizierungen) entstehen.  
 Im Kontext fungiert das Es also v.a. in der Rolle eines (schein)primären Subjekts - d.h. vom Es aus können direkt Prozesse ausgehen, ohne dass P darauf direkt Einfluss nehmen kann. Neben Funktionsstörungen spielen auch Verhaltensstörungen eine große Rolle: Verhalten, das die Person nicht direkt oder nur gering beeinflussen kann, so dass sich der Betroffene ohnmächtig oder gar wie fremdgesteuert fühlen kann.   
 Es besteht eine Parallele von Subjekt-Objekt-Spaltung und **Gott-Welt-Spaltung**.

Störung und Umkehrung von Bindung und Lösung

„Es fehlverbindet, verrückt/ löst auf.“ Dadurch entstehen Störungen von Zusammenhängen/ Beziehungen, Verknüpfungen usw. einerseits und Trennungen Teilungen usw. andererseits.   
Es entstehen neue, fremde Bezüge/ Beziehungen. (Z.B. tauchen Probleme an Stellen auf, wo sie an sich nicht hingehören, Lösungen werden an Stellen gesucht, wo keine Lösungen möglich sind usw.)   
(Abb. 37)

Aus (relativen) Beziehungen werden Verschweißungen, Knoten, Fesseln: Die Es schaffen zu feste automatische Koppelungen in Form entsprechender Abläufe, Prozesse, Automatismen usw. Z.B. Befehl-Gehorsam; Fehler-Strafe-Koppelung; Oder interpersonell: „Wie du mir-so ich dir“ usw. Ähnlich erscheinen determinierte Verbindungen, wie sie die Psychoanalyse etwa als Assoziationsketten beschreibt.)  
Aus (relativen) Trennungen, Unterschiedlichkeiten, werden absolute Spaltungen oder Beziehungslosigkeiten.  
Auch Umkehrung: Wo vorher Beziehung, entsteht nun Trennung. Wo vorher Spaltung oder Unterschiedlichkeit entsteht nun Verschweißung, Fusion usw.  
Die damit zusammenhängenden Symptome spielen bei Neurosen und Psychosen („Verrücktheit“) eine große Rolle. Auch die „atypische Konnektivität“ beim Autismus könnte so entstehen.

Wo sich die Trennlinien überschneiden, haben sich falsche Verbindungen gebildet.

#### Einzeldifferenzierungen

**Die folgenden Aspekte behandele ich aus Platzgründen nur stichwortartig.  
In der** [**Übersichtstabelle**](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) **sind unter „Personale Folgen“ von Spalte O bis S alle möglichen personalen Folgen aufgelistet.**

Die Es verändern auch diese personalen Aspekte v.a. auf dreierlei Art:  
1. Die Es **negieren/** vernichten diese erstrangigen Aspekte.  
2. Die Es **verfälschen**/ verfremden und invertieren sie.[[304]](#footnote-304)  
3. Die Es erzeugen spezielle **Hyper-Formen**.   
Die Hauptwirkung der Es sind Negierung und Verfälschung der Person. Positive Hyperformen findet man vor allem zu Beginn der Inversionen, weil sie die Person dazu verleiten, die fA zu wählen. Selten wirken die Es nur eindimensional.

Hinweise:  
• **Die gegensätzlichen Formen bedingen einander, wechseln sich häufig ab oder bestehen gleichzeitig nebeneinander**!  
• Die z.T. angegebenen bekannten Ideologien stehen für viele, oft noch wichtigere individuelle oder familiäre unbenannte IdeologienIm Folgenden will ich **einige Einzelaspekte** näher besprechen.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung und [[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf).](http://www.metapsychologie-psychologie.de/gesamt-uebersichtstabelle.docx))

###### Asp. 1: Personaler Bereich des „Alles und Nichts“

1. Die Es **vernichten**. Es entsteht v.a. ein Verlust an erstrangigem personalem Alles und Nichts. Es vereinzelt auch.  
2. Die Es verkehren und verfremden alles Personale.  
3. Es kann P-Anteile auch totalisieren. D.h. die Es können ein Hyper-Alles und Hyper-Nichts machen.   
  
Das Es will Alles für sich. Es will die ganze Person. Wenn die Person sich verweigert, droht das Es mit dem Nichts. Es hat Ausschließlichkeitsanspruch. Motto: „Wer nicht für mich ist, ist gegen mich.“ Die Person wird nach dem Alles-oder-Nichts-Gesetz programmiert und reagiert dementsprechend. Das Alles sagt zum Ich: „Du bist super gut (oder schlecht).“ Oder das Nichts sagt: „Du bist ein Nichts, wenn du nicht Alles bist!" (Alles-Nichts-Umkehr) |

###### Asp. 2: Personales Gottes- und Weltbild

1. Die Es **profanieren**. Sie versuchen Gott und die Liebe zu negieren und zu ersetzen. Sie bewirken in P² einen subjektiven Verlust von Transzendenz zu Gott, der Liebe und dem Sinn. C. G. Jung hielt den „Seelenverlust“ für das Problem der modernen Welt. Etwa ein Drittel seiner Patienten litten ihm zufolge an der „Sinn- und Gegenstandslosigkeit ihres Lebens“.[[305]](#footnote-305)  
2. Die Es verkehren und verfälschen in diesem Aspekt Transzendenz (Gott) und Immanenz (die „Welt“) und andererseits werden weltliche, irdische Belange vergötzt oder verteufelt.   
„**Sieg“ der Immanenz über die Transzendenz**. (STW `Säkularismus´)  
Leben wir in den invertierten Rollen und Welten, so sind wir Menschen ohne Himmel, ohne Transzendenz, ohne Gott, deren Fundamente unterminiert sind, nur weil wir dem Fremden mehr vertrauten als dem Eigentlichen und haben uns dafür falsche Götter und falsche Teufel eingehandelt.   
Eine Gott-Welt-Umkehr ist, wie die Subjekt-Objekt-Umkehr, nicht nur mit Negierung und Veränderung von Gott und Welt, sondern auch mit einer Gott-Welt-Spaltung oder Gott-Welt-Fusion verbunden.  
3. Die Es können auch überzogene, einseitige Transzendenz und Immanenz (Bilder von Gott und der Welt) erzeugen.|

###### Asp. 3: Die Person und die Dinge

Die P-Veränderungen in Bezug auf die drei P²-Bereiche kann man in diesem Aspekt wie folgt formulieren:  
1. Die Es **depersonalisieren** P. Es resultiert ein Verlust an erstrangiger Personalität.  
2. Die Es verkehren und verfremden die Person und die Dinge. Die Dinge werden über die Person gesetzt, sodass sie diese beherrschen. „Sieg der Dinge über die Person.“   
STW „Sachzwänge“.  
3. Die Es können Super-Personales und Super-Dingliches erzeugen.

Zur Person-Ding-Umkehr

Das ursprüngliche dinghafte Etwas wurde personalisiert, während die Person entpersonalisiert und verdinglicht wird. D.h., das, was eigentlich das `Ding´, die `Sache´ ist, ist nun personenhafter geworden und, parallel dazu, wurde ein Teil der Person zu einer Art Ding. Die Person fühlt sich auch wie ein Ding (ein Instrument, eine Maschine, eine Marionette usw.) und/oder wie eine fremde Person (repräsentiert durch das beherrschende Es) und/oder wie ein Nichts, eine Nichtperson.[[306]](#footnote-306)  
Es kommt zu einer Maschinisierung des Menschen und, parallel dazu, zu einer Humanisierung der Maschine = Verfremdung des ursprünglichen Menschen/ Verfremdung der ursprünglichen Maschine.|  
Die Person-Ding-Umkehr geht, wie die Subjekt-Objekt-Umkehr, nicht nur mit Negierung und Veränderung von Person und Ding und mit einer Person-Ding-Spaltung, sondern auch mit einer Person-Ding-Fusion einher.  
(Siehe auch umfassender `[Person - Es-Umkehr](#_Person-Es-Umkehr)´ oben oder in ungekürzter Fassung und [Subjekt-Objekt-Umkehr)](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Subjekt-Objekt-Umkehr#_Die_).)   
  
Asp. 4 Ich und Andere

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| entindividualisiert fehlindividualisiert  hyperindividualisiert | ↓ **Ich**, Individualität/ Gemeinschaft → Ich-, Du-, Liebesverlust  ~ Fremd-Ich, Störung des Fremdbildes, Ich-Andere Umkehrung ↑ EGO (Super-Ich) oder Super-Du |

Ich-Andere-Umkehrung: Durch eine Inversion wird das Ich wie Andere und Andere werden wie ich.  
Es kommt nicht nur zu einer Negierung und Änderung des Ich und Anderen, sondern auch zu einer Spaltung zwischen Ich und Anderen oder zur Fusion beider. „Jeder ist der Andere und Keiner er selbst“ (M. Heidegger).   
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 4.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Egozentrismus, Individualismus/ Kollektivismus/ Non-/Konformismus.

###### Asp. 5 Geist, Seele, Körper

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| entgeistigt, entseelt somatisiert, f.beseelt ideologisiert, hypertrophiert | ↓ Geist, Seele, Körper Geist-, Seele-, Körper- losigkeit ~ fremder Geist, Seele, Körper. Umkehrung GSK ↑Hyperformen z.B. „Hypertrophien“ |

Abkzg. GSK = Geist, Seele, Körper.|  
Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung von Geist, Seele, Körper, sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion.  
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 5.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Spiritismus, Psychologismus, Healthismus.

###### Asp. 6 Geschlecht, Liebe, Sex

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| kastriert verweiblicht, -männlicht  sexualisiert, versext | ↓ Sex, Liebe, Geschlecht → ohne Sex ohne Liebe  ~ Sex, Liebe, Geschlecht z.B. Ersatzsex, -liebe, Umkehrung ↑Hyperformen (z.B. exzessiver Sex) |

Die Es in diesem Aspekt stellen v.a. neue fremde bestimmende „ Geschlechter“ oder Geschlechtsrollen dar.   
Die Es erscheinen v.a. kastrierend oder sexistisch. Genauer: Die Es wirken vor allem kastrierend-versächlichend oder zu vermännlichend oder zu verweiblichend oder zu sexualisierend. Es kommt zu einem Verlust eigentlicher Sexualität, Liebe oder Geschlechtlichkeit. Die Person wird zu neutral, steril, asexuell oder hypersexualisiert oder zu maskulin, zu feminin oder zu zwittrig. Die entstandenen Defizite werden z.T. kompensiert durch ersatzhafte Sexualität bzw. Liebe, durch invertierte Geschlechterrollen.  
Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung des Aspekts, sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 6.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Machotum/ Feminismus /Sexismus /Frauen-/Männer-feindliche oder verabsolutierende Ideologien. (Im Nebeneffekt möglich durch die meisten Ideologien). (→ Beispiele in `[Dynamik der Gegensätze](#_Dynamik_der_Gegensätze)´)

###### Asp. 7 Gefühle

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| unbefriedigt betäubt, geängstigt berauscht, gedopt | ↓Zustände, Gefühle → Unempfindlichkeit, Leid  ~ Ersatzzustände, -gefühle, verkehrtes Leid, -Ängste; Umkehrung der G. ↑Hyperformen wie ± Trip (z.B. Drogen-/ Horrortrip) |

Die Es verändern unsere Gefühle.   
Die Es verbieten uns, ohne sie glücklich zu sein. „Nur mit mir, nur wenn du mich hast“, sagt das Es „kannst du glücklich sein.“ Und so ist es dann auch, wir können dann nicht einfach momentan und direkt die Tyrannei der Es aufheben und uns so fühlen, wie wir eigentlich sind. → Kicks, Mini-Manien auch im Alltag und gegenteilig: Depression Angst.  
Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der Gefühle, sondern auch zur Umkehr und zu deren Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 7.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Hedonismus, Optimismus /Pessimismus.

###### Asp. 8 Wille

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| demotiviert fehlmotiviert hypermotiviert | ↓Wille, Freiwilligkeit, Ziel → Willenlosigkeit  ~ Fehlstrebigkeit, Fremdwille, Sucht; Umkehrung des W. ↑Hyperformen z.B. Hyperbulie, auch Sucht |

Hier auch das Problem der Freiwilligkeit.  
Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der genannten Willensformen, sondern auch zur Umkehr von Willen und Motivationen und zu deren Spaltung und Fusion.  
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 8.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Voluntarismus, z.T. Intentionalismus/ „Null-Bock“-Ideologien, Existenzphilosophien et al.|

###### Asp. 9 Besitz

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| ausgebeutet verwöhnt übersättigt | ↓ Besitz → Mangel, Defekte ~ Falsches besitzen; Umkehrung von B. ↑Hyperformen: Überbelastetsein z.B. Hyperphagie |

Pat. „Ich werde immer wieder zugeschüttet und muss mich täglich freischaufeln.“  
Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der verschiedenen Besitzformen, sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 9.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Kapitalismus, Merkantilismus, Asketismus.  
Siehe auch Erich Fromm: Sein und Haben.

###### Asp. 10 Kraft, Fähigkeiten

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| geschwächt, überfordert dressiert hyper-, fehlpotenziert | ↓ Möglichkeit, Kraft → Ohnmacht, Schwäche ~ Fehlkonditioniertheit, falsches Können; Umkehrung der F. ↑Hyperformen z.B. „Omnipotenz“ |

Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der verschiedenen Formen, sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 10.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Imperialismus, Behaviorismus, Pazifismus.

###### Asp. 11 Ordnung, Notwendigkeit

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| entordnet aufgelöst durcheinandergebracht gezwungen genötigt | ↓ Ordnung, Gesetz → Unordnung, Chaos ~ falsche Ordnungen, Gesetze, Notwendigkeiten; Umkehrung ,,, ↑Hyperformen z.B. Determiniertheit, Fixiertsein |

Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der verschiedenen Formen,   
sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 11.  
P² muss +fA aufrechterhalten und −fA und das Nichts vermeiden.  
Wenn P² dieses Ziel nicht erreicht, muss sie sich noch mehr anstrengen, bis sie zusammenbricht.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Dogmatismus, Bürokratismus, Technokratie /Anarchismus.

###### Asp. 12 Pflichten, Orientierung

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| desorientiert, abgelenkt; reglementiert, manipuliert verführt | ↓ Orientierung → Orientierungslosigkeit ~ Fehlorientiertsein und Umkehrung ↑Hyperformen: Moralismus, Skrupulanz |

Gegenwärtig spielt die Ablenkung durch verschiedene Medien eine besondere Rolle.  
Folge: v.a. Verlust an Orientierung, Übersicht, Desorientierung; Oder: Einseitige, fixierte Orientierungen.  
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 12.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Moralismus („Pflichtmenschen"), Legalismus/ Antimoralismus.

###### Asp. 13 Rechte, Dürfen

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| gehemmt, blockiert  f.reguliert f.kontrolliert unkontrolliert | ↓ Rechte, Kontrolle, Freiheit → K.-Verlust, Gehemmt- Eingeengtsein ~ Ersatz-Freiheit/-Kontrolle und Umkehrung ↑Hyperformen: Hyperfreiheit, Hyperkontrolle |

Folgen von fA: äußere und innere totalitäre Systeme erzeugen auch rechtsfreie Räume.   
Wenn P² etwa gegen ein verabsolutiertes Über-Ich verstößt, dann hat sie kein Recht mehr auf Gnade, sondern es folgt unbedingt die Strafe. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 13.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Liberalismus, Laissez-faire-Anschauungen/ einengende Ideologien.

~ Lenin: „Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.“|

###### Asp. 14 Kreativität

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| sterilisiert f.erzeugt überwuchert | ↓ Kreativität → Kreativitätsmangel z.B. Stereotypien, Klischee ~ falsche Kreationen, Gespenster ↑Hyperformen: „Wucherungen“, Überproduktionen |

Es kommt nicht nur zur Negierung und Veränderung der verschiedenen Formen, sondern auch zu deren Umkehr, Spaltung und Fusion. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 14.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage:   
Kreationismus / Materialismus, Positivismus.[[307]](#footnote-307)

###### Asp. 15 Tun

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| gelähmt, inaktiviert f.behandelt überaktiviert | ↓ Erfolg, Erlebnis → Inaktivität ~ falsches Tun und Lassen, Ersatzverhalten, Getue ↑ Hyperformen z.B. Hyperaktivität, Hyperkinesen ↑ Spannungen |

Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 15.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Aktivismus, Utilitarismus, Pragmatismus/ z.T. Konsumismus, Hedonismus, Coolness.  
STW: verdammt zum Erfolg. Beispiel: P² im Hamsterrad.  
Hier auch: gestörte Zusamenspiel von Aktivität und Passivität, Arbeit und Ruhe oder Umkehrung von Aktivität und Passivität bzw. von aktiv und passiv. Warum? Die fA lassen einen nicht zur Ruhe kommen oder lähmen.

###### Asp. 16 Informationen

Störung der Informationsverarbeitung und -bildung:

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| nicht informiert fehlinformiert, belogen verbildet | ↓Information, Gewissheit → Blindsein, Unwissenheit, einseitige I. ~ Fehlsichtigkeit, Fehlinformiertheit ↑Hyperinformationen |

Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 16.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Rationalismus, Szientismus, Gnostizismus/ Skeptizismus, Antirationalismus.  
Überschüttetwerden mit Infos (Hyperinformationen) spielt gegenwärtig eine große Rolle.  
 Folge: Gegenregulation mit Ruf nach den großen Vereinfachern.

###### Asp. 17 Wiedergabe, Darstellung, Ausdrücke

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| verdrängt, maskiert getäuscht entblößt | ↓ Ausdruck, Offenheit → Stummheit, Unoffenheit ~ falsche Ausdrucksformen, z.B. Sprache, Zerrbilder, Feindbilder ↑Hyperformen z.B. Hypermimie |

Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 17.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Exhibitionismus, Okkultismus, Esoterik.

###### Asp 18 Bedeutungen

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| nicht beachtet fehlbewertet, verachtet überbewertet | ↓ Bedeutungen, Werte → Bedeutungs-, Wertverlust ~ Selbstwertgestörtheit ↑Hyperformen: z.B. Überwertigkeitsempfinden, -wahn |

Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 18.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Elitäres Denken und Verhalten, Gesellschaft mit falschen (Ehrenkodex)   
oder ohne Werte z.B. Egalitarismus.

###### Asp. 19 Vergangenheit

`So regen wir die Ruder und stemmen uns gegen den Strom –   
 aber es treibt uns doch stetig zurück, ins Vergangene.´ (Adaptiert an Scott Fitzgerald)[[308]](#footnote-308)

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| infantilisiert fehlgeprägt konventionalisiert | ↓Vergangenheit → Erfahrungslosigkeit, Unreife ~ falsche Erinnerungen, Fehlvergangenes ↑Hyperformen z.B. Hypermnesie, isolierte Erinnerungen |

Diese Es können wie `Schläfer´ sein, die Jahre oder Jahrzehnte ruhen, bis sie auf einmal wieder aktiviert werden.  
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 19.

Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Konservatismus, Empirismus, Traditionalismus/ auch Modernismus. (Therapie siehe auch `[Das Kind in uns](#_Das_Kind_in)´.)

###### Asp. 20 Gegenwart, Zeit

„Wer sich mit dem Zeitgeist vermählt, wird bald Witwer sein!“ (Søren Kierkegaard)

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| vertröstet f. beruhigt getrieben, gehetzt | ↓ Zeit, Ruhe → Zeitverlust, Ruheverlust ~ f. Umgang/ Empfinden bzgl. Zeit und Gegenwart, Unfrieden ↑Hyperformen: Getriebenheit, Gehetztheit |

Z.B. „Das ganze Unglück der Menschen kommt daher, dass sie unfähig sind, in Ruhe allein in einem Zimmer zu bleiben ... Nichts ist dem Menschen so unerträglich, wie in völliger Ruhe zu sein, ohne Geschäfte, ohne Ablenkungen und Aufgabe. Dann fühlt er sein Nichts, seine Verlorenheit, sein Ungenügen, seine Abhängigkeit, seine Ohnmacht, seine Leere.“   
(Blaise Pascal).[[309]](#footnote-309) So kann man sein ganzes Leben damit verbringen, irgendwelche Anforderungen, die uns unsere fremden Selbsts stellen, zu erfüllen. Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 20.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Carpe-diem-Ideologie, Modernismus, Aktualismus. (

###### Asp. 21 Zukunft

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| unvorbereitet fehlvorbereitet „utopisiert" | ↓ Perspektive → Hoffnungslosigkeit ~ Zukunftsängstlichkeit ↑Hyperformen: Utopie |

STW: sich selbsterfüllende Prophezeiung, Fortschrittsfalle.  
Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 21.  
Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Utopismus, Progressivismus/ Apokalypse, fatalistische Ideologien.|

###### Asp. 22 Fehler

|  |  |
| --- | --- |
| P wird | Verlust und Ersatz |
| unkorrigiert fehlkorrigiert verurteilt, überkorrigiert | ↓Korrektur, Kompensation → Korrektur-Kompensationsverlust ~ f. Schuld ↑Hyperformen: Überkorrigiertes |

Weitere personale Folgen in diesem Aspekt siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O-S Zeile 22.

Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Perfektionismus, Ästhetizismus/ auch Laissez-faire-Ideologien.|

###### Asp. 23 Schutz, Abwehr

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Es ist | P wird | Verlust und Ersatz |
| pazifistisch, masochistisch  f. schützend aggressiv, sadistisch | ungeschützt traumatisiert, bedroht gepanzert | ↓Schutz, Frieden → Schutzlosigkeit, Vulnerabilität ~ viele Abwehrmechanismen² ↑Hyperformen: Panzerung |

Als Ursachen kommen v.a. folgende Ideologien oder ähnliche Einstellungen infrage: Pazifismus/ Militarismus[[310]](#footnote-310).  
Die Störung bzw. Schwächung der personalen Abwehr ist ein Hauptthema der Psychoanalyse.   
Durch mehr oder weniger alle Es wird die Abwehr entweder

a. geschwächt oder gar aufgehoben oder  
b. verfremdet, verzerrt, verrückt oder  
c. im Sinne einer Verhärtung/ Panzerung maßlos übertrieben.

Oft: Erst Hyperschutz, dann Schutzlosigkeit.  
Diese Abwehrstörungen entstehen an den Stellen, an denen P keine entsprechende Liebe, keine unbedingte Bestätigung seiner selbst oder nur Ersatzanerkennung erfuhr. P wird sich von jeder Person oder Situation, die ihre fA infrage setzen, bedroht fühlen, weil sie sich mit diesen fA identifiziert hat und deshalb jede Infragesetzung dieser an sich relativen Sachen persönlich nehmen muss.  
(Weitere Ausführungen siehe im Abschnitt `[Abwehrmechanismen](#_Abwehr_und_Gegenbesetzung)´ später.)

(Abb. 38)

|  |
| --- |
| Störungen im Verteidigungssystem der Person:  Es ist entweder zu offen oder verfremdet oder verhärtet.[[311]](#footnote-311) |

#### Darstellung eines einzelnen zweitrangigen Personalen (P²)

(Abb. 39)   
Wird zum Beispiel eine Person, etwa der Vater zum +Absoluten für mich, dann entsteht in mir ein neues Es. Dieses ist wie folgt aufgebaut: Im Zentrum sitzt das Es „Vater”, hier durch das Yin-Yang ☯. symbolisiert\* - gespalten in +fS [fS = fremdes Selbst] obenund verdrängtem ‒fS unten, mit deren Kehrseiten.   
(0-Teil ist nicht eingezeichnet).   
Dieses Es hat seinen eigenen Herrschafts-bereich, der wie ein neues fremdes System sich um das Zentrum „Vater” herum gebildet hat. Wir haben also ein neues fremdes Absolutes, umgeben von ihm untergeordneten Bereichen. Wir stellten schon fest, dass ein neues Absolutes mehr oder weniger alle Aspekte in seinem Bereich tangiert/ unterordnet. Vor allem werden es diejenigen sein, die mit „Vater” am meisten zu tun haben. Andererseits wird auch jeder andere Differenzierungsaspekt mitschwingen. Das heißt, es geht, wenn dieses Es aktiviert ist, immer um „Vater“ bzw. das Vaterbild in mir, aber auch um alle anderen damit zusammenhängenden Aspekte. Das wiederum heißt: es geht auch etwa um Vergangenes, Gegenwärtiges, Zukünftiges, um Geschlecht, um Bedeutungen, Wiedergegebenes, Informationen usw. - letztlich um alles, was Vater repräsentierte und das betrifft eben mehr oder weniger alle Aspekte. Anders formuliert: Alle Aspekte, über die das Es dominiert, werden mehr oder weniger verändert sein. Insbesondere werden die Aspekte verändert sein, die inhaltlich dem jeweiligen Es am ähnlichsten sind.   
Auch wenn ein fS-Teil dominiert (etwa die Idealisierung des Vaters), so sind die Gegen-fS (‒fS und 0) latent immer dabei: Antipathie gegen Vater (weil das eigene Selbst zu kurz kommt) oder Indifferenz.  
\*Ps. Das Yin-Yang-Symbol in der Mitte symbolisiert m.E. gut den widersprüchlichen Charakter der fS/Es, wenn sie im Gleichgewicht sind.

14

13

12

11

15

10

17

18

9

8

7

6

5

4

3

2

1

24

23

22

21

20

19

16

IV

I

II

III

+fS

‒fS

### Welche Es bewirken in P was und wie?

**• Alle Es** verändern nicht nur unser Sein, sondern damit auch unser Erleben und unsere Sicht von der Welt. Die Person wird primär wie seine Es und ihre fA und ist nur sekundär sie selbst![[312]](#footnote-312) Die Es verändern P nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip, schwarz-oder weiß, pro- oder kontra, + oder –.   
Eine Person wird durch seine Es bzw. fA in deren Bereichen primär wie diese und ist dort nur sekundär sie selbst! Wenn eine andere Person, Ideologie oder sonst etwas mein fA ist, werde ich auch wie sie (potenziell aber auch gegenteilig oder 0).  
• Wir sahen, dass +fA, –fA und 0 drei Teile der letztlich selben „Sache“, des Es, sind.| Sie verändern die Person anfangs meist zum Fremd-Positiven hin. D.h. die Person fühlt sich subjektiv wohl, identisch, stark, kompetent usw. ohne es, zumindest in diesem Ausmaß, zu sein. Parallel dazu wird die Person durch ein gegenteiliges –fA bedroht, geängstigt, mit Tabus und unbedingten Vorschriften konfrontiert, die der Betreffende existenziell negativ empfindet oder wertet, ohne dass die Bedrohung, Ängstigung oder Negierung objektiv so stark ist.  
• Ein Es wird vor allem in dem Bereich von P wirksam werden, dessen Bereiche es repräsentiert. Es, die abstrakt sind, also vor allem Ideen bzw. Ismen repräsentieren, werden vor allem im ideellen Bereich wirken. Es, die Personales oder Personen verabsolutiert repräsentieren, werden v.a. im personalen Bereich wirken. Es, die der eigenen Person entstammen, werden vor allem in derselben Person wirksam werden.   
Dinge oder Sachen, die zum Es geworden sind, werden vor allem im dinglichen, sachlichen bzw. materiellen Bereich wirksam werden. Ist etwa Besitz für eine Person zum Es bzw. fA geworden, so wird dieses vor allem dort wirksam werden, wo Besitz für die Person innerlich oder äußerlich eine Rolle spielt.   
• Selbst wenn wir nur einen Begriff für ein Es oder fA haben, so schwingen doch andere benachbarte Themen immer mit. So betrifft ein Es sehr selten nur einen Bereich einer Person oder nur eine Person, auch wenn es dort primär „installiert" wurde, sondern es werden auch andere Bereiche oder Personen in Mitleidenschaft gezogen. In allen Fällen ist die Wirkung eine, die alle 7 DM-Aspekte und die 4 Hauptdifferenzierungen betrifft.

• Alle Es verändern alle Absolut- und Hauptaspekte in Richtung Alles/ Nichts bzw. Pro\*/Kontra\*/0\* und ersetzen die dort vorher befindlichen erstrangigen personalen Anteile. Fakultativ können alle anderen Aspekte betroffen sein. Schließlich sei wieder daran erinnert, dass die Es und ihre fA nicht nur innerpersonale Auswirkungen haben, sondern auch außerhalb der Person wirken.[[313]](#footnote-313) Die Verbindung läuft über die gemeinsamen A²-Bereiche.

(Weitere Ausführungen dazu siehe im Kapitel `[Streuung und Verdichtung](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Streuung_und_Verdichtung#_)´ und ggf. in ungekürzter Fassung.)   
• Das **+Es** (bzw. das +fA) kann der Person ein absolut positives Gefühl geben (= hyperpositive Effekte):   
Absolutheitsgefühl, Selbstgefühl, totale Liebe, Gefühl eines eigentlichen positiven Seins und Lebens, Sinn, Gefühl der Macht, der Ich-Stärke, Rausch, Ekstase, Befreiung, Reichtum, Gesundheit, Ewigkeit; die Empfindung einer genauen Orientiertheit, klarer Unterscheidung von Gut und Böse, genaues Wissen um Moral und Werte, eindeutige Unterscheidung, wer Freund oder Feind ist usw. - aber alles in einem Maß, der der Wirklichkeit nicht entspricht, mit dem wir aber gerne leben.  
Die +Es versprechen uns (je nach Es), das, wonach wir uns in der Tiefe unserer Seele sehnen, ohne dass sie das Versprechen halten. Sie verändern unsere Persönlichkeit, sodass wir alles, wo sie herrschen, in ihrem Licht sehen und beurteilen, in ihrem Auftrag handeln und alles tun, um das zu erreichen, was sie uns versprechen. Aber sie betrügen uns und wir zahlen dafür einen mehr oder weniger hohen Preis. Sie betrügen uns nicht völlig. Am meisten betrügen uns die positiv erscheinenden Es oder fA, die dem –A am nächsten sind und die negativ erscheinenden, die an sich relativ positiv sind. Aber an allen Versprechungen oder Drohungen ist etwas dran. Sie sind eben weder das absolut Positive noch das absolut Negative, sondern das Zwiespältige und schwer Durchschaubare.   
• Die **–Es** (bzw. das ‒fA) drohen uns mit dem, was wir meisten fürchten. In der Regel mit dem Gegenteil der +Es-Versprechungen. Sie drohen mit Tod, Krankheit, Liebesentzug, Feindschaft, Ohnmacht, Ausgeliefertsein, Vereinsamung, Verarmung - also den meisten Wahnthemen - ohne dass ein ausreichender Grund vorliegt.   
Sie stellen sich als unbezwingbare Feinde, als Teufel, als das –Absolute dar, sie verändern auch unsere Persönlichkeit hin zur Ängstlichkeit, Vorsicht und zum übertriebenen Sicherheitsdenken. Auch hier zahlen wir einen hohen Preis, der umso höher ist, je mehr das −Es eigentlich ein relativ Positives ist. Aber sie helfen uns gegen die Nachteile der +Es.  
• Die **0 Es**, die wie ein leeres Gesicht neben den beiden anderen Varianten erscheinen, negieren das Personale und alles was das Personale darstellt. Oder sie erzeugen ein falsches Alles. Aber sie helfen uns zu verdrängen. (Siehe auch [Alles und Nichts](#_Alles-und-Nichts-Bildung) und `[Opferdynamik](#_Dynamik_des_Es)´).  
• Wir sahen auch, wie alle Es jeweils dreigeteilt sind und deshalb ganz widersprüchlich wirken können.  
Wenn **gegensätzlich wirkende Es** entstehen und deren gegensätzliche Teile gleich aktiviert sind, verwirrt uns das, weil sie paradox, spaltend und doppelbindend wirken. Die Person sieht sich von scheinbar ein und demselben Es, etwa ein und derselben Person oder Situation oder innerer Befindlichkeit ganz gegensätzlichen und widersprüchlichen Informationen oder Signalen ausgesetzt.  
Betrachtet man die Argumente zwei gegensätzlich wirkender Es aus einer zweitrangigen Perspektive (aus der Sicht von W²), dann haben beide mit ihren Argumenten Recht. Diese Tatsache steht für viele Konflikte wie etwa Ehekonflikte. Jeder Eheberater kann ein Lied davon singen, wie zermürbend eine Diskussion in diesen Fällen ist - eben auch, weil tatsächlich beide Seiten Recht haben - aber sie haben nur relativ Recht, denn fast immer fehlt die übergeordnete erstrangige Sicht, die es möglich macht, die Position des „Gegners” zu verstehen.|

Beispiele für widersprüchliche Es-Wirkungen  
Helfer\* erzeugen Hilflosigkeit - oder Hyperhilfe - oder Indifferenz.   
Moralisten\* erzeugen Unmoral - oder Übermoral - oder Indifferenz.  
Rechtsradikale\* erzeugen Linksradikale - oder noch mehr Rechtsradikale - oder Gleichgültigkeit (Wegsehen).   
Askese\* erzeugt Völlerei - oder neue Askese - oder Indifferenz.  
Altruismus\* erzeugt/ fördert Egoismus - oder neuen übertriebenen Altruismus - oder Indifferenz.  
Egoismus\* fördert neuen Egoismus - oder Altruismus - oder Indifferenz.   
Wahrheitsfanatismus\* erzeugt Lügen - oder weiteren Wahrheitsfanatismus - oder Indifferenz.[[314]](#footnote-314)

|  |
| --- |
| Abb. 40 **Die wichtigsten Wirkungen dreier gegensätzlicher Es und ihrer Anteile auf die Person.** (Gestrichelte Linie entspricht gegensätzlicher Wirkung, durchgezogene Linie entspricht gleicher Wirkung.) P ist Spielball von verschiedenen Es-Wirkungen. Diese sind sich untereinander an sich feind, aber P gegenüber halten sie zusammen und beuten sie letztlich aus. Methode: Zuckerrohr und Peitsche. Das –fA (rechts) etwa macht P viel Angst und treibt sie in die Arme seines Gegenspielers, des +fA (links). Dieser erscheint als Retter, weil er das Gegenteil des –fA darstellt. P kommt vom Regen in die Traufe und muss überall bluten.   Ausführlicher siehe in: `[Übersicht über alle Es-Valenzen](#_Übersicht_über_alle_2)´. |

ALLES

NICHTS

### Fremd-Ich

Synonyme für Fremd-Ich: Ego, fremdes Ich, zweitrangiges Ich, Ich². Abkzg. fI oder I².  
Die Ausführungen betreffen das Fremd-Ich, aber auch analog dazu entsprechendes fremdes Du (Du²) und Wir².  
Im Folgenden möchte ich kurz die Bildung des Fremd-Ich durch die Es besprechen.   
Die Wirkungen der Es auf das Ich sind dieselben wie sie im vorigen Kapitel bzgl. der Person dargestellt wurden. Wenn man das Wesentliche auf das `Ich´ übertragen will, so ergibt sich Folgendes:   
(Aus didaktischen Gründen gehe ich dabei von der 1. Person Singular aus.)  
Ich erzeuge eine Fehlverabsolutierung oder übernehme eine solche, meist unbewusst, von außen. Dadurch wird etwas zum Alles-oder-Nichts, pro oder kontra, positiv oder negativ im absoluten Sinn. Die Wahl eines solchen Es, erzeugt ein Fremd-Ich, aber auch ein `Gegen-Fremd-Ich´ (`Anti-Ego´) und ein Nicht-Ich.   
Dieser Vorgang, der sich zunächst nur auf der geistig-seelischen Ebene abspielte, wird dann „materialisiert”, d.h. zu etwas Substanziellem. Das Ich wird Es-hafter und das Es Ich-hafter. Wie gesagt, ist dieser Prozess in der Regel kein bewusster, sondern fremde Absolutheiten und fremde Ich-Anteile haben sich meist schon in der Kindheit oder, wie ich glaube, sogar pränatal etabliert - und wir haben uns mit ihnen identifiziert und ein fremdes Selbst bzw. Es gebildet, das uns beherrscht und verändert und fremde Ich-Anteile in uns erzeugt.   
Dass diese Veränderungen zum Glück nur partiell sind, ist für die Therapie wichtig. Wichtig ist auch, wie schon öfter erwähnt, dass die Fremd-Ichs (wie ihre fS) nun keineswegs nur negativ wirken, sondern dass sie durchaus positive Seiten haben. Sie sind mehr oder weniger zwiespältig, paradox, „verrückt” und unlogisch. Sie sind Hauptbestandteile vieler seelischer Erkrankungen. (Unterscheide: [Das Ich als fremdes Selbst/Absolutes](#_Das_Ich_als) ).

##### Der „Aufbau“ des Fremd-Ich (Ego)

(Tab. 14)

|  |  |
| --- | --- |
| Einteilung nach: | **Fremd-Ich (Ich², Ego)** |
| DIMENSIONEN |  |
| A | mein Fremd-Selbst (fS) |
| meine fS-Kerne |
| mein fS−Außenbereich |
| R | mein *R*² |
| 0 | Nicht-Ich, z.B. Ich nicht mehr |
| 7x DM | fremde 7 Dimensionen des Ich² |
| pro/ + | pro/ + Fremd-Ich = +Ego, Hyper-Ego |
| kontra/ − | kontra/− Fremd-Ich = −Ego, Anti-Ego |
| 0 | Nicht-Ich, meine geopferten Anteile |
| Seiten | davon Vorder-, Kehr-, 0-Seite |
| DIFFERENZIERUNGEN |  |
| S | Sein des Ich² (mein fremdes Sein) |
| L | Leben des Ich² (mein fremdes Leben) |
| Q | Qualitäten des Ich² (meine fremden Eigenschaften) |
| Z | Zusammenhänge des Ich² (meine fremden Kontexte) |
| Ich als fremdes Subjekt |
| meine fremden Objekte |
| 23 Asp | z.B. Ich² besitze, Ich² arbeite ... bzw. meine Zustände, meine Möglichkeiten, mein Besitz, meine Gesetze, Pflichten und Werte usw. sind v.a. fremd. |
| davon EINHEITEN z.B.: |  |
| Geist | meine Ideologien (v.a. meine fremden Einstellungen) mein Gottesbild² |
| W | mein Weltbild² |
| P | meine Bilder² von den wichtigsten Personen |
| Ich | meine Bilder² von mir selbst |

Hinweis: ² bedeutet zweitrangig, v.a. fremd, aber auch hyper oder 0.

Erläuterung:

Hyper-Ego = Ich, das vom +Es verabsolutiert wurde.[[315]](#footnote-315)  
Anti-Ego = Ich, das vom –Es bestimmt wird.  
Null-Ego vom Nichts bestimmtes Ich (= Nicht-Ich).

`Ego´ bedeutet für mich etwa das Gleiche wie Fremd-Ich. `Ego´ meint also nicht eine besonders egoistische Person, sondern eine Person, deren Ich von einem Es bzw. fS beherrscht wird und dadurch in einer ungünstigen Position lebt v.a. unter dem Druck, alles selbst im Griff haben zu müssen und nicht zur Ruhe zu kommen.   
Dieses Ich² „springt im Dreieck“, d.h. zwischen den +, – und 0-Teilen des Es hin und her usw.[[316]](#footnote-316) Für das erstrangige Ich-Selbst dagegen spielt das Es/ Etwas nur eine relative Rolle.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

### Das Nebeneinander verschiedener personaler Zustände

Siehe `Das Nebeneinander verschiedener Wirklichkeiten´.

### Zusammenfassung der personalen Veränderungen

Mit der Etablierung eines fremden Selbst wird also etwas zu absolut und absolutistisch und der Mensch zu relativ oder nichtig; etwas wird zu unbedingt und der Mensch zu bedingt, etwas wird zu primär, zu wichtig und der Mensch zu zweitrangig und zu unwichtig, etwas wird zu selbständig und der Mensch zu unselbständig, etwas wird Grund und Mitte und der Mensch zur Randfigur, etwas zum Subjekt und der Mensch zu dessen Objekt, etwas beherrscht den Menschen und nicht er es, etwas ist zu eigentlich geworden und der Mensch selber ist es nicht mehr ganz, etwas Fremdes wird personaler und das eigentlich Personale wird depersonaler, unpersönlicher, entmenschlichter, teilbar,[[317]](#footnote-317) etwas Unlebendiges wird lebendig und der Betreffende wird unlebendig, ein Ding vermenschlicht sich und der Mensch wird dinglich.|  
Man kann auch formulieren :   
Man findet in WPI² den „Sieg der Materie über den Geist“, den „Sieg der Objekte über die Subjekte“, den „Sieg der Dinge über die Person“, „Sieg des Fremden über das Selbst“, „Sieg der Spaltungen über die Einheit“, „Sieg der Abhängigkeit über die Unabhängigkeit“, „Sieg des Es über das Ich“ usw. (Diese „Siege“ sind letztlich nur Scheinsiege.)  
  
 Die aufmerksamen Leser werden in den oben genannten Veränderungen schon die Grundmuster späterer psychischer Erkrankungen wiederfinden. Anders gesagt: Es ist eine Basisstörung entstanden, die für die psychogenen Erkrankungen typisch ist.  
Welches sind die Kennzeichen dieser Basisstörung?  
Insbesondere: Die Priorität des Menschen gegenüber den Objekten ist verloren gegangen. D.h. Viele Menschen wachsen nicht als „Subjekte“, als einmalige Individuen, auf, sondern als Objekte, die bestimmte Funktionen, Leistungen und Rollen erfüllen müssen.[[318]](#footnote-318)   
Die Vertauschung von Person und Es ist letztlich zum Glück nur eine relative, auch wenn sie von dem Betreffenden oft absolut erlebt wird.[[319]](#footnote-319) Das heißt konkret: **Die Person wird nie ganz zum Es, wird nie ganz zum Ding, zum Objekt, zur Funktion (zum Funktionär des Es) - und das verinnerlichte fremde Absolute (das Es) wird nie ganz Person, nie ganz Subjekt, nie ganz lebendig. Immer bleiben starke `gesunde Reste´ in jedem von uns**, auch wenn wir noch so krank, noch so verrückt und manipuliert sind. Es ist eine philosophische oder religiöse Frage, warum das so ist. Wir werden später noch auf diese Frage zurückkommen.

## Dynamik in den fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten (W²)

### Allgemeine Dynamik

Grundsätze:  
• Die erstrangigen und die zweitrangigen Wirklichkeiten haben eine andere Dynamik.[[320]](#footnote-320)  
• Die spezielle Dynamik von WPI¹ oder WPI² wird von deren Absolutheiten bestimmt.  
• Aufbau und Dynamik der erstrangigen WPI sind eindeutig.  
• WPI² hat Alles²-oder-Nichts²-Charakter mit 2 Hauptformen (`Dyaden´), 2 Hauptdynamiken und 2 Hauptfolgen.  
Wenn wir das Alles² noch einmal unterteilen, dann finden wir **3 zweitrangige Grundformen: (Pro²/ Kontra² und 0 (`Triaden´) mit entsprechenden 3 Hauptdynamiken (**Pro-, Kontra- und 0-Dynamik) **und 3 Hauptfolgen.**• Pro-, Kontra- und 0-Dynamiksind an sich entgegengesetzt, können sich aber aprupt ändern (→[Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)) oder sich „mischen” (vgl. mit `Triebmischung´ von S. Freud).   
In allen Fällen werden die zweitrangige Dynamiken durch die erstrangige mehr oder weniger abgeschwächt und abgepuffert.  
Weil es in jedem WPI² (wie in jedem Es) je einen Pro-, Kontra- und 0-Pol mit entsprechend unterschiedlichen Dynamiken gibt bekämpfen sich verschiedene WPI² oder paktieren miteinander oder neutralisieren sich.   
Diese zweitrangigen Dynamiken, die man sowohl in gesellschaftlichen als auch individuellen Prozessen findet sind in ihren Grundmustern gleich.   
(Siehe [Interaktionen in W²](#_Interaktionen_in_zweitrangigen) und [Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik) oder in der ungekürzten Fassung).

#### Autonome Phasen des Es

Die Es und ihre Komplexe sind z.T. autopoietische Systeme und haben, wie Parasiten, auch Eigenleben. Sie neigen von sich aus letztlich zum Verfall. Sie können nur vorübergehend alleine bestehen. Ihre Aufrechterhaltung erfordert einen dauernden Kraftaufwand des Wirts. (`Wirt´= das jeweils abhängige „System“).  
Die Es unterliegen dem Alles-oder-Nichts-Prinzip. Wenn das Es nicht Alles sein kann, wird es zum Nichts. Zunächst versucht es, Alles zu sein, d.h. über das System zu herrschen und von ihm zu leben. Das geht solange gut, solange der Wirt das Spiel mitmacht und die Es bedient. Das Wirtssystem (meist wir Menschen) glaubt, nicht ohne Es leben zu können - deshalb steht es ja für ihn auch an oberster Stelle. In Wirklichkeit¹ aber ist das Es vom System (von der Person) abhängiger als es (sie) von ihm.  
Wenn das Wirtssystem das Es nicht mehr „füttert“ bzw. sich von ihm befreit, dann ist das Es nicht gleich tot.[[321]](#footnote-321) Da sein Erhalt an oberster Stelle steht, **opfert ein Es, bevor es „stirbt“, skrupellos, wie jeder Diktator, auch sein eigenes *R*, seine eigenen Leute**. Erst die fremden, dann aber auch die eigenen Leute. **Ja, die eigenen Leute opfern sich selbst für ihr fA, denn es ist ja ihr Absolutes, ohne das ihr Leben sinnlos scheint.**   
*Diese Mechanismen können sich in einer Gesellschaft abspielen oder* - nur mit z.T. anderen Bezeichnungen - *ebenso im Individuum.*(Genaueres siehe vor allem in: Phasen des [Wechselspiels von P² und Es](#_Phasen_des_Wechselspiels).)

#### Interaktionen in zweitrangigen Wirklichkeiten (W²)

##### Allgemeine Prinzipien

• Wie die zweitrangige Dynamik allgemein, so sind auch die Interaktionen in W² durch deren jeweilige Absolutheiten (Es bzw. fA) bestimmt.   
• Das +A ist in den W² immer wirksam, auch wenn es nicht dominiert. +A und seine +R¹ stehen zu den fA/Es im relativen Gegensatz, so dass auch hieraus, wie in W² selbst, ein latenter Dauerkonflikt (mit Dauerspannung) resultiert. Deshalb kann es jederzeit zu einem „Aufstand“ von Relativa gegen die sie unterdrückende Absolutheiten kommen. Beispiele: Aufstand der Unterdrückten gegen ihre Unterdrücker (z.B. Revolutionen), Aufstand der Massen gegen Eliten, Aufstand der Wahrheit gegen die Lügen usw. (psychisch ebenso wie gesellschaftlich).

• Verschiedene Es und ihre Systeme haben, wie erwähnt, die gleiche oder gegenteilige oder 0 Wirkrichtung und können sich verstärken oder bekämpfen oder neutralisieren.|  
• Größere Komplexe bilden sich, wenn zwei oder viele Es miteinander in Beziehung treten.  
Sie treten meist in Form von Pakten, Feindschaften oder indifferenten Komplexen auf.  
Sie sind starr, können jedoch abrupt in ein Gegenteil umkippen.|  
• Das Zusammenspiel der Komplexe und ihre Aufrechterhaltung verlangt immer irgendwelche Opfer.|

##### Kurze Übersicht über mögliche Interaktionen in W²

Parallel zu den Interaktionsmöglichkeiten zwischen verschiedenen Es (→ [Gegensätze und Fusionen](#_Gegensätze,_Fusionen_und)´) sind hier alle möglichen Interaktionen zwischen 2 W² bzw. deren Systeme in der folgenden Grafik gargestellt.  
(Hier gebe ich nur eine Übersicht, die ich bezüglich personaler Interaktionen im Abschnitt `[Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)´ so wie in der ungekürzten Fassung ausführlicher bespreche.)

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

W²

Contra  
 W²

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

+

1. It

+

+

0

‒

‒

0

W²

Co-W ²

Die Abb. 41 zeigt die Interaktionsmöglichkeiten zwischen zwei W²-Einheiten.

Jedes der W² hat 3 Teile mit je 3 Seiten (hier durch 3 Dreiecke mit je 3 unterschiedlichen Konnotationen dargestellt).  
Links stehen sich zwei gegensätzliche W² gegenüber, deren Valenzen wie Zahnräder ineinander greifen   
und rechts zwei gleiche W², deren Valenzen gleichgerichtet sind und gleich wirken.

In beiden Fällen können die W² einen Pakt bilden, wie hier dargestellt (links komplementär, rechts kongruent). Es wird aber deutlich, dass auch in beiden Fällen Gegensätze oder Annulierungen entstehen, sobald sich die Konnotation eines Teils ändert.

W² kann alles psychisch Relevante sein, das durch ein fA/Es bestimmt ist.  
Das können bestimmte `Wirklichkeiten´, Personen, Ich (WPI), Anteile von Personen, wie deren Geisteshaltungen, Dinge usw. sein. Wie gesagt, werde ich die personalen Interaktionen später genauer ausführen.   
Ich glaube aber, dass die Interaktionen in größeren Systemen gleichen Prinzipien folgen.  
Beispiel: Innerhalb bestimmter Gesellschaften werden sich bestimmte Ideologien ergänzen und verstärken oder andererseits in Opposition zueinander stehen. Es entstehen so sowohl Pakte/ Allianzen als auch Feindschaften/ Konflikte oder beides nebeneinander, je nachdem wie die entsprechenden `Teile´ konnotiert sind. Sie sind starr und instabil zugleich und können jederzeit abrupt neue Konstellationen bilden oder gar in ihr Gegenteil umschlagen  
(→ [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)).

Beispiel: Zusammenspiel gegensätzlicher fA als Ideologien.

`Absolutismen´  
als Pro-fA  
 **+** | ‒ | 0

Relativismus  
als Kontra-fA  
 **‒** | + | 0

Nihilismus   
als 0  
 **0** | ‒ | +

Man stelle sich anhand dieses Symbolbilds (Abb. 42) vor, wie verschiedene Geistesströmungen miteinander interferieren können. Wie etwa die Nachteile einer Geistesströmung (hier einer absolutistischen Ideologie)[[322]](#footnote-322) immer größer werden und damit automatisch eine Gegenrichtung in den Vordergrund rückt, die schließlich den Zeitgeist und eine Gesellschaft bestimmt.   
Philosophische/ ideologische Strömungen wechseln sich so ab. Oft expandieren sie zunächst, aber ab einem bestimmten Punkt entstehen gegenteilige Strömungen. Defizite alter Ansichten werden immer deutlicher und werden durch gegenteilige ausgeglichen oder durch Co-Formen ersetzt. (Ideologie\* → Co- oder Kontra-Ideologien). Auf Absolutismen folgen relativistische und/ oder nihilistische Strömungen und, hatten diese ausgedient, so wurden sie wiederum von neuen gegenteiligen Strömungen abgelöst.   
Konkretes Beispiel: Zarismus → Nihilismus und Anarchie → Kollektivismus → neue Autokratie.  
Da alle Ideologien und Philosophien Defizite haben, ist das Spiel endlos.[[323]](#footnote-323) Deshalb gehen immer wieder ganze Gesellschaften wie auch einzelne Menschen zugrunde. Das um so eher, je mehr sich Gesellschaften und ihre Ansichten vom +A entfernen.

##### Bildung von Komplexen durch verschiedene Es und ihre Systeme

Abkürzung: Komplex = K\*, personaler Komplex = pK\*.  
Definition: K\* = Fremde komplexe Entität, die bestimmte personale und andere Wirklich-keitsbereiche dominiert.   
Ich unterscheide in dieser Arbeit:  
- Ein Es = einfachster Komplex.  
- Doppel- oder Mehrfachkomplexe bestehend aus zwei oder mehreren Es.[[324]](#footnote-324)  
- Hyperkomplexe, Netzwerke die aus vielen Es bestehen. (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)  
Nach dem Ort:

- Komplexe innerhalb einer Person.  
- Interpersonelle Komplexe = „Beziehungskomplexe“ (→`[Personale Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)´).  
- Soziale Komplexe.  
  
Mir scheint, dass sich der Aufbau verschiedenster Komplexe trotz unterschiedlichstem Inhalt oder Ort durchaus ähnelt. D.h. auch: Individuelle oder interpersonelle (familiäre oder gesellschaftliche) Komplexe ähneln sich.|  
C. G. Jung verstand `Komplex´ ähnlich wie ich als „Gruppe von größtenteils verdrängten Vorstellungen, die als zusammenhängendes Ganzes in gegenseitiger Verbindung stehen und unter Ausschaltung einer bewussten Kontrolle Denken, Fühlen und Handeln des Individuums beeinflussen.“[[325]](#footnote-325)  
**Nach dem Verständnis dieser Arbeit können alle Es miteinander solche und andere Komplexe bilden und die von C. G. Jung beschriebenen und andere Folgen haben.**Wenn personelle o.a. Es und ihre Systeme miteinander reagieren, so können sie folgende Komplexe bilden:   
• komplexe Pakte / Symbiosen/ Kollusionen mit zu festen Bindungen (Koppelungen),   
• komplexe Gegner- oder Feindschaften/ Kollisionen mit entsprechenden Spaltungen,  
• neutrale Komplexe/ 0-Komplexe oder Liquidierungen, Auflösungen.   
• Mischkomplexe.|

###### Andere ähnliche Komplexe

In der ungekürzten Fassung mache ich einige Ausführungen über Komplexe anderer Fachgebiete, weil ich Ähnlichkeiten zu den psychischen Komplexen sehe:   
**Chemische** Komplexe, **Chaosforschung,** Analogien in der **Physik.**

###### Charakter der pr Komplexe

Die pr Komplexe zeigen entweder eine starre hierarchische Struktur oder erscheinen chaotisch.  
Beispiele für Pakte: (Abb. 43)

Pakte als Ketten   
von 0 Formen

Pakte als Ketten.  
Waagerecht mit Gegenteil; Senkrecht mit Co-Form

Es bzw. Komplexe, die als Pakte organisiert sind, d.h. gleichgerichtete Vektoren haben, hängen zusammen wie Ketten, was auch entsprechende Kettenreaktionen bzw. Domino-effekte in zweitrangigen Wirklichkeiten erklärt.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

Stichworte zur Übertragung  
Übertragungen laufen über die fA. Übertragung ist von jeder pr Einheit auf eine andere möglich: z.B. von W² auf P², von P² zu anderer P² und innerseelisch.  
Wie in der Psychoanalyse könnte man unterscheiden: positive und negative Übertragung. [[326]](#footnote-326)

Zwei Symbolbilder sollen verschiedene Aspekte der Übertragungen zeigen. (Abb. 44)

Die Abb. soll ein zentrales negatives Es (schwarz) in einem Komplex darstellen, das andere Es so lange bestimmt, solange die Teile miteinander paktieren (rechte Seite). Wobei es aber schon bei geringfügigen Verschiebungen zu einer Kollision kommen kann (linkes Teil, Pfeil).

„Zahnrad“: Ein Erster (1.) dreht am Rad.   
Alle müssen mit. Gleiche müssen sich gleich, Gegenteilige (z.B. schwarze Schafe) sich andersherum drehen.   
Dort, wo es `klemmt´ (**\***), wird eventuell jemand krank.

\*

1.

Resümee: Wir finden bei „unseren“ Komplexen:[[327]](#footnote-327)  
• Selbstorganisation. (STW Autopoiesie).  
• Prozesse: von starrer Ordnung zum Chaos und vom Chaos zur starrer Ordnung.  
• Relativierung des Kausalitätsprinzips: „Aus gleichen Ursachen entstehen gleiche  
 Wirkungen.”  
• Geringe oder starre Vorhersagbarkeit.  
• Wechselwirkung nicht nur nach innen, sondern auch nach außen.   
• Ein Komplex ist nie ganz gesättigt, sondern hat die Tendenz auf Kosten von Anderem zu  
 expandieren.   
• Komplexphasen sind wie Es-Phasen.|

### Personale Dynamik

#### Einfache personale Dynamik

##### Einleitung

Dieses Kapitel setzt zwar Kenntnisse der vorangegangenen voraus, ich versuche jedoch, das für das Verständnis Wichtigste zu wiederholen. Dabei geht es jetzt um die Dynamik des zweitrangigen Personalen. **[Hinweis: Das zweitrangige Personale kürze ich hier der Einfachheit halber mit `P´ ab - oder mit `P²´, wenn ich die Zweitrangigkeit betonen will.]**Das Es ist ja Teil der Person geworden, obwohl es für diese gleichzeitig etwas Fremdes ist. Das macht das Verständnis dieser Dynamiken schwierig, denn die betroffene Person kann sich sowohl mit dem Es identifizieren, als auch dem Es, als dem ihm Fremden, gegenüberstehen. Genau genommen macht P² beides: Sie ist immer mehr oder weniger mit dem Es identifiziert oder steht ihm gegenüber. P² hat dadurch nie eine eindeutige Identität. P² kann so nicht in sich ruhen, denn das Es oder der Komplex, der P² bestimmt, ruht auch nicht in sich. Das Es ist instabil, weil es sowohl die in ihm innewohnenden Gegenkräfte in Schach halten muss, als auch von außen immer wieder neuen Input (neues „Futter“) benötigt, um zu existieren.

###### Vergleich erst- und zweitrangige personale Dynamiken

• Allgemeiner Charakter der P²-Dynamiken: Sie sind eher inadäquat, dinghaft, fremdbestimmt, „verrückt“, gestört, unbewusst,[[328]](#footnote-328) passiv, funktional, automatisch, reflexartig, künstlich, chiffriert, widersprüchlich und paradox. (Siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte Q).  
Von ihrer Ausrichtung: zu pro, zu kontra oder zu 0.  
Statt frei bestimmtem Leben wird die Person (P) nun von fremden Vorgängen dominiert. Solange die Person sich dem Es unterwirft, muss sie das tun, was Es vorschreibt oder P-Anteile werden geopfert.  
P hat zwar noch gewisse Wahlfreiheit (s. a.a.O.). P kann aber das Es nicht unmittelbar durch einen Willensakt beseitigen, da sich dieses materialisiert hat.  
Die „Primärvorgänge“ nach S. Freud ähneln den zweitrangigen Dynamiken.  
• Die erstrangige Dynamik ist klar und eindeutig.   
• Kein Mensch zeigt ausschließlich erstrangiges Verhalten, weil kein Mensch sich absolut klar und eindeutig verhalten kann, sondern stets P²-Anteile hat und sich dementsprechend verhält.

Die Person (P) zwischen +A und fA

P steht zwischen den Vor- und Nachteilen des +A und der +fA.   
Kurz Vorteile der +fA: Bildung aller möglichen +Hyperformen. P bekommt +\* (Kick usw.).   
Nachteile siehe letzter Abschnitt.→ P reagiert mit Abwehrmechanismen.  
Vorteile +A: +`Metahilfe´ (Erlösung usw.). Nachteil: keine +Hyperformen, Entzug → P reagiert mit Widerstand.  
Therapeutisch wichtig: Das +A lässt P bei Störungen durch die fA nicht alleine.   
F. Hölderlin: *„Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch!“*

###### Selbst- oder fremdschädigende und teure/ nicht teure Dynamik

Zweitrangige personale Dynamik wird langfristig mehr oder weniger selbst- und/oder fremdschädigend sein.   
P²-Dynamiken nach außen werden vor allem andere Menschen schädigen, in der Person stattfindende eher die betreffende Person selbst. Von letzteren wiederum sind die Dynamiken bei denen P in der Rolle des Es fungiert eher fremdschädigend und die `Opferdynamik´ am selbstschädigenden, während Sucht-, Abwehr und Verdrängungsmechanismen dazwischen liegen.  
Eine Interaktion mit dem Es wird umso teurer, je fremder und unähnlicher das fremde Absolute gegenüber dem eigentlichen Absoluten ist, das es ersetzt.[[329]](#footnote-329)|

###### Symbiose und Parasitismus zwischen Es und P²

Zu Beginn bilden die +Es mit P eine Symbiose. Beide Parteien geben und nehmen. Metaphorisch ausgedrückt: die P geben den Es ihr Blut, die +Es geben P dafür Drogen und Sicherheit² vor den –fA, die sie jedoch selber aufgebaut haben. Beide benötigen einander. An sich sind die Es von P abhängig; P ist von den Es bzw. fA dagegen überwiegend nur subjektiv abhängig. (Das ist für die Therapie wichtig.)   
Beide verbindet eine Art Hass-Liebe. Sie „lieben“ einander mit „Libido“, solange jeder dem Anderen das gibt, was der Andere benötigt. P² braucht das Es als Ersatzabsolutes, weil es das eigentliche Absolute nicht hat. Ebenso braucht das Es P² als Wirt. Feindschaft oder Hass kommen auf, wenn einer von beiden oder gar beide die symbiotische Rolle nicht mehr erfüllen. Es wird P unter Druck setzen und tyrannisieren, wenn diese nicht mehr in seinem Sinn funktioniert, insbesondere, wenn P versucht, wieder Herr im Hause zu sein. Schon jetzt sei gesagt, dass dies eine typische Situation ist, in der P krank wird. Befreit sich P jedoch von ihrem(n) Es, so stirbt Es, P aber nicht. Andererseits ist P vom Es subjektiv so abhängig, dass sie oft lieber selbst stirbt, anstatt ihr Es sterben zu lassen, denn das/die Es sind ja ihr Absolutes geworden. Der Suizid ist aus dieser Sicht die letzte logische Konsequenz in dieser Auseinandersetzung.  
Das Zusammenspiel zwischen den Es und einer Person zeigt, wie erwähnt, **auffällige Parallelen zur Symbiose und Parasitentum** - denn nahezu jedes Charakteristikum der Parasiten trifft auch auf die Es zu!   
Ich gehe in der ungekürzten Fassung näher darauf ein.

Ich behandele nun nacheinander folgende Themen:

1. P²- Dynamik in Identifizierung mit einem Es bzw. einem Es-Anteil.   
2. P²- Dynamik zum Es oder einem seiner Anteile hin.  
3. P²- Dynamik, die P² in der Opferrolle zeigen.   
  
(Punkt 1. und 2. betreffend habe ich alle entsprechenden `Sekundäraktionen´ in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)  
in der Spalte `P´ aufgeführt.   
Zu 3.: Die `Opfer Dynamik´ ist in Spalte O aufgeführt. Alle Arten der Dynamik überschneiden sich!)

##### Personale Dynamik als Es

Allgemeines

Relativbereich von Es und P

Es-Kern

Bereich  
 außerhalb von P

Diese Abb. 45 soll die Richtung dieser Dynamik deutlich machen:   
Sie geht vom Es-Kern der Person bzw. von einem seiner Teile zentrifugal  
 in den Relativbereich oder nach außen (linker Pfeil).

In diesem Abschnitt geht es um eine Dynamik, die vom Absolutbereich des Es, dem Kern-Es, ausgeht. Das ist v.a. am Anfang der Dynamik der Fall. Die Person (P) ist in diesem Fall mit dem Kern-Es identisch und handelt aus diesem heraus. P agiert hier als Es, da P auch Es geworden ist, bzw. das Es personalisiert und individualisiert wurde. Genau genommen agiert hier P² nichts als das Es selbst, sondern als dessen Funktionär, Partizipant und Stellvertreter. P ist Subjekt² und Objekt zugleich! Wie erwähnt könnte man deshalb P „Sobjekt“ nennen.   
P in dieser Rolle v.a. Täter, immer aber auch Opfer der beherrschenden Es. [[330]](#footnote-330) Wenn P² aus dem Es heraus lebt, dann v.a. nach dem Schema: alles oder nichts, schwarz oder weiß, oben oder unten, Sieg oder Niederlage, dies oder das und sonst nichts, Freund oder Feind, Hass oder Liebe usw. Menschen in dieser Rolle sind selbstherrlich - selbstherrlich wie ein Gott oder selbstherrlich wie ein Teufel. Häufige Mottos sind: „Wer nicht für mich ist, ist gegen mich”, „Nur das gilt, nichts anderes.“ usw. Nicht das verbindende „und“, sondern spaltende, ausschließende „oder“ dominieren.[[331]](#footnote-331)  
P² ist im Es gefangen und sieht die Welt nur aus dessen Perspektive. Wir leben nun das Leben des Es: Wir sehen nur, was Es sieht. Wir handeln so, wie Es es will. Wir fühlen nur das, was Es fühlt, wir lieben und hassen das, was Es liebt und hasst usw. Ich² mache das, was Es befiehlt. Ich² mache das, was mein innerer „Führer“ sagt. Notfalls opfere ich ihm mein Leben. Denn das oberste Ziel meines Lebens ist das Es, mein Parasit, weil dieser mir das gibt, was ich glaube, unbedingt zu brauchen. Nur Es lässt mich Ich² sein. Ohne Es bin ich nicht. +Es lebt mich²/ −Es tötet mich². Nur +Es gibt mir Wert. Es lässt mich alleine, sobald ich mich ihm nicht mehr unterwerfe. Das kann sich in (fast) allen Dynamiken (Vorgängen, Verhalten usw.) äußern, auch wenn diese widersprüchlich sind. Das ist für das Verständnis von Verhaltensstörungen aber auch von paradoxem Verhalten wichtig!   
D.h. auch: P kann etwas primär positiv meinen, macht aber das Gegenteil. Oder P will beispielsweise Alles, bewirkt aber das Nichts. Wie gesagt, versuchen das Es und damit auch dessen P, sich auch nach außen zu stabilisieren und zu expandieren. D.h. auch: P kann auch durch ein Es über andere Menschen dominieren.   
Was Es mit mir macht, mache ich jetzt mit Anderen(m). Ich kann von den Anderen fordern, dass sie das machen, was ich für richtig halte. „Andersgläubige” werden dann ausgegrenzt oder bekämpft. P erlebt eine Infragesetzung ihres Denkens oder Handelns als Infragesetzung oder Angriff auf die eigene Person. Sachfragen werden persönlich genommen. Das muss auch so sein, denn P² ist mit ihrem Es identifiziert und wenn das Es angegriffen wird, dann muss das als Angriff auf die eigene Person erlebt werden.  
Die [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) zeigt in der Spalte `K´ über alle Aspekte hinweg den Charakter von P, wenn sie sich mit Es identifiziert hat!

###### Person als Es-Teil

Pro-fA  
+ | ‒ | 0

Kontra-fA  
‒ | + | 0

NICHTS  
0 | + | ‒

ALLES

Diese Abb. 46 zeigt von welchen Es-bereichen aus P agiert, wenn sie sich mit diesen identifiziert hat.  
 Die Kehrseiten in grauer Schrift sind latent, können aber jederzeit aktiviert werden.

Pro-fA/ +

P² ist mit Pro/ +fA identifiziert. (Pro-fA und +fA setze ich hier gleich.)  
Alle Pro-fA-bestimmten Verhaltensweisen sind mehr oder weniger Variationen von: P liebt (+verabsolutiert) etwas, sich oder andere Personen zu sehr und hasst (− verabsolutiert) deren Gegenteile zu sehr.  
Liebt oder verabsolutiert die Person vor allem sich selbst, dann entspricht das vor allem egoistischem und narzisstischem Verhalten, bei völliger Identifikation, d.h. wenn ich ganz +\* bin, bis hin zur Manie.  
Ich darf es aber auf keinen Fall verlieren, dann droht der Absturz, der Verlust an Identität usw. Deshalb muss ich es dauernd füttern. Im Hintergrund lauert immer sein Gegenteil, das Kontra-fA, dessen Realisierung ich abwehren muss, um mich als +\* zu erhalten. Wegen dieses Kraftaufwandes werden wir das, was wir zu sehr lieben (z.B. uns als +fA) zumindest latent auch zu sehr hassen. Wir müssen es (uns) auch zu sehr hassen, weil wir für das Pro-fA ausbluten. Andererseits bluten wir gerne für es aus, weil es unsere Identität geworden ist.  
P überschätzt sich in dieser Rolle. P sieht ihre Grenzen nicht, da sie innerlich mit Endorphinen gedopt ist. P ist an dieser Stelle manipulierbar und verletzbar. („Offenes weißes Tor“ in der Vereidigung des Selbst; s.später.)  
 Eine besondere Rolle spielt ein Verhalten von P aus den positiven Seiten von Kontra-fA oder 0-fA. Wenn die Aufrechterhaltung des Pro-fA zu teuer geworden ist, werden die positiven Seiten des Kontra-fA immer stärker und von diesen aus wird P ein dem Pro-fA gegenüber konträres, feindliches Verhalten zeigen. Insofern ist ein ambivalentes Verhalten bei jeder Verabsolutierung vorprogrammiert und wird, zumindest bei genauerem Hinsehen, mehr oder weniger deutlich.| Wenn sich diese Dynamik in P selbst abspielt, so wird P sich selbst zu sehr lieben und erhöhen und gleichzeitig zur sehr hassen und erniedrigen. Selbst-erhöhung und Selbstbestrafung halten sich oft im Gleichgewicht oder wechseln sich ab.

Kontra-fA/ ‒

P² ist mit Kontra/−fA identifiziert. (Die Begriffe Kontra-fA und −fA verwende ich hier synonym.) Die Verhaltensweisen einer Kontra-fA-bestimmten P sind mehr oder weniger Variationen von: P hasst sich oder andere(s) zu sehr und liebt zu sehr deren Gegenteile. Im Grunde genommen sind beide nur zwei Seiten der gleichen Medaille, nämlich des Es.   
  
0

Das Verhalten von P, wenn sie mit dem 0-Teil identifiziert ist, entspricht im Wesentlichen dem eines Nihilisten oder eines Menschen, der Wesentliches im Leben verdrängt. Sein hauptsächliches Verhalten könnte man nennen:  
Ich ignoriere, annulliere, liquidiere, vernachlässige, opfere, verdränge Etwas, Jemand oder auch mich selbst.   
Beispiel: „Ich bin der Geist, der stets verneint …“ (Mephistopheles).  
Es finden sich häufig Leerhandlungen, z.T. sog. Übersprunghandlungen u.ä.   
Das Verhalten dieses P steht einem Verhalten, das durch ein Alles oder Pro-fA oder Kontra-fA bestimmt ist, entgegen. Sind diese aber gegensätzlich konnotiert, paktieren sie miteinander. Siehe auch `[Negierung (Alles oder Nichts](#_1._Negierung_(Alles)´.

Ambivalentes, paradoxes usw. Verhalten

P wird sich **ambivalent**, zwiespältig verhalten, wenn gegensätzliche Kräfte etwa gleich stark sind. Wenn also Alles und Nichts oder Pro-fA und Kontra-fA in P die gleiche Macht haben. Etwa: P liebt und hasst gleichzeitig zu sehr. (Die widersprüchlichen Verhaltensweisen müssen nicht gleichzeitig bestehen, sondern können natürlich auch nacheinander auftreten.)   
Die Gegenkräfte können sich aber auch im Gleichgewicht halten (☯) und neutralisieren.  
P wird sich **paradox** verhalten, wenn das sie bestimmende +fA negativ oder das –fA positiv konnotiert ist. Näheres → [Ambivalente und paradoxe Reaktionen](#_Ambivalente_und_paradoxe). |

Gleiches und gegenteiliges Verhalten durch Pro-/ Kontra-/ 0 fA

Durch gegenteilige fA-bestimmte P können gleiche Verhaltensweisen und durch gleiche fA-bestimmte P können gegenteilige Verhaltensweisen zeigen. (Siehe auch Spiel und Gegenspiel a.a.O.)  
Beispiel: Man kann den Zwangsgedanken haben, Jemanden umbringen zu müssen, weil man ihn zu sehr hasst. Es kann jemand aber auch den gleichen Zwangsgedanken haben (wie einer meiner Patienten), weil er seine Angehörigen zu sehr liebt. (Die Familie war sein +fA, das er dann verlöre.)  
Obwohl die Aufrechterhaltung dieser entgegengesetzten Positionen P viel Energie erfordert, so hat P doch Vorteile, wenn sie sowohl aus dem Pro-fA als auch aus dem Kontra-fA lebt. Sie kann sich dadurch in einem, wenn auch teurem Gleichgewicht halten. Sie kann die Nachteile des einen fA durch gegenteiliges Verhalten kompensieren. Sie kann diese „Pendelstrategie“ als Abwehr bzw. Schutz nehmen und sich dadurch unangreifbar machen.|  
(STW „hochmütige Bescheidenheit“.) Auch das Nebeneinander anderer Pro-fA und Kontra-fA hat ähnliche Effekte.)

###### Systematik (fakultative Ausführungen)

P² mit fehldimensionierter Dynamik

**a1**: P handelt in diesem Aspekt vor allem aus einer „absolutistischen“ oder relativistischen oder nihilistischen Position heraus.  
**a2**: P handelt vor allem aus einer überidentifizierenden oder verfremdenden Position heraus.  
**a3**: P handelt aus einer hyperrealistischen oder falschen oder unrealistischen Position heraus.|  
Beispiel für Kritik an einem solchen Hyperrealismus (wie er auch in den gegenwärtigen Psychologien vorherrscht):

„Ich fürchte mich so vor der Menschen Wort.  
Sie sprechen alles so deutlich aus:   
... Die Dinge singen hör´ ich so gern.   
Ihr rührt sie an: sie sind starr und stumm.   
Ihr bringt mir alle die Dinge um.“ (Rainer-Maria Rilke)

Manche P² drücken aus einer solchen Position alles nur im Indikativ aus, sie scheinen keinen Konjunktiv, keine Möglichkeitsform zu kennen. Andere wiederum scheinen sich im Gegensatz dazu nie klar ausdrücken zu können.  
**a4**: P handelt in diesem Aspekt aus einer einseitigen, monistischen oder dualistischen Position heraus. P chaotisiert oder spaltet, abspaltet, isoliert oder fusioniert sich oder etwas oder andere Personen.|  
**a5**: P handelt in diesem Aspekt vor allem aus einer deterministischen und dogmatischen oder unzuverlässigen und libertinistischen Position heraus.  
P wird aus diesem Aspekt heraus sich oder etwas oder andere Personen einerseits zu sehr verunsichern, zu sehr loslassen oder andererseits zur sehr fixieren, fehlprogrammieren, nötigen und determinieren.|  
**a6**: P handelt in diesem Aspekt aus einer diktatorischen und radikalen oder egalistischen Position heraus. P wird hier vor allem egalisieren oder radikalisieren, untertreiben oder übertreiben.  
**a7**: P handelt in diesem Aspekt vor allem aus einer automatistischen, autokratischen, tyrannischen oder servilen Position heraus. P wird sich (oder anderes) zu sehr unterwerfen, überanpassen oder zur sehr verselbstständigen.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

P²-Dynamik nach den IV Hauptdifferenzierungen

• Sein

In ihrer Identifizierung mit dem entsprechenden Es handelt P wie ohne Geist, wie ein Etwas (oder gegenteilig, als eine Art „Geist“), weil P durch Es entpersonalisiert und materialisiert (oder fehlvergeistigt) ist.|

• Leben

In ihrer Identifizierung mit den entsprechenden Es handelt P insbesondere als Funktionär und wie ein Apparat bzw. Apparatschik oder Roboter usw. (Wie viele psychisch Kranke fühlen sich leider so!)   
Auch: hypervital oder wie tot.[[332]](#footnote-332)

• Qualitäten

P nimmt hier insbesondere perfektionistische oder negativistische oder positivistische (im psychologischen Sinn) Positionen ein. Das Leben bzw. das Verhalten von P wird zu negativ, zu mangelhaft oder zu positiv oder insgesamt zu fehlerhaft und gestört sein.

• Zusammenhänge (Subjekt, Objekt-Rollen)

P nimmt hier insbesondere subjektivistische oder objektivistische bzw. funktionalistische oder instrumentalistische Positionen ein.  
P verhält sich hier eher wie ein Objekt (→ [Subjekt-Objekt-Umkehr](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Subjekt-Objekt-Umkehr#_Die_)) oder wie ein absolutes Subjekt.   
In Bezug auf Zusammenhänge stellt P Zusammenhänge her, wo an sich keine sind oder es werden bestehende Zusammenhänge negiert und aufgelöst.

P-Dynamik als fremde Einheit

• P-Dynamik als fremdes Alles-oder-Nichts

P nimmt, entsprechend dem Es, mit dem sie sich identifiziert hat, eine totalitäre oder negierende Position ein und verhält sich dementsprechend. „Ganz oder gar nicht, sagt das Es.“ Und so verhält sich P. Die Person verhält sich nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip.[[333]](#footnote-333) Dieses Alles-oder-Nichts-Verhalten findet man auch im Alltag häufig. Etwa nach dem Motto: „Entweder schaffe ich das ganz oder gar nicht.“ Oder: „Wenn ich das nicht schaffe, dann mache ich gar nichts mehr.“ „Entweder es läuft so, wie ich mir das vorstelle oder gar nicht.“ Oder: „Entweder bist du ganz für mich da oder gar nicht.“ Es gibt keine Zwischenstufen, keine Differenzierung.

• P als „Gott“ oder „Teufel“

P vergötzt oder verteufelt bzw. dämonisiert oder profaniert aus diesen Positionen sich oder Andere(s). P kann sich so wie sein eigener Gott oder sein eigener Teufel verhalten.|

• P als „Ding“ oder „Hyperperson“

P kann sich nach dem dahinterstehenden Es wie eine Sache, wie ein Ding fühlen und verhalten (weil entpersonalisiert) oder gegenteilig (wie eine Hyper-Person). Oder P geht mit anderen so um.

• P als „Hyper-Ich“ oder andere Person

P fühlt oder verhält sich hier wie ein Mensch, der in sich ganz gefangen oder nur auf sich bezogen ist (Egozentrizität) - oder sich wie eine andere Person fühlt und verhält („Heterozentrizität“).

• P-Dynamik zu körperlich, zu geistig, zu seelisch

Je nachdem mit welchem Anteil (Körper, Seele oder Geist) sich P identifizierte wird sich die betreffende Person dementsprechend fühlen und verhalten. Auch hier gibt es entsprechende Gegensatzpaare. (z.B. „Kopf“ ↔ „Bauch“). Es fehlen, wie bei den anderen Aspekten auch, Zwischentöne im Verhalten.   
Das Verhalten ist zu körper- oder zu geistbestimmt. (Z.B. Bodybuilder ↔ Intellektualist).

Weitere Differenzierungen (Beispiele)

Bei den weiteren Differenzierungen beschränke ich mich in dieser Ausgabe nur auf einige Beispiele, zumal die Rolle von P als Opfer der Es in Bezug auf eine Krankheitsentstehung noch wichtiger ist.  
In Stichworten habe ich alle Differenzierungsaspekte und deren personale Dynamik in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) aufgeführt.

Asp. 7: Befinden

Ist P mit dem +Teil dieses Es identifiziert, was extrem bei der Manie der Fall ist, wird P sich übermäßig stark und super fühlen und entsprechend agieren, d.h. überaktiv und euphorisch agieren, sich zu viel zutrauen, sich letztlich überfordern.   
Ist P mit dem −Teil des Es identifiziert, dann wird sich P sehr ängstlich und depressiv fühlen. Ist P mit dem Null-Teil des Es identifiziert, so wird P eher eine Leere, vielleicht auch ein „horror vacui“, wie bei schweren Depressionen empfinden. Menschen, die zum Hedonismus oder übertriebenem Optimismus einerseits oder Pessimismus andererseits neigen, sind hier besonders gefährdet.

Asp. 8 Wollen

Wir wollen dann das, was das oder die Es „wollen“ und nicht das, was wir eigentlich wollen.

Asp. 11: Notwendigkeiten

P handelt hier aus einem Es heraus, das verabsolutierte Notwendigkeit repräsentiert.   
P wird glauben, dass dieses und jenes, das an sich keine absolute Notwendigkeit ist, unbedingt notwendig ist und getan werden muss. Da P als Es v.a. in der Täterrolle ist, wird P aus dieser Position heraus unbedingt notwendiges Handeln vor allem bei anderen Menschen fordern. Es handelt sich i.d.R. um dogmatische, bürokratische oder technokratische Menschen („Muss-Menschen“) einerseits oder als Gegenpart um Menschen, die zur Anarchie neigen. Entsprechend einer Gegensatzpaar-Dynamik kommt es häufig auch zum Wechsel zwischen der einen und der anderen Position.

Asp.12: Moral

P handelt aus Moralismus oder aus Gewissenlosigkeit heraus.   
In diesem Zusammenhang darf ich auf den Unterschied einer Charaktereigenschaft oder einer absolut genommenen Eigenschaft hinweisen: Nur im letzteren Fall handelt es sich um eine Eigenschaft, die nicht durch ein höheres positives Absolutes (also letztlich das +A bzw. Gott) relativiert wird. M.a.W.: Ich kann auch übermoralisch sein, ohne dass es mich beherrscht.  
Ist die Moral verabsolutiert und handelt P aus ihr heraus - und nicht zu ihr hin (s. später) - so wird der Betreffende glauben, genau zu wissen, was moralisch oder unmoralisch ist. Von dieser Position aus glaubt er vor allem zu wissen, was er richtig und andere falsch machen.

Asp.13: Die verzerrte Sicht

(Abb. 47) Wie durch falsche Brillengläser hat der Betreffende verschiedene Sichtweisen:  
Links: = Pro-, rechts: Kontra-Sicht; In der Mitte ambivalente Sichtweise.  
Links etwa auch: wie Vergrößerungen bzw. rosarote Sicht mit Vorteilen² - rechts dunkle Prismen oder keine Sicht. Beachte: Eine gleichzeitige Sicht durch die verschiedenen `Gläser´ ist natürlich auch möglich.

##### Personale Dynamik zum Es hin

Themen: 1. Sucht nach +\* 2. Abwehr gegen –\* 3. Indifferenz zu 0.

Allgemein:

Dieses Thema (P-Dynamik *zum Es hin*) ist in Bezug auf die psychischen Krankheiten wichtiger als die vorher beschriebene Dynamik vom P *als Es*, weil hier die Person dem Es schon größere Opfer bringen muss als zuvor.   
Die Person (P) agiert in wie ein Gefangener des Es. P muss entsprechend große Opfer bringen, um das Positive zu bekommen, das ihr unbedingt nötig erscheint und das Negative abzuwehren, das für sie bedrohlich und feindlich ist.| Religiös formuliert könnte man sagen: Nachdem wir im Paradies den Apfel vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen gegessen haben, scheinen wir nun verflucht zu sein, das Gute unbedingt tun und das Böse unbedingt vermeiden zu müssen.  
P kann nicht mit Es und nicht ohne Es sein. Wenn +fA mein Leben, meine Droge, geworden ist, dann ist sein Verlust oder das −fA wie Sterben oder Tod. Also mache ich alles, um +fA zu erhalten und −fA zu vermeiden. Dabei ist ein dauernder Kraftaufwand erforderlich, denn das +fA muss dauernd gefüttert werden und das −fA muss dauernd abgewehrt werden. Das Es lockt mit seinem +fA und droht mit seinem −fA.   
Alles kann Es für P sein: +Es (Suchtobjekt), –Es (Abwehrobjekt) oder 0 (Nullobjekt).

P im`psychischen Bermuda-Dreieck´. (Abb. 48)

+fA:

Das Gute\*, die Ideale\*

−fA:

Das Böse\*, Feindliche\*, Tabu\* usw.

erreichen

0\*:  
 die LEERE

füllen

abwehren

Der Gegenspieler ist immer mit von der Partie. Zumindest latent. Und mit dem Erreichen des +fA oder der Abwehr eines −fA wird er, der Gegenspieler, umso stärker, weil der Preis zu hoch wird, das +fA aufrecht zu erhalten und das –fA zu verhindern. Was ich zu sehr liebe, muss ich so auch zu sehr hassen.[[334]](#footnote-334)  
Wovon ich abhängig bin, liebe und hasse ich zu sehr. Auch: der Abhängige macht schnell Andere abhängig.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

###### Sucht

P sucht ein +fA, das ihr absolut Positives² (+\*) gibt.  
P fühlt sich „toll“ „super“, ist „high“, wenn sie +\* bekommt.[[335]](#footnote-335)

Wonach Sucht?

Die Sucht richtet sich nach etwas verabsolutiertem Positivem. Das ist in der Regel ein +fA. Es kann aber auch die positive Seite eines −fA oder eines f0 sein, nach der wir süchtig sind. Das ist meistens der Fall, wenn ein +fA zu teuer geworden ist und kein anderes +fA als Suchtobjekt vorhanden ist.  
P sucht im „psychischen Bermuda Dreieck“ ein +\* (+ von Pro, + von Kontra, oder + von 0) und opfert dabei langfristig +¹ (oder anderes +²). P findet in diesem Dreieck keine Ruhe, springt von einem Pol zum anderen.[[336]](#footnote-336)  
Angst: Jedem +² (Höhepunkt²) folgt (oder ist begleitet) ein –² oder 0.  
**Wichtiger als die bekannten stofflichen Abhängigkeiten (nach Alkohol und Drogen) sind für unser Thema die nichtstofflichen Abhängigkeiten!**[[337]](#footnote-337)

Nach +fA

Die Es bieten anfangs vor allem die positive Seite (+fA) von sich an. Es verspricht immer mehr als sie hält. Es hat gegenüber dem erstrangigen Positiven häufig den Vorteil einer schnelleren Befriedigung, auch wenn das i.d.R. mit einem höheren Preis für P verbunden ist.  
Alle Aspekte können als +fA fungieren.   
 Beispiele:  
• Erfolg (Asp. 15)   
P muss dauernd und immer mehr Erfolge in das Es-Zentrum pumpen, um sich wohl zu fühlen, denn das +fA, das ihm Wohlbefinden macht, wirkt immer kürzer (hat eine immer kürzere Halbwertzeit) und immer schwächer. Wir *müssen* unsere Egos füttern. Deshalb sind wir zum Erfolg verdammt.  
• Sicherheit (Asp. a5)  
Z.B. Genaueste Vorschriften, die befolgt werden müssen, vermitteln ein besonderes Sicherheitsgefühl. Vorschriften etwa wie bei einer Armee, wobei das Große und Ganze, das tatsächlich gefährlich ist, in den Hintergrund gedrängt wird. (Besonders groteskes Beispiel: Die Anweisung für die Terroristen am 11. September 2002 penibel auf die Sauberkeit ihrer Kleidung zu achten, um ins Paradies zu kommen.) Häufiges Verhalten auch bei Zwangskranken, die durch eine penible Befolgung irgendwelcher Riten ein Sicherheitsgefühl bekommen, das teuer erkauft ist und langfristig noch mehr Unsicherheit erzeugt.  
• Gesundheit (Asp. 5)  
Das entsprechende +fA bzw. seine Vertreter, die Gesundheitsfanatiker oder die Menschen, die mit Gesundheit ihr Geschäft machen oder die Gläubigen, die in Gott primär ein Gesundheitsgott sehen - alle locken mit der Botschaft, Gesundheit könne unbedingt erreicht werden, wenn P nur dies oder das machte. (Ideologie des “healthism”).  
• Befriedigung (Asp. 7)  
Gegenwärtig spielen hier zunehmend eine Rolle: Drogen, Internetsucht, Fußball.   
Je mehr wir jedoch unsere Befriedigung durch solche oder ähnliche fremde Absolutheiten suchen, umso mehr werden wir Ersatzbefriedigung bzw. Ersatzglück bekommen. Und wird uns das zu teuer oder reicht uns nicht mehr, denn diese Befriedigung, dieses Glück ist ein Fass ohne Boden, dann werden wir ein anderes +\*Objekt suchen oder wir lassen uns von einem nicht erreichbaren Objekt mit einem Teil abspeisen: wenigstens ein Blick von der Geliebten, ein Stück, eine Unterschrift von einem Idol usw.   
Ähnliches sagen die Begriffe der Psychoanalyse: Ersatzbefriedigung, Ersatzobjekte, Ersatzhandlungen.   
Bei C. G. Jung ist Neurose Ersatzleiden. (Man müsste ergänzen: „und Ersatzglück“.)   
Kurz die Theorie bei S. Freud: Weil das ursprüngliche Liebesobjekt (die Mutter) verboten ist, sucht sich das Kind ein Ersatzobjekt. Die Folge des verdrängten ursprünglichen Wunsches kann ein Symptom sein. Dadurch werde der ursprüngliche Wunsch wenigstens teilweise befriedigt, denn zwischen ihm und dem Symptom bestehe „ein assoziativer Zusammenhang, sodass die Vorstellung im Symptom symbolisch dargestellt wird.“ Ersatzbefriedigung bestünde, nach S. Freud, wenn ein durch innere oder äußere Verbote nicht realisierbarer Trieb oder Wunsch durch andere Handlungen ersatzweise befriedigt wird.[[338]](#footnote-338)  
Ich unterscheide: Erstrangiges bzw. himmlisches Glück, das nichts kostet und zweitrangiges und damit „kostenpflichtiges“ Glück (= Ersatzglück).[[339]](#footnote-339)|  
• Ganz allgemein zur `Lebenssucht´ siehe Abschnitt `[Leben und Tod als fA](#_Krankheit_und_Gesundheit)´ und [Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit](#_Rolle_und_Bedeutung).

Sucht nach der + Seite eines −fA

Beispiele:   
• Wahl/ Suche nach einer negativen Identität (Erikson).  
• Leidsuche, etwa: „Es fällt mir leichter zu leiden, als dauernd fröhlich sein zu müssen."   
Oder: „Mein Leid ist die stärkste Waffe gegen den gekünstelten Optimismus meiner Eltern."  
• „Krankheitssucht“ siehe Abschnitt: „Krankheitsgewinn“.[[340]](#footnote-340)  
• Auch: Depression Ist das stärkste (zweitrangige) Mittel gegen die Gefahr, manisch zu werden, wie auch andererseits die Manie das stärkste Mittel² ist, um nicht depressiv zu werden.  
Sucht, Trieb oder Impuls nach der +Seite eines −Teils eines Es ist so auch eine Abwehr der –Seiten eines +fA.

Sucht nach der + Seite von f0

Beispiele: Sehnsucht nach dem Nirwana; Alltagsreaktion: Wenn ich nicht Alles bekommen kann, dann Nichts, denn das Nichts² scheint dann immer noch erträglicher als der Verlust eines +Alles.|

###### Abwehr und Gegenbesetzung

Übersicht und Definitionen

Synonyme oder ähnliche Begriffe für Abwehrmechanismen: Gegenbesetzung, Gegenreaktionen, zweitrangiger Schutz oder Verteidigung.   
Unter Abwehr oder **Abwehrmechanismen** (ABW) verstehe ich zweitrangige, meist unbewusste Reaktionen des Betroffenen auf subjektiv absolut negativ Erlebtes (−\*), das objektiv nur relativ negativ ist. (Siehe auch [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O und P.)  
Was abgewehrt wird sind negative\* Seiten verschiedenster Es (oder −A).  
Als Gegenbesetzung verstehe ich hier die Abwehr eines Teols durch ein Gegenteil (s.u.).   
Absolut negativ Empfundenes empfindet der Betroffene als Angriff auf sein Selbst und er wird deshalb nicht gelassen, d.h. nicht mit relativen Mitteln reagieren können, sondern seine Reaktionen werden inadäquat, überschießend oder sonst fehlerhaft sein.   
„Abwehr“ von negativ empfundenen Folgen des +A bezeichne ich als **Widerstand**.  
Positive Reaktionen auf nur relativ Negatives nenne ich „**Kompensation**“.  
Als **Lösungen** oder (erstrangigen) **Schutz** verstehe ich erstrangige Reaktionen des Betroffenen auf dieses ‒\* und anderes Negatives. Gegenüber diesen sind die ABW immer teurer.  
  
Zum Unterschied von Abwehr und **Coping** in der Literatur:|  
„Coping … kann annäherungsweise als `Bewältigung´, `Stressbewältigung´ ... übersetzt werden.“[[341]](#footnote-341)  
Die Übergänge von Bewältigung (Coping) und Abwehr sind fließend. Je mehr es in Richtung Abwehr geht, desto höher wird der Preis.  
Ich würde sowohl den Abwehr- als auch Copingmechanismen nur eine zweitrangig positive Bedeutung geben, weil sie letztlich von den Kräften des Menschen abhängen und wir Menschen nur bedingte Kräfte haben.  
Coping läuft über die Ich-Stärke und kostet Kraft. Erstrangige Lösungen laufen primär über das Selbst und sind weniger aufwändig und langfristig effektiver.   
 Hypothese: Absolut negativ Erlebtes kann vom Ich alleine nicht bewältigt werden, weil das Ich nur relative Kraft hat.  
Therapie- und Abwehrkonzepte, die mehr Ich- als Selbst-zentriert sind sehe ich als zweitrangig an. Typischerweise hat das Selbst für S. Freud keine besondere Rolle gespielt. Das Ich und die Vernunft waren Absolutheiten für ihn. (Freud: „Wo Es war, soll Ich sein“, „Mein Gott Logos“ usw.).   
Ein seelisches Abwehrsystem aber, das diese beiden (Ich und Logos) oder ähnliche Zentren im Mittelpunkt hat, ist zu schwach, um sehr tiefgehende Störungen zu kompensieren. Ich vermute, dass S. Freud auch deshalb nur wenige Möglichkeiten in der Psychotherapie von Psychosen sah. Die starken integrativen Kräfte eines eigentlichen Selbst bleiben dann unberücksichtigt. Auch die Selbst-Psychologie versucht nur die alten psychoanalytischen Modelle zu erweitern, denn sie definiert das Selbst auch nur vom Relativen her.  
(Näheres siehe ungekürzte Fassung und in `[Selbst-Stärke und Ich-Stärke](#_Selbst-Stärke_und_Ich-Stärke)´.)

Was wird abgewehrt? (**Abwehrziele**)

Wie gesagt, ist alles absolut negativ Erlebte Abwehrziel. Was sind die Abwehrziele genauer?  
 1. –fA und deren Folgen an 1. Stelle.  
 2. – von +fA (z.B. zu teure Harmonie); v.a. auch Verlust eines +fA.)  
 3. – von 0\*   
 Zu 1. Abgewehrt werden v.a. Angst, Trauer, Schmerz, Schuld, Wut, Konflikte, Belastungen (Mentzos). Vor allem das absolut Erlebte muss abgewehrt werden, denn nur an den absolut genommenen Stellen ist P wirklich gefährdet, da seine Personenzentren (Es bzw. fA) angegriffen werden, mit denen P sich identifiziert hat. Ich² bin Es. Wenn du etwas\* von mir angreifst, greifst du mein Selbst an. Ich nenne das die *offenen* schwarzen (oder im Falle der +fA: weißen) Tore im Verteidigungssystem einer Person.   
(Siehe auch später: [Vulnerabilität-Stress-Theorie](#_Vulnerabilitäts-Stress-Modell)!).   
P kann auch nicht zwischen Sachproblemen und persönlichen Problemen differenzieren.|  
 Zu 2. Abwehr des – von +fA.  
Wenn Jemand/Etwas mein +fA bedroht und ich dessen Verlust fürchten muss, wird er mein Feind, denn er bedroht mich im Zentrum meiner Existenz.   
„Mein Leben lang hat mich die Vorstellung verfolgt, dass man am leichtesten verwundbar ist, wenn man etwas sehr intensiv begehrt oder liebt - dass man aller Voraussicht, ja aller Wahrscheinlichkeit nach das verlieren muss, was man sich am meisten gewünscht hat.“ (Tennessee Williams).  
D.h. auch das zu Positive kann gefürchtet oder abgewehrt werden, wenn seine negative Seite sichtbar wird oder sein Verlust droht.  
 Zu 3. Abwehr des – von 0\*  
 `Horror vacui´ macht Angst und Panik. P muss –0 mit etwas füllen. Einen Preis zahlen. Dauerflucht vor einer unerträglichen Leere. Wie viele Menschen können nicht ohne dauernden Input sein.|

So fürchtet P² den Verlust eines +fA bzw. das Kommen eines –fA oder die totale Leere oft mehr als seinen Tod.

Wie und womit wird abgewehrt? (**Abwehrmittel**)

Welches sind die Mittel, mit denen P Negatives\* lösen, abwehren oder, bzgl. Coping, bewältigen kann?  
1. Die erstrangigen Mittel und Möglichkeiten, die zu erstrangigen Lösungen führen, werden später besprochen. (→ [Erstrangige Lösungen](#_Erstrangige_Lösungen)).

2. Die wichtigsten zweitrangigen Mittel sind:

• Die Mittel der Bewältigung (Coping), die bewusster sind und Ich-Stärke benötigen und i.d.R. mit unnötig hohem Kraftaufwand verbunden sind, wenn das Ich nicht aus dem Selbst (bzw. dem +A) heraus agiert.

• „Abwehr durchOpferung**“**. Sie werden unter „[Opferdynamik](#_Dynamik_des_Es)“ und `[Notlösung durch Krankheit](#_B)_Notlösung_auf)´ gesondert beschrieben, da sie bezüglich der Krankheitsentstehungen eine besondere Rolle spielen.  
  
• Abwehr durch „Gegenbesetzung“. [[342]](#footnote-342)

- durch konträres Gegenteil (gegenteiliges fA, z.B. +fA gegen –fA)  
 - durch kontradiktorisches Gegenteil (f0 gegen ‒ vom +fA oder ‒fA)  
 - durch ähnliches Teil (was man auch „Abwehr durch Co-Besetzung“ nennen könnte.  
An erster Stelle kommen die gegensätzlichen fA desselben Aspektes infrage, letztlich aber auch die aller anderen Aspekte. Beispiel: Abwehr der Nachteile von Reichtum\* durch Überbescheidenheit\* (gleicher Aspekt) oder durch Selbstbestrafung oder Krankheit (anderer Aspekt).

**+** Gegenbesetzung

P setzt ein +\* gegen ein −\* bzw. „Götze“ gegen „Teufel“.  
Beispiele: Arbeit\* gegen Langeweile; Kontrolle\* gegen Chaos oder jedweder `Götze´, v.a. Sex\* gegen Todesangst. [[343]](#footnote-343) Fast ebenso S. Freuds o.g. Gegenbesetzung `Libido gegen Destrudo´.|

**–** Gegenbesetzung

– gegen –Im Volksmund sagt man dazu: „Der Teufel wird durch den Beelzebub ausgetrieben“, d.h. ein Negatives kompensiert ein anderes Negatives. Hier spielt Krankheit als Abwehr eine große Rolle. Diese Problematik wird später genauer beschrieben. (→ [Krankheitsgewinn](#_Krankeitsgewinn)).  
Im Alltag bemerkt man häufig, dass ein kleineres Problem durch Auftauchen (oder durch ubw Herbeiführung) eines größeren „verschwindet“. Ebenso kann auch ein kleineres Problem ein größeres verdrängen: z.B. Krankheit als Abwehr des Todes.  
Beispiel: Krebskranke Frau: „Ich musste hassen, um nicht an meiner Angst zu ersticken.“[[344]](#footnote-344)  
S. Kierkegaard: „Seit meiner frühesten Kindheit hat ein Pfeil des Kummers in meinem Herzen gesessen. Solange er dort sitzt, bin ich ironisch - wird er herausgezogen, so sterbe ich.“[[345]](#footnote-345)  
Weiteres Beispiel: Wenn etwa Eltern ihr Kind immer wieder korrigieren und verlangen, es müsse unbedingt richtig sprechen, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass das Kind anfängt zu stottern oder zu verstummen. Stottern kann man auch als Ausdruck einer Gegenreaktion durch das Kind verstehen. In den betroffenen Familien ist häufig Funktionalität allgemein und im Sprechen speziell verabsolutiert. Gegen den Erwartungsdruck dieser Familien ist (auf der zweitrangigen Ebene) eine entsprechende Gegenposition die stärkste Waffe.[[346]](#footnote-346) Ausgeprägte Dysfunktionalität (Stottern) wird so gegen das fA „Funktionalität“ eingesetzt. I.d.R. findet ein, meist unbewusster, Machtkampf um den Bestand des alten fA (Funktionalität) statt, das einerseits die Familie stabilisiert, andererseits vor allem den Indexpatienten überfordert. Der Erkrankte hat i.d.R. selbst keine eindeutige Position, sondern wechselt zwischen fA- und Kontra-fA-Positionen hin und her.   
Er sitzt zwischen beiden Stühlen, denn einerseits findet er beim alten fA (Funktionalität) noch Halt, andererseits überfordert es ihn. Diese Situation trifft auf viele psychische Erkrankungen zu.  
 Sonst:

– gegen – von + (z.B. Todeswünsche gegen unerträgliches Leben).  
– gegen – von 0 (z.B. Hass, Krieg, Fanatismus usw. kompensieren innere Leere).

Gegenbesetzung durch 0 (Verdrängung)

Hier geht es um Mechanismen, bei denen ein −\* durch ein 0 (Nichts²) abgewehrt wird.   
Die Psychoanalyse hat diese Mechanismen vor allem unter dem Begriff der „Verdrängung“ beschrieben.   
Neben zahlreichen dort beschriebenen Beispielen hier nur zwei Zitate aus I.D. Yalom `Die Schopenhauer-Kur´.[[347]](#footnote-347) „Schopenhauer machte mir bewusst, dass wir dazu verurteilt sind, uns endlos auf dem Rad des Wollens zu drehen: wir wünschen uns etwas, wir bekommen es, wir genießen einen kurzen Moment der Befriedigung, die sich rasch zur Langeweile abschwächt, auf die dann unweigerlich das nächste `Ich will´ folgt. Das Verlangen zu stillen, ist kein Ausweg - man muss ganz von dem Rad abspringen.“ (S. 360) „Tatsächlich stehen diese Ideen auch im Mittelpunkt der buddhistischen Lehre.“ (S. 338)  
Weitere Stichworte hierzu: Stoiker und ähnliche Weltflucht-Ideologien, Buddhismus „Nirwana“, „Sieg der Entsagung“. H. Hesse: „Wohlan mein Herz, nimm’ Abschied und gesunde!“; Goethe: „Jenes `Stirb´ und werde´“ u.v.a.m. Hier auch: Abwehr der negativen Seiten des Alles durch das Nichts.[[348]](#footnote-348)

Freuds `Gegenbesetzung´ im Vergleich mit Pro-Kontra-fA-Dynamik

Gegenbesetzung bei S. Freud:   
 „Psychischer Vorgang durch den die Abwehr unterstützt wird. Dient hauptsächlich dazu, Triebwünsche des Es an ihrer Verwirklichung zu hindern. Dabei dient die Destrudo dazu libidinöse Wünsche zu neutralisieren oder auch umgekehrt."[[349]](#footnote-349)   
Kritik:

Meines Erachtens ein energieraubender Vorgang i.S. einer zweitrangigen Lösung.   
In die Terminologie dieser Arbeit könnte man die Beschreibung der Gegenbesetzung aus der Psychoanalyse wie folgt übersetzen:  
Es handelt sich um eine Dynamik in W² [[350]](#footnote-350)zwischen fA und Kontra-fA. Es stehen sich gegenüber: Teil\* und Gegenteil. Ist oder wird ein Teil\* (fA) zu negativ erlebt, kann dessen Wirkung durch sein Gegenteil (Kontra-fA) neutralisiert werden. Diese Gegenbesetzung erfordert ständige Energiezufuhr. Auch nach S. Freud ist diese Energie so groß, wie die Energie, die das verdrängte Teil\* (fA) hat.

Innere und äußere Abwehrmechanismen

Die Abwehrmechanismen können innere oder äußere sein. Innere Abwehrmechanismen finden in dem Betreffenden selbst statt. Bei den „äußeren Abwehrmechanismen“ macht der Betreffende für seinen Schutz anderer Menschen verantwortlich. Beispielsweise kann die Einseitigkeit eines übertriebenen Pazifismus innerlich durch entsprechende aggressive Phantasien oder äußerlich durch einen aggressiven Partner kompensiert werden. Ebenso kann der Betreffende auch umgekehrt für die Abwehrfunktionen seines Partners oder anderer Menschen verantwortlich gemacht worden sein. Solche Konstellationen sind typisch für [Kollusionen](#_1._Entstehung_des).

Doppel-, Mehrfachfunktion der ABW

Da die fA und ihre Folgen zwiespältig sind, kann ein und dasselbe fA einerseits das Abwehrsystem schwächen andererseits aber auch stärken. Man kann diesen Mechanismus mit einem Panzer vergleichen, der einerseits die Abwehr schwächt, weil er unbeweglich macht, andererseits auch weniger angreifbar macht; oder mit Schulden, die kurzfristig entlasten, langfristig belasten. Je nach Situation oder Zeitverlauf stehen negative oder positive Folgen im Vordergrund. Die fA bzw. Fremd-Selbsts können so, nach dem Selbst, die zweitbesten Freunde oder, nach dem eigentlichen negativen Absoluten, die zweitschlimmsten Feinde sein. Immer aber ist in der Quintessenz die Abwehr über Fremd-Selbsts teurer als über das eigentliche Selbst.

Übersicht über alle möglichen ABW-Mechanismen aus eigener Sicht

Siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten O und P. Dort sind unter anderem auch die o.g. Abwehrmechanismen aufgeführt. Noch weitere müssten dort nachgelesen werden.

Zusammenfassung ABW

Antworten auf die W-Fragen: Wer? Was? Warum? Womit? Wie? Wann?, Wo? Wozu? Welche? Wie lange?  
• Wer wehrt ab? P² mit entsprechenden Es-Teilen/ -Seiten.  
• Was wird abgewehrt? Verabsolutiertes Negatives.  
• Warum? Um Negatives zu beseitigen und Positives aufrechtzuerhalten.   
• Womit? Alles negativ Empfundene kann mit allem psychisch Relevanten abgewehrt werden.  
• Wie? V.a. durch Gegenbesetzung oder Opferung.  
• Wo wird abgewehrt? Vor allem im Unterbewussten von P².  
• Wie lange? Bis ein +fA überwiegt oder eine eigentliche Lösung erreicht ist.  
• Was ist der Preis? Bei P² v.a. Anteile des Selbst, sonst kommt jedes psychisch Relevante als Preis in Frage.  
• Wer zahlt den Preis? Bei Opferung vor allem P² selbst, sonst andere P oder andere Wirklichkeit (z.B. Umwelt).  
• Wie teuer wird abgewehrt? Die ABW ist umso teurer, je mehr vom +A bzw. Selbst geopfert werden muss.   
• Was wird verteidigt? Das Es und sein System.  
• Aktiv oder passiv/ bewusst oder unbewusst? Aktiv und bewusst als Aktionen oder Reaktionen vor allem in Form von Coping, passiv und unbewusst in Form von Vorgängen und Funktionen vor allem in Form von Abwehrmechanismen.

###### Ambivalente und paradoxe Reaktionen

Patient L.: „Es gibt zwei große Unglücke, die ich fürchte:  
Erstens, dass das eintritt, was ich am meisten fürchte und   
zweitens, dass das in Erfüllung geht, was ich mir am meisten wünsche.“

Genau genommen ist jede Reaktion von P² zwiespältig, weil das Es, auf das P bezogen ist, auch zwiespältig ist. Am stärksten ist dieser Zwiespalt, wenn ein +fA-Teil und –fA-Teil eines Es gleich stark sind oder sich zwei widersprüchliche Es gegenüberstehen. P² bzw. das Ich² ist im Es gefangen.[[351]](#footnote-351) Das Ich sieht sich dann Widersprüchen und Paradoxien gegenüber, die für das Ich unlösbar scheinen und wichtige Grundlagen für psychische Krankheiten bilden.   
Das Ich befindet sich dann immer wieder in Alles-oder-Nichts Situationen, kann zwischen den Plus- und Minus-Anteilen des Es (+fA bzw. −fA) zerrissen werden oder es fällt ins Nichts. [[352]](#footnote-352) Die Gegenkräfte können sich aber auch im Gleichgewicht halten (☯) und neutralisieren. Zu anderen Personen kommt der Betroffene in überstarke Liebes- oder Hass- oder Indifferenz-Beziehungen ohne fließende Übergänge. Jeder Abhängige liebt oder hasst so das zu sehr, von dem er abhängig ist.|  
Durch die subjektiv sehr unterschiedlich bewerteten fA kann es zu „Verrücktheiten“ kommen, die vom sogenannten gesunden Menschenverstand her gesehen, kaum begreiflich sind, in der zweitrangigen Dynamik aber wichtige Funktion haben. Was erst abgewehrt wurde, weil es –\* konnotiert war, kann zum +\* werden und umgekehrt. Außerdem bestehen oft auch mehrere Funktionen gleichzeitig: Sucht und Abwehr zugleich oder alternierend. (STW „Triebmischung“).  
Sucht, Abwehr und Opferung hängen als Funktionen der Gegenteile (+fA, −fA, 0) der totalitären Einheit `Es´ zusammen, wie diese Gegenteile selbst. Stirbt der Feind, dann auch der falsche Freund. Stirbt der „Teufel“, dann auch der falsche Gott.[[353]](#footnote-353) Aber auch: Stirbt der Feind, dann lebt der Götze kurzzeitig auf. Der Götze benötigt den „Teufel“, um selbst zu sein und umgekehrt. Mein „Gott“ ist auch mein Teufel (oder nichts). Mein zu sehr Geliebtes wird das zugleich zu sehr Gehasste usw. In den Beziehungen neigen solche Menschen dazu, zu sehr zu lieben (→ Pakt, Symbiose) oder zu sehr zu hassen (→ Feindschaft) oder, häufiger, beides zu leben (Hassliebe) oder sich in der Leere (0) zu verlieren.[[354]](#footnote-354) Nochmals sei erwähnt, dass diese Gegensätze letztlich nur zwei (oder drei) Seiten derselben Medaille, eines Es bzw. hier Fremd-Selbst, sind und bei aller Gegensätzlichkeit zueinander, sich in ihrer Opposition gegenüber dem erstrangigen Selbst einig sind. Die Gegensätze können gleichzeitig oder nacheinander, wie phasenhaft, auftreten. Es kann gleichzeitig oder nacheinander etwa eine Ober- und Unterposition eingenommen werden. „Weil ich so demütig und unterwürfig bin, bin ich der Größte und den anderen überlegen.“ Oder das Nebeneinander zweier widersprüchlicher Wünsche: „Ich habe Sehnsucht danach, dass du mich liebst, da ich aber Liebe nur als ausbeutende Liebe kennengelernt habe, habe ich gleichzeitig Angst davor, dass du mich liebst.“   
Ebenso kann ich etwas, das ich hasste, nun zu sehr lieben, benötigen, z.B. weil es mich von der Kehrseite eines +\* befreit. „Ich hasste irgendwann die anstrengenden Diäten (während der Anorexie), jetzt mache ich mich (unbewusst) davon frei und fresse mich voll (Bulimie).“ Ich erinnere: Solche Widersprüche und Paradoxien entstehen durch [Inversionen](#_Inversion_-_Verwechslung).  
Beispiele für paradoxe Beziehungen zwischen Personen siehe auch in [Dynamik der Gegensätze](#_Dynamik_der_Gegensätze) ´   
im Kapitel `Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen´.

Faszination des Negativen

Kann Menschen nicht alles faszinieren? Kann nicht alles zumindest vorübergehend Vorteile haben, und wir darauf reinfallen, auch wenn der Preis sehr hoch ist?   
Da jedes Relative 2 Seiten hat, so hat auch das an sich negative Relative eine positive Seite, die faszinierend wirken kann, wenn sie dominiert. (→ [Verschiedene fA mit ihren Kehrseiten](#_Beispiele_für_verschiedene)).   
Es gibt die unterschiedlichsten Faszinationen des Negativen:   
• Es gibt die Faszination des Bösen.   
 Aus relgiöser Sicht ist die Faszination der Sünde ähnlich: Nachdem wir vom Apfel der Erkenntni des Guten und Bösen gegessen haben, sind wir dazu verdammt, das Gute zu tun und das Böse zu lassen und **es ist faszinierend diesen Fluch aufzuheben, indem wir das Böse tun**. Ähnlich Paulus: „… das Gute, das ich will, das tue ich nicht; sondern das Böse…“ - also „jene Kraft, die das Gute will, aber das Böse schafft?“ (In Anlehnung an Goethe).  
• Es gibt die Faszination statt einer Person nur ein Ding/ Objekt oder eine Maschine zu sein.

Beispiel: „Auf den Gesichtern dieser Männer lag eine grandiose Leere und Ichverlassenheit , die es wahrscheinlich im Laufe der Geschichte noch nicht gegeben hat … Sie lebten so sauber , so exakt, so ohne Gedanken, so ohne Gewissen wie Motoren leben. Sie warteten nur darauf angelassen oder abgestellt zu werden… Motormenschen.“[[355]](#footnote-355)   
• Es gibt die Faszination der Selbstaufgabe, die Faszination die eigene Individualität verlieren zu wollen und in einer Masse aufzugehen.   
• Es gibt die Faszination statt gesund lieber krank zu sein.   
• Es gibt die Faszination desTodes und des Nichts.   
(Stichworte: Todestrieb,[[356]](#footnote-356) Todessehnsucht, Suicid). (→ [Verkehrte paradoxe Welt](#_Verkehrte,_paradoxe_Welt)).

Die Ursachen für diese Faszinationen sind von Mensch zu Mensch unterschiedlich.   
Sie entsprechen im Wesentlichen dem, was ich im Abschnitt [Krankheitsgewinn](#_Krankeitsgewinn) unter   
`Die Vorteile im Einzelnen´ aufgeführt habe.   
Inbezug auf die Faszination des Bösen spielen wahrscheinlich Tabus eine besondere Rolle.[[357]](#footnote-357)  
Manche Menschen möchten nur das Positive und verdrängen das Negative. Dann aber lebt der Betreffende gegen seine Natur und zahlt einen Preis: Er lebt nur halb und unfrei. Es fehlt in seinem Leben das Komplement, das Gegenstück - eben die negative Seite (das Böse, Aggressive, Unmoralische usw.) Das trifft vor alem auf Humanisten, Pazifisten, Idealisten, Altruisten, Perfektionisten und Moralisten zu.[[358]](#footnote-358) Es entsteht ein unlösbarer Konflikt: Einerseits möchte der Betreffende ohne negative Seiten leben, andererseits jedoch frei und ganz sein. Deshalb sind die negativen Seiten tabuisiert und faszinierend zugleich. Es gibt im Leben und in den Märchen viele Beispiele dafür, wie Tabus unwiderstehlich anziehen.[[359]](#footnote-359)

###### P-Dynamik zum Nichts\*

Hängt von der Seite des Nichts\* ab:   
1. Die Hauptseite des Nichts = 0 von 0: fremde Leere, Nichts muss gefüllt werden.  
2. `Sucht´ zur positiven Seite des Nichts = + von 0: Beispiele: Nirwana, belle Indifferenz, Verdrängung.   
3. Abwehr der negativen Seite des Nichts = – von 0 . Beispiele: Horror vacui; Hölle als Nichts?  
Wenn wir das Verhalten von P² in Bezug auf die Alles-oder-Nichts-Alternative betrachten, so will P² primär Alles+, sonst Nichts. Wenn P nicht Alles haben kann, will sie lieber nichts, anstelle eines relativen Positiven.  
Wie verhält sich P zur `Hauptseite´ des Nichts (1.)? Wohl kein Verhalten. Verhaltenslosigkeit u.a. `Losigkeiten´.

##### Dynamik des Es zum P (Opfer-Dynamik und Folgen)

Nicht nur `Revolutionen fressen ihre Kinder´ (Pierre Vergniaud), sondern alle Es.   
„Es gibt keinen starken Wunsch, für den man nicht zahlen muss.“ (Elias Canetti)

Die Es machen Alles oder Nichts. Vor allem Nichts, das deshalb hier besprochen wird.

Opfer sind Teil jeder zweitrangigen Dynamik und Ideologie.  
Die Es benötigen Opfer. Am liebsten mögen sie das Selbst, Personales, Lebendiges.   
Entweder a) vom eigenen P oder b) Fremdes als Opfer. I.d.R. ist beides miteinander verbunden.  
Alles Personale kann geopfert werden. Für unser Thema besonders wichtig: Opferung der Gesundheit.  
  
Wie ist die Opfer-Dynamik?  
Die zweitrangigen personalen Dynamiken (D²) sind alle Es-bestimmt. Ihr primäres Ziel ist die Aufrechterhaltung der Es (bzw. Fremd-Selbsts).[[360]](#footnote-360) Die Person kann dafür sich selbst bzw. Eigenes oder Anderes opfern oder sie wird selbst geopfert. Oft lässt sich das nicht trennen.[[361]](#footnote-361) Opfert sie zu viel Eigenes, dann verhält sie sich selbstschädigend und krankheitsfördernd. Opfert eine Person eher Anderes (andere Menschen, andere Sachen usw.), so macht sie eher Andere(s) krank. (Das habe ich an anderen Stellen besprochen.)   
Zur Selbstaufopferung: Wie erwähnt, strebt P zunächst nach etwas Positivem, was sie für das Beste hält, was es aber nicht ist - und hält etwas für das Negativste (Bedrohlichste, Leidvollste usw.), was nicht so negativ ist. **Um diese Ziele zu erreichen lebt P von der Substanz, ihrem Selbst.**   
P ist doppelter Verlierer! P verliert das Spiel und sich selbst.   
Personen können aber auch die Vorteile einer Inversion ausnutzen, lassen aber Andere(s) den Preis dafür bezahlen. Die Folgen der Inversion lassen sich innerhalb von WPI übertragen! Sie lassen sich zwischen W und P und I, aber auch innerhalb von W, P oder I hin und her übertragen.   
In Bezug auf die psychischen Krankheiten interessiert uns vor allem die Dynamik der Selbstaufopferung:   
Dabei geht es v.a. um unbewusste Dynamiken, also eher um Vorgänge, Prozesse, Funktionen und unbewusste Verhaltensmuster. Es geht vor allem Erstrangiges aber auch Zweitrangiges verloren. Da Ersteres gravierender ist, steht dieser Verlust hier im Vordergrund.

###### Systematik (Auswahl)

**Genaueres bezüglich aller Aspekte siehe auch** `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) ´  **Spalten O, N und Q.**[[362]](#footnote-362)

Opferung absoluter Dimensionen

Insbesondere gehen folgende erstrangige Dimensionen verloren:

a1 Sinn, Transzendenz, Glaube und Liebe  
 Folge: z.B. P resigniert und verzweifelt.  
a2 Identität, Selbst  
 Folge: z.B. P entfremdet sich.  
a3 Wirklichkeit und Möglichkeiten  
 Folge: z.B. P versandet, de- und fehlrealisiert.  
a4 Einheit und Vielfalt  
 Folge: z.B. P spaltet sich, fusioniert.  
a5 Sicherheit und Freiheit  
 Folge: z.B. P verliert Halt, fixiert, zwangshandelt.  
a6 Grund, Mitte und Überbau  
 Folge: z.B. P geht unter, verrückt, überreagiert.  
a7 Autonomie und Geborgenheit.  
 Folge: z.B. P verliert sich, vereinsamt.

Opferung von SLQZ

Verlust von erstrangigem personalem Sein, Leben, Qualitäten, Zusammenhängen und der Subjektrolle von P.   
I. Sein  
 Folge: z.B. P verkümmert, degeneriert.  
II. Leben  
 Folge: z.B. P vegetiert, ersatzlebt, stirbt, funktioniert nicht mehr.  
III. Qualitäten  
 Folge: z.B. P verflacht. [[363]](#footnote-363)   
IV. Zusammenhänge und Subjektrolle  
 Folge z.B.: P wird Objekt, P fusioniert, spaltet sich ab.

Opferung einzelner Aspekte

1. Opferung des personalen Ganzen (Alles) - aber auch personaler Einzelheiten/ Teile.   
 Folge: z.B. P verschwindet, löst sich auf.  
2. Opferung der personalen Gottesbeziehung, die zur Sinnlosigkeit führen kann → P resigniert, verzweifelt.  
3. Opferung erstrangiger Personalität, die zur Apersonalität führen kann → P verliert sich, wird unpersönlich.  
4. Opferung der Individualität, die zu Ichlosigkeit, zum Nicht-Ich führen kann → P gibt sich auf, vereinsamt, kapselt sich ab.  
5. Opferung erstrangiger Anteile von Geist, Seele und Körper, die zur Geist-, Seelenlosigkeit und Zerstörung von Körperlichkeit führen kann. Hier v.a. Opferung von Gesundheit - P erkrankt.  
6. Opferung erstrangiger Liebe, Sexualität, Geschlechterrolle, die zu deren Verlust führen kann → P wird impotent.  
7. Opferung erstrangiger, eigentlicher Gefühle, die zur Unempfindlichkeit und Gefühllosigkeit führen kann → P empfindet nichts.  
8. Opferung des eigenen Willens und der Freiwilligkeit, die zu Willenlosigkeit und Unfreiwilligkeit führen kann → P will nichts.  
9. Opferung von eigentlichem personalem Besitz, die zu personaler Verarmung führen kann → P verliert, darbt.  
10. Opferung eigener Möglichkeiten und Fähigkeiten, die zu Ohnmacht und Schwäche führen kann P wird schwach, versagt, verliert.  
11. Opferung personaler Ordnungen mit der Folge von personaler Unordnung und Chaos →P desintegriert, löst sich auf.  
12. Opferung der Orientierung mit der Folge von Orientierungslosigkeit → P taumelt, schwankt.  
13. Opferung eigener Rechte und Kontrollmöglichkeiten mit der Folge von Rechtlosigkeit und Zügellosigkeit → P bleibt stecken, schießt darüber hinaus, untertreibt.  
14. Opferung von Kreativität mit der Folge von Kreativitätsmangel → P versandet, vertrocknet.  
15. Opferung eigener Aktivitäten mit der Folge von Inaktivität → P lahmt, bleibt stecken.  
16. Opferung erstrangiger Informationen und Gewissheiten mit der Folge von Unwissenheit und Blindheit → P erblindet, nimmt nichts mehr wahr.  
17. Opferung eigener Ausdrucksmöglichkeiten und Offenheit mit der Folge von Stummheit und Unoffenheit → P verstummt.  
18. Opferung eigener Werte und Bedeutungen mit der Folge von Wertlosigkeit und Bedeutungslosigkeit → P entwertet sich.  
19. Opferung eigener Vergangenheit mit der Folge von Erfahrungslosigkeit → P regrediert.  
20. Opferung eigener Zeit, eigener Gegenwart mit der Folge von Ruhelosigkeit → P rennt hinterher oder lahmt.  
21. Opferung der eigenen Zukunft mit der Folge von Perspektivlosigkeit → P verzagt.  
22. Opferung eigener Korrektur- und Kompensationsmöglichkeiten mit der Folge von Unkorrigiertheit → P fehlt.  
23. Opferung des eigenen Schutzes und der Geborgenheit mit der Folge von Schutzlosigkeit, Abwehrschwäche und Vulnerabilität → P gibt auf.[[364]](#footnote-364)   
  
Weiteres zu Asp.23: Schutzverlust („Die offenen Tore in der Verteidigung“) (Abb. 49)

|  |
| --- |
| Die offenen Tore oder wunden Punkte in der personalen Verteidigung.  Man kann weiße und schwarze „Tore“ unterscheiden, wobei die weißen im Wesentlichen +fS und die schwarzen −fS entsprechen. |

Die Opferung des eigenen Schutzes und der Geborgenheit führt zu etwas, das ich „die offenen Tore in der Verteidigung des Selbst“ nennen möchte. An diesen Stellen ist P besonders verletzbar, aber auch manipulierbar. Die offenen Tore bzw. wunden Punkte in unserer Psyche erkennt man auch daran, dass wir Etwas (Sachen) persönlich nehmen, weil wir mit ihnen identifiziert sind.

Der freie P¹-Rest

Wichtig erscheint mir, dass trotz aller P²-Dynamiken immer ein Rest an erstrangiger Personalität übrigbleibt.   
Es handelt sich vor allem um den personalen Anteil, von dem aus P sich noch völlig frei entscheiden kann.   
Das ist für die Therapie wichtig und ich komme in dem entsprechenden Kapitel darauf zurück.|

P opfert Andere/s und Andere opfern P

In dieser Arbeit stehen Selbstaufopferung und mangelnder Selbstschutz der Person im Vordergrund, weil sie eine wichtige Krankheitsursache darstellt. Deshalb behandele ich die „Opferung“ bzw. Bekämpfung anderer Personen nur am Rande. Allerdings sind die Mechanismen, wie ich sie oben geschrieben habe, dieselben.   
Sie sind dann nur auf andere Personen oder die Umwelt gerichtet, sodass diese eher krankheitsgefährdet sind und weniger der Betreffende selbst, von dem die Aktionen ausgehen. Wie gesagt, ist die Einteilung von P² in Partizipanten, Gegner und Opfer willkürlich. So kann auch manches Opfer, wie auch der psychisch Kranke, mehr Partizipant oder gar Täter sein, als man ahnt.  
Genauso wichtig ist, dass häufig andere Menschen die Gesundheit einer Person opfern, v.a. wenn der Betroffene wenig Selbstschutz hat.

P² Folgen und Reaktionen zusammengefasst - siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) von Spalte L bis V.

##### Phasen des Wechselspiels zwischen P² und Es

(Dieses Kapitel ist stark gekürzt. Näheres siehe ungekürzte Fassung bzw. im Kapitel [Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik).)  
  
1. Phase: **Expansion** und Aufblähung, Noch-Partizipation von P/ des Volks, Monopolisierung,  
 Aufschwung.  
2. Phase: Stagnation, **Krise**, **Umschlag**.  
3. Phase: **Untergang,** Endspiel.

1. Phase: Expansion

P ist jetzt noch mit +Es überidentifiziert. P hat noch keine Kehrseite des Es erlebt.   
P versucht im Sinne seines Es zu expandieren.   
Zwischenphase: zunehmende Konzentration auf die Belange des Es, Ausgrenzung der Gegner. Schwarz-weiß-Muster etc.

2. Phase: Krise

P bleibt nur so lange stabil, solange genügend Kraft da ist, die fA zu bedienen, d.h. +\* zu erfüllen, gegen das –\* zu kämpfen und 0\* zu füllen. Der Kraftaufwand, den der Betroffene aufbringen muss, um sein seelisches Gleichgewicht/ seine Mitte zu stabilisieren, wird immer größer. Diese Kraft geht ihm für das übrige Leben verloren! In dieser Phase wird das in der 1. Phase positiv erlebte Es zunehmend zwiespältiger und negativer.|  
P wird immer mehr Opfer des Es.   
Im Folgenden für diese Phase typische Merkmale:

• Teure Gleichgewichte (Abb. 50)

Die Grafiken zeigen, wie sich in zweitrangigen Wirklichkeiten Gleichgewichte durch zwei gegensätzliche, aber voneinander abhängige Pole einpendeln (1. Grafik) bzw. bestehen (2.-4.).   
Die zweite Grafik soll zeigen wie gegensätzliche Gruppen oder Gesellschaften Gleichgewichte bilden.   
Die dritte Grafik zeigt ein Gleichgewicht zwischen zwei unterschiedlichen Personen, wobei die mittlere Person, wie die in der 4. Grafik, dadurch im Gleichgewicht ist, weil ihre inneren Widersprüchlichkeiten ausgeglichen sind (dargestellt am Yin-Yang Symbol ☯). Die Gleichgewichte sind umso instabiler und aufwändiger, je kleiner die Basis für die Gleichgewichte ist. Es gibt keine breite Basis wie in W¹, sondern oft nur einen Punkt (= fA), von dem das jeweilige System abhängt. Hier drohen Gleichgewichtsverlust, Zerrissenheit und ambivalente oder Dilemmasituationen.

+

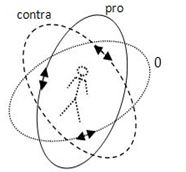
‒

9

9 9

19

• Teufelskreise (bzw. Spirale)

  
  
Teufelskreise können zwischen allen sich gegenüberstehenden Es-Teilen oder -seiten entstehen.  
Hier mit drei möglichen Hauptverläufen (ähnlich wie Elektronen auf ihren Bahnen mit Quantensprüngen).  
Beginn meist mit pro/+, dann wegen zunehmender Nachteile → zu Vorteile von contra (oder von 0), dann dasselbe Spiel von vorne oder neues Spiel mit neuen fA.

• Der Nullpunkt

Im Nullpunkt herrscht Chaos. Im Nullpunkt hängt der Betroffene in der Luft. Er hat in der Regel ausgeprägte Symptome, ist überverletzlich - und immer wieder in Gefahr, in alte Muster zurückzuverfallen.  
Die Vor- und Nachteile der Es heben sich auf. Dies ist auch ein Punkt der Entscheidung für die Person.  
STW: Der Nullpunkt als Gefahr und Chance zugleich.   
In diesem hochlabilen Zustand, kurz vor dem Umkippen des Systems, sind die Es besonders aggressiv und bringen P oft in einen hochgradigen Erregungszustand. (Ich denke v.a. an Panikattacken und akute Psychosen.)

• Umkehrung ins Gegenteil

Ausgangsposition: +fA wird immer negativer Kipppunkt Gegenteil zur Ausgangsposition:  
+fA oben, ‒fA unten ‒fA wird immer positiver (‒fA oben, +fA unten) oder Zerfall

Abb. 51: Umkippen ins Gegenteil anhand des Yin-Yang-Symbolbilds.  
 P kann ins Gegenteil oder ins Leere kippen und zerbrechen.

Die Abbildung soll auch zeigen, wie vor dem Umkippen eines Systems die Vor- und Nachteile des Es expotentiell zunehmen. Das System bläht sich auf, wird äußerst ambivalent und kollabiert (→ 0)[[365]](#footnote-365) oder kippt ins Gegenteil.[[366]](#footnote-366)  
In der Praxis ist es i.d.R. so, dass die Person(en) sich oder andere(s) immer mehr aufopfern müssen, um die immer größer werdenden Nachteile im System zu kompensieren und um so den Untergang dessen, was ihr Absolutes, ihr „Selbst", ja sie selbst geworden sind, zu verhindern.

3. Phase: Untergang

P ist jetzt Opfer seines/r Es. Erst geht P unter, dann sein Es.

Für die Person ist in dieser Phase typisch, dass sie erkrankt, weil sie den Preis für die Aufrechterhaltung der +fA und der Abwehr der − fA bzw. der f0 nicht mehr zahlen kann.[[367]](#footnote-367)   
Es ist nicht nur die Dynamik von Einzelpersonen, sondern ganzer Gesellschaften und ganzer Kulturen die so „untergegangen“ sind.  
In dieser Phase zeigt sich die Gnadenlosigkeit der herrschenden Es gegenüber P ganz ungeschminkt. Während Es am Anfang des Zusammenspiels mit P, P eine absolute Bedeutung zugemessen zu haben schien, wird P jetzt immer brutaler unterdrückt und ausgesaugt. P muss sich für sein eigenes Es opfern - oder, aus der Sicht von P: P stirbt lieber selbst, bevor es seine fremden Absolutheiten opfert.

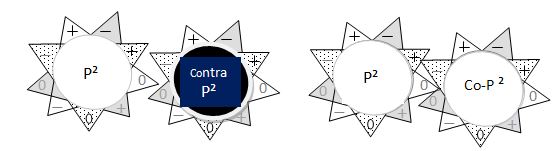
Friedrich Nietzsche ist für mich ein typisches Beispiel dafür, wie im Laufe seines Lebens ein immer gefährlicherer, sich ständig steigernder Kampf für seine Ideale und gegen seine Anti-Ideale zur Psychose führte.   
(Siehe auch: `[Opferdynamik](#_Dynamik_des_Es)´, [Krise und Erkrankung](#_Krise_und_Erkrankung), [Entstehung von Paradoxien](#_3._Zur_Entstehung) und bezüglich der allgemeinen Dynamik `[Gegensätze und Fusionen](#_Es-Teile_als_Gegensätze,)´).

#### Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen

(Siehe auch die Ausführungen im Abschnitt „[Gegensätze und Fusionen](#_Es-Teile_als_Gegensätze,)“)

##### Interaktionsmöglichkeiten

Jede P² kann mit anderen P² paktieren oder sie bekämpfen oder neutralisieren/ auflösen, je nachdem welche Seiten aktiviert sind. Das trifft sowohl auf gegensätzliche (Abb. li.) als auch zu gleiche P² zu! (Abb. rechts) |[[368]](#footnote-368)  
D.h. sie bilden Pakte oder bilden Gegensätze oder neutralisieren sich, weil jedes ihrer Es   
3 Hauptreaktions-möglichkeiten hat: zu pro (+) oder zu kontra (‒) oder zu 0.   
Symbole: = Pakte, # = Gegensätze, 0 = Annullierung.



Diese Abb. 52 soll zwei P² mit allen Interaktionsmöglichkeiten darstellen.  
Wenn die 1. P² etwa `Besitz´ verabsolutiert hat, dann stellt das weiße Dreieck den Pro-Teil (Reichtum) mit seinen drei Seiten/ Ecken (+/−/0), also Vorteil, Nachteil und Indifferenz des Reichtums dar.  
Das Dreieck in grauer Farbe stellt das Gegenteil von Reichtum, nämlich Armut mit seinen drei Seiten/ Ecken dar und das gepunktete Dreieck stellt weder Reichtum noch Armut (0) dar. Alle drei Dreiecke (Teile von P²) sind miteinander verbunden und von einander abhängig. Je nachdem, welche Seite des Es/fA von 1. P² aktiviert ist, wird dieses mit einem Es/fA (oder Co-Es/fA) der 2. Person paktieren oder dieses bekämpfen oder löschen. Nehmen wir an, die 2. Person sei beherrscht von `Macht´, dann würden beispielsweise die Vorteile des Reichtums der 1. Person mit den Vorteilen der Macht paktieren, aber mit den Nachteilen, die die Macht auch hat, kollidieren.

Jede P² ist deshalb sehr schnell freund oder feind oder zu gleichgültig gegenüber anderen P².  
Anders formuliert: P² neigen dazu, Andere zu sehr zu lieben und/oder zu hassen und/oder sie zu ignorieren. Liebe, Hass und Ignoranz wechseln einander ab oder bestehen gleichzeitig - je nachdem, welche Seiten der Es der Beteiligten aktiviert sind.

###### Systematik

Bezüglich der Dynamik

**Jede P² kann mit anderen P² paktieren oder sie bekämpfen oder neutralisieren.** D.h. auch  
• Gleiche P² können zueinander zu gleich aber auch zu gegensätzlich oder indifferent sein und sich so verhalten.  
• Gegensätzliche P² können v.a. gegensätzlich, aber auch gleich oder indifferent sein und so wirken. D.h. gegensätzliche P² können sich v.a. abstoßen, verfeinden, aber sich auch anziehen oder sich neutralisieren.

Bezüglich der Folgen

• P² paktieren, bilden **Pakte**.[[369]](#footnote-369)   
- wenn ihre Es/fA gleich konnotiert sind, oder  
- wenn gegensätzliche Es/fA von ihnen gegensätzlich konnotiert sind oder  
- wenn verschiedene Es/fA sich gegen A¹ verbünden.  
• P² bekämpfen einander und bilden **Gegensätze**.[[370]](#footnote-370)   
- wenn gleiche Es/fA von ihnen ungleich oder  
- wenn gegensätzliche Es/fA gleich konnotiert sind.  
• Sie neutralisieren sich. **Neutralisierungen** können entstehen,  
wenn sich zwei gegensätzliche Kräfte aufheben. (Neutralisierung = Ignoranz, Ausschluss , Negierung, Verdrängung).  
• **Ambivalenzen** entstehen,   
wenn zwei gegensätzliche Kräfte gleich stark sind.  
  
(Hinweise: 1. Liste aller Interaktionsmöglichkeiten in zweitrangigen personalen Systemen, „Spiele“ von P² und   
Näheres zu Pakten, Gegnerschaft und Annullierung siehe in ungekürzter Fassung.)  
2. Siehe zu dieser Thematik auch Abb. 51 und im Kapitel [`Schizophrene Symptome und ihre Bedeutung´](#_Schizophrene_Symptome_und) im Teil `Psychiatrie.)

Dynamik der Gegensätze

Beispiele

- Maskulinismus (Machismus) bekämpft Feminismus und umgekehrt - aber beide fördern ab einem bestimmten Punkt das, was sie zuvor bekämpften.   
- Maskulinismus unterdrückt Frauen und bringt dem Mann kurz Ersatzpotenz, aber langfristig Impotenz. Impotente Männer brauchen das Machotum (und Pornos) für ihre Ersatzpotenz, obwohl sie so langfristig eher impotent bleiben. Sie müssen dann Potenzmittel nehmen, wovon wiederum die Pharmaindustrie profitiert, die an dieser Stelle mit der Pornoindustrie paktiert.   
- Übertriebener Feminismus unterdrückt Männer und bringt den Frauen kurze Ersatzbefriedigung, aber langfristig Frigidität. Frigide Frauen brauchen Feminismus für ihre Ersatzbefriedigung, obwohl sie so langfristig eher frigide bleiben.   
- Sowohl Maskulinismus als auch übertriebener Feminismus fördern homosexuelle Tendenzen. (→ [Asp. 6 Geschlecht, Liebe, Sex](#_Asp._6_Geschlecht,),  [Gegensätze und ihre Dynnamik](#_Die_Gegensätze_und)).   
  
 Patientenbeispiel  
Patient W. gab Probleme mit Frauen an: Er betrachtete Frauen entweder als Heilige oder als Huren. Er wünschte und fürchtete zugleich, sich zu verlieben. Er wünschte sich Nähe und Zärtlichkeit, hatte aber große Angst, von einer Frau abhängig zu werden. Typischerweise verliebte er sich in eine Prostituierte, denn diese war auch von ihm abhängig und so konnte er die Beziehung steuern. Je mehr er sich jedoch verliebte, umso mehr fürchtete er, sich oder sie zu verlieren. Er konnte nicht mehr ohne sie sein, aber er konnte auch nicht mit ihr „richtig zusammen sein.“ „Ich liebe sie und ich hasse sie.” In der Folge entwickelte er ihr gegenüber Mordfantasien, einerseits um die Abhängigkeit zu beenden, andererseits, weil er es nicht ertrug, sich vorzustellen, wie sie mit anderen Männern schlief. Gleichzeitig sei es ihm paradoxerweise auch recht gewesen, dass sie mit anderen Männern Sex hatte, dadurch habe er seine Abhängigkeit nicht so stark empfunden.   
Auch: „Wäre sie nur für mich da gewesen, hätte ich das auch nicht ausgehalten, so sehr ich mich auch danach sehnte.“ (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

„Hass-Liebe” sonst

• In sadomasochistischen Beziehungen  
• Borderline-Störungen  
• Alle Menschen, die sich zu sehr aufopfern. Dazu gehören vor allem Idealisten für eine Sache , Mütter, die sich für ihre Kinder zu sehr aufopfern, Männer für ihren Beruf, ein Partner für den andern usw. „Wenn du damit beginnst, dich denen aufzuopfern, die du liebst, wirst du damit enden, die zu hassen, denen du dich aufgeopfert hast.“ (George Bernard Shaw). Ein Entwicklungshelfer: „Die meisten, die ich kenne, sind als Idealisten in die Entwicklungsländer gegangen und als Rassisten wiedergekommen.“   
Einzelbeispiele:  
• Tolstoi und seine Frau.   
• Pablo Picasso und die Frauen.  
• Beispiele in der Literatur  
- In Hugo von Hofmannsthals Erzählung `Andreas und die Vereinigten´ sieht sich der Protagonist aus eigener entsprechender Zwiespältigkeit heraus zwei gegensätzlichen Frauen gegenüber (die zwei Seiten einer Frau darstellen), die ihn gleichzeitig faszinieren und abstoßen.  
- Thomas Mann in `Der Tod in Venedig´: „Wer begreift die Instinktverschmelzung von Zucht und Zügellosigkeit...!“

Sucht man nach Ursachen für diese oder jene Folgen (Verhalten/ Reaktionen/ Symptome), so denke man neben der Hauptursache auch an deren Gegenteil als Ursache (Doppeldeutung).[[371]](#footnote-371)  
Ein typisches Beispiel ist die Kombination Moral mit Unmoral. Normalerweise wird Moral Unmoral unterdrücken. Es kann aber auch das Umgekehrte der Fall sein, wenn (überzogene) Moral Unmoral fördert, bzw. in Beziehungen eine moralistische Person bei anderen unmoralisches Verhalten fördert.  
Oder: `Übertreue´ und fördert Verrat und umgedreht; fixierte Liebe fördert Hass und umgedreht usw.An sich ist Liebe\* der Feind von Hass\*. Liebe\*´ ist dann stärkstes Mittel² gegen Hass\*. Die übertriebene Liebe\* wird den Hass\* jedoch fördern, wenn sie zu negativ (beispielsweise zu anstrengend) geworden ist.   
Dann paktieren Liebe\*und Hass\*miteinander. Auch umgekehrt: Wenn Hass\* als zu negativ (z.B. unentschuldbar) gesehen wird, erscheint die übertriebene Liebe\* als Rettung.  
**Invertiertes lässt immer zwei gegensätzliche Deutungen zu.**[[372]](#footnote-372)  
Beispiele:  
Weil Vater viel Alkohol trinkt, trinke ich auch/ Weil Vater viel Alkohol trinkt, trinke ich nicht.   
„Weil du so wenig machst, muss es dir doch gut gehen!“ /„Gerade weil ich so wenig mache, geht es mir schlecht!“  
„Wir haben schon so viele Schulden, da kommt es auf die paar Euro zusätzlich nun auch nicht an.“   
/ „Gerade weil wir so viele Schulden haben, müssen wir jeden Euro sparen.“  
Sie: „Ich bin so krank, da kann ich deine Krankheit nicht auch noch aushalten." / Er: „Ich dachte, weil du so krank bist, könntest du mich besonders gut verstehen und ich könnte mit dir über meine Beschwerden sprechen." usw.  
Wenn die Vor- und Nachteile bzw. die Pro- und Kontra-Kräfte gleich groß sind, kann eine besondere Situation eintreten: Dann kann es sein, dass etwas oder Jemand gleichzeitig ersehnt und gefürchtet wird - aber nicht nur das, sondern auch das Gegenteil kann ich dann gleichzeitig ersehnen und fürchten. D.h. in diesem Fall ersehne und fürchte ich das Eine und sein Gegenteil zugleich.   
(Siehe auch: `[Ambivalente und paradoxe Reaktionen](#_Ambivalente_und_paradoxe)´,` [[Gegensätze und Fusionen](#_Es-Teile_als_Gegensätze,)](#_Beziehungen_der_Es-Teile)´ ,`[Umkippen des System](#_•_Umkippen_des)s´).

##### Personale System- und Beziehungsstörungen im Verlauf

###### 1. Entstehung des fremden, kollektiven Absoluten - die Kollusion

Ausgangspunkt für System- und Beziehungsstörungen sind häufig seelische Überforderungen. Die betroffenen Menschen reagieren auf diese Überforderungen mit Notlösungen. In ihrer Not suchen sie im Relativen Halt und Entlastung. Weil ihr bisheriges Absolutes sie im Stich gelassen hat etablieren sie neue Grundlagen, Lebens-mittelpunkte, also neue Fremd-Selbsts bzw. Ersatzabsolutheiten oder reaktivieren alte.[[373]](#footnote-373)  
Häufig spielt man sich in einer Gruppe/ einem System gemeinsam auf diese neuen Mittelpunkte ein.   
Es entstehen so, meist unbewusst, fixierte Gleichgewichte, die das System vor dem befürchteten Untergang retten, die aber, wie alle Notlösungen, einen Preis haben. Das System kommt, ebenso wie der Einzelne, in ein Dauerdilemma: Einerseits besteht der Wunsch, dieses Notgleichgewicht zu ändern, um keinen Preis mehr zu zahlen, andererseits bestehen starke Tendenzen, diese Homöostase beizubehalten, um den sonst befürchteten Untergang zu vermeiden.  
Die Grundmuster dieser Störungen entsprechen denen der Fremd-Selbst-Störungen und sind ggf. dort nachzulesen.   
Im Folgenden will ich Wichtigstes für die Beziehungsstörungen deutlich machen.  
Die Geschichte der Beziehungsstörungen ist, wie die der psychischen Störungen überhaupt, eine Geschichte von Abhängigkeiten oder Beziehungslosigkeiten. Abhängig machen v.a. falsche Liebe und Hass. Sie sind nicht voneinander zu trennen, denn falsche Liebe enthält auch Anteile von Hass und Beziehungslosigkeit - so wie eine Person, die eine andere hasst, nicht von ihr los kommt und keine echte Beziehung aufbauen kann usw.   
Abhängig heißt von fA abhängig. fA kann eine Person sein oder etwas, das eine Person verabsolutiert hat.   
Beispiele:  
Eine Person A mag von zwei Fremd-Selbsts (fS) abhängig sein, die z.B. Leistung\* und Verstand\* sind. D.h. der Betreffende wird von diesen zwei Faktoren bestimmt. Sie sind für ihn zu wichtig, er ist auf sie fixiert, sie haben Absolutheitscharakter (\*), er gibt ihnen größere Bedeutung als sich selbst - wie auch immer man das formuliert, was wir a.a.O. unter dem Begriff des Fremd-Selbst zusammengefasst haben. Die Person A wird also insgesamt von 3 Hauptfaktoren bestimmt: vom eigentlichen Selbst und 2 Fremd-Selbsts (fS).  
Wenn andere Personen mit unserer Person A Beziehungen eingehen, in der sie deren Fremdbestimmung mitmachen, so entsteht eine Kollusion.[[374]](#footnote-374) Die direkte Fremdbestimmung/ Fixierung der Person A wird dann auch zur Fremdbestimmung/ Fixierung des/der Anderen. Konkret: Person B macht mit, dass die Fremd-Selbsts der Person A (Leistung\* und Verstand\*) die Beziehung bestimmen. Die Person B gerät in eine Co−Abhängigkeit. Diese Fremdbestimmung kann von nur einer Seite stammen - gewöhnlich ist sie aber zwei- oder mehrseitig.   
In unserem Beispiel kommt von einer zweiten Person B noch deren fS (absolute Treue zum Partner\*) zusätzlich mit in die Beziehung, wobei sich auch Person A diesem fS unterwirft. Die gegenseitige Abhängigkeit wird also noch verstärkt. Die Fehlverabsolutierungen (fA) werden also regelrecht übertragen und für beide (oder alle im System) bestimmend. Alle Betreffenden haben sich dann von ihnen abhängig gemacht. Die fS (bzw. fA) halten einerseits die Betroffenen zusammen, sind aber andererseits genau die Stellen, die Themen, an denen sich später der Streit entzündet.  
Stellen wir uns mehrere Personen, etwa eine Familie (Ehepaar und zwei Kinder) vor, die die o.g. Verabsolutierungen, die wir mit 1\*, 2\* und 3\* kennzeichnen wollen, übernommen haben, so stellt sich die Situation so dar:  
   
 Abb. 53 Vier Personen haben dieselben Verabsolutierungen (1\*, 2\*, 3\*), die ihr eigenes Selbst unterdrücken.Alle Beteiligten unterwerfen sich so den genannten fremden Absolutheiten.   
 Ähnliche Konstellationen findet man auch in größeren Gruppen oder Gesellschaften.  
   
Andere Darstellungen sind Folgende: (Abb. 54)  
  
   
  
Linke Abb.: Die Personen drehen sich um drei Fixpunkte 2. Ordnung und bilden ein (instabiles) Ganzes.   
Motto: „Wir (A, B, C, D) sind uns einig, dass in unserem Leben drei Sachen (hier: Leistung\*, Verstand\* und Treue\*) Priorität haben. Sie sind unsere gemeinsamen unbedingten Ziele. Von ihnen bekommen wir Selbstbestätigung, Glück, Sinn, Stabilität usw. - ihnen unterwerfen wir uns."  
Rechte Abb.: Mögliche „Umlaufbahnen“ der Betreffenden um drei fA.

Kind 1:  
1. Leistung\*  
2. Verstand\*  
3. Treue\*

Kind 2  
1. Leistung\*  
2. Verstand\*  
3. Treue\*

Mutter:  
1. Leistung\*  
2. Verstand\*(von ihrem Mann übernommen)  
3. Treue\* (eigenes fS)

Vater:  
1. Leistung\*  
2. Verstand\*  
3. Treue\* (fS von seiner Frau übernommen)

3\*

1\*

2\*

A

B

C

D

Zwar sind diese Personen körperlich voneinander getrennt, seelisch bilden sie jedoch, was diese drei fA anbelangt, ein Ganzes - ein Kollusionssystem. Wir stellen fest, dass, ähnlich dem innerseelischen System, sich das Kollusionssystem dadurch auszeichnet, dass es nicht einen eigentlichen, sondern mehrere oder viele (letztlich instabile, weil gespaltene) Mittelpunkte hat, um die die Betroffenen kreisen. Sie sind wie Fixpunkte, ohne solche letztlich zu sein. Man kann sie auch Mittelpunkte oder Fixpunkte 2.Ordnung nennen. Die Betroffenen „eiern“ um sie. Ihre Umlauf-bahn entspricht eher einer Ellipse (griech. elleipsis = Mangel!).[[375]](#footnote-375) Man kann auch von einem unbewussten, fremden Gemeinschafts-Selbst sprechen. Oder man spricht von einer unbewussten gemeinsamen Schein-Identität oder von kollektivem fremdem Absoluten/ kollektivem Es, die Grundlagen dieser Systeme sind.   
In diesen Systemen herrscht ein entsprechender Geist. Alles, was das eigentliche Selbst ausmacht, wie Identität, Selbstbestimmungsrecht, Selbstwertgefühl, Selbstschutz usw., wird den gemeinsamen fremden Absolutheiten (fA) untergeordnet und von ihnen abhängig gemacht. Es besteht so ein Anpassungsdruck auf alle Mitglieder des Systems. Jeder muss so oder so funktionieren, damit das System funktioniert und ihn schützt. Die gemeinsamen fA geben den Betreffenden zwar das, was diese (glauben) sich nicht selbst geben können, sie sind aber gleichzeitig wie schwarze Löcher, die dauernd gestopft, bzw. wie (noch friedliche) Raubtiere, die dauernd gefüttert werden müssen. Und die Speise, die sie am liebsten mögen, ist das Selbst. Die fA schützen zwar teilweise, verlangen aber Selbstaufgabe. Wir kommen noch darauf zurück. Die zwiespältige Rolle fixierter familiärer Geisteshaltungen, Tabus, unausgesprochener Schwüre, eherner Prinzipien oder irgendwelcher Ideologien wurde schon erwähnt.  
Das so gebildete Ganze mit verschieden vielen Mittelpunkten ist nur solange stabil, solange es die Beteiligten so bestätigen. Stellt aber auch nur eine Person einen Punkt infrage oder weicht von seiner, ihm durch die fA\* vorgeschriebenen Bahn ab, so wird das ganze System instabil. Solange dies nicht der Fall ist, gleicht das System einer verschworenen Gemeinschaft mit strengen Ritualen, denen sich alle bedingungslos unterwerfen müssen, wenn sie nicht mit Sanktionen rechnen wollen. Anstelle freier Selbstbestimmung sind alle im Bannkreis gemeinsamer Verabsolutierungen. Familientherapeuten sprechen auch vom `Familienmythos´. Wie jeder Mythos, so schreibt Ferreira, „bringt auch der Familienmythos von allen geteilte Überzeugungen über die Menschen und ihre Beziehungen in der Familie zum Ausdruck. Überzeugungen, die trotz aller darin enthaltenen Falschheiten a priori angenommen werden. Der Familienmythos schreibt den Mitgliedern ihre Rollen ... vor. Diese Rollen und Verpflichtungen werden, und seien sie noch so falsch und illusorisch, von jedem Einzelnen als etwas Heiliges, als ein Tabu angenommen, und niemand würde wagen, sie zu überprüfen, noch weniger, sie zu verändern.“[[376]](#footnote-376) Versucht ein Familien- oder Systemmitglied eine andere als die vorgeschriebene Rolle einzunehmen, dann wird dies als Verrat angesehen und entsprechend geahndet[[377]](#footnote-377) - auch dann wenn diese neue Rolle für den Betreffenden günstiger wäre. Aber selbst dann, wenn eine Änderung letztlich für *alle* Beteiligten günstiger wäre, stellt sie zunächst eine Gefahr dar, die Widerstand hervorruft und zwar umso mehr, je mehr das eine oder andere Systemmitglied etwas zu verlieren hat, auch wenn das Ergebnis langfristig positiv ist.  
 Alles auf dieser Welt kann verabsolutiert werden und damit eine solche zentrale Rolle einnehmen. Am häufigsten werden, wie gesagt, bestimmte Ideologien, Ideale bzw. Tabus und Personen bzw. deren Geisteshaltungen verabsolutiert und so Ursache von Kollusionsbildungen. Besonders gegenüber nahestehenden Personen meint der Betreffende fälschlicherweise, es sei Liebe, wenn er sein Selbstbestimmungsrecht aufgibt und den anderen zu seinem Mittelpunkt macht.  
  
 Man kann unterscheiden:  
• Identische (oder symmetrische) Kollusion:   
 Die an der Kollusion Beteiligten haben dieselben fA.  
• Komplementäre Kollusion: Die Verabsolutierungen ergänzen einander.  
• Spiegelbildliche Kollusion: Die fA stehen sich zwar primär gegensätzlich gegenüber  
 (+fA # − fA), die Kehrseite des einen deckt sich aber mit der Vorderseite des anderen   
 (= Pakt der Gegensätze).  
In dem oben angegebenen Beispiel haben alle Beteiligten dieselben fixierten Mittelpunkte (*identische* K.).  
Das Grundmotto des *komplementären* Kollusionsmusters lautet: „Ich erfülle Dir Deine unbedingten Wünsche und Du dafür die meinen“. Diese „Arbeitsteilung“ kommt umso eher zustande, wenn die Beteiligten dies oder das besonders gut können - mehr noch: wenn alle es auch *müssen*. Wenn etwa ein Beteiligter des Systems unbedingt etwas haben oder vermeiden muss und der andere es, aus einer eigenen Problematik heraus, ihm geben bzw. ihn davor schützen muss.  
   
Als Beispiel - verschiedene fremde Absolutheiten, die hier komplementär kollusiv wirken: (Abb. 55)  
   
  
Die Beteiligten sind (anfangs) wie in einer Glücksspirale: Ihre Ideale\* und Tabus\* ergänzen sich und beide können für den anderen so sein, wie dieser das braucht. Erst später wird deutlich, dass beide (oder alle) auch so sein *müssen*, wie sie es brauchen. Das verabsolutierte Positive\* muss dann um jeden Preis vom anderen gegeben und das verabsolutierte Negative\* um jeden Preis abgewehrt werden.   
Diese oder andere Kollusionen sind nur deshalb möglich, weil die Betreffenden selber nicht in sich ruhen, d. h. selber fA-bestimmt sind.

MANN:  
Ich muss unbedingt...  
 - Sex haben  
 - eine tolle Frau haben  
 - sie bewundern  
 - ihr Ideal sein  
 - helfen  
 - dominant sein  
Ich darf auf keinen Fall...  
 - nachgeben  
 - eine Frau haben, die wie  
 meine Schwiegermutter ist.  
  
 Ich gebe Dir Wert

FRAU:  
Ich muss unbedingt...  
 - Sex geben  
 - gut aussehen  
 - Anerkennung haben  
 - sein Ideal sein  
 - Hilfe haben  
 - ertragen  
Ich darf auf keinen Fall...  
 - dominant sein   
 - wie Mutter werden  
  
Ich habe keinen Wert

Beide P sind kollusiv verbunden:  
Ich erfülle Dir Deine Ideale\* und wehre Deine Tabus\* ab.  
Dafür erfüllst Du mir meine Ideale\* und wehrst meine Tabus\* ab.

Die Personen können im System nur dann abhängig und kollusiv   
gebunden werden, wenn sie in sich selbst fA- abhängig sind. (Abb. 56)

fA

Person A

fA

Person B

Ob identische oder komplementäre Kollusion: Das anfängliche Glücksrad wird früher oder später zum Teufelskreis. Denn Zuviel des Guten ist schlecht.   
Da diese Abhängigkeiten im Wesentlichen unbewusst sind, benötigt man meist längere Zeit, um solche Kollusionsmuster zu analysieren. Die Beteiligten haben zunächst das Gefühl einer engen Zusammengehörigkeit etwa nach den Mottos: „Wir bilden zusammen ein ideales Ganzes“ oder: „Wir sind uns einig, dass wir immer für einander da sind“, „Dein Glück ist mein Glück”, „Nur mit Dir bin ich glücklich“ oder gar: „Egal wie es mir geht, Hauptsache Dir geht es gut“ usw. Solche symbiotischen Gefühle erleben die Betreffenden v.a. am Anfang der Beziehung als sehr schön. Das ist die +\* Seite gemeinsamer Fehlverabsolutierungen, die jedoch untrennbar mit einer −\* und 0-Seite zusammenhängt. (D.h. in ihnen steckt schon der Kern der späteren Auseinandersetzungen.)  
  
Man könnte diese Situation für ein Paar so symbolisieren:[[378]](#footnote-378) (Abb. 57)

Notwendigkeit einer Balance zwischen zwei Personen.  
(Je schmaler die gemeinsame Basis ist, desto weniger Spielraum haben die Personen im System.  
Die Basis ist umso schmaler, je unähnlicher das fA dem eigentlichen A ist.)

Abb. 58 Symbol für Kollusion zwischen Mann und Frau.

MANN:

Sie\*

FRAU:

Er\*

BEIDE:

Sie\*

Er\*

Beide Personenkerne (Selbst) sind nicht frei, wie es optimal wäre, sondern überlagern sich.   
 Einer ist in des anderen Kern, einer ist des anderen Fremd-Selbst.   
 Links: Der Mann bestimmt die Frau. Mitte: Sie bestimmt ihn.   
 Rechts: Die gegenseitige Fremdbestimmung zusammengefasst.

Beide haben eine symbiotische, voneinander abhängige Beziehung. Er ist in ihrem Kern und sie in dem seinen. Zunächst ergänzen sich beide, obwohl er für sie und sie für ihn ein Fremd-Selbst ist. Einer ist des anderen Selbst-Ersatz. Etwa: Einer ist des anderen Glück, weil jeder alleine nicht glücklich genug ist. Deshalb muss jeder auch des anderen Glück sein. Oder Einer ist des Anderen Ersatz-Selbstschutz oder Ersatz-Selbstwert oder Ersatz-Selbstbestimmung usw. Des Einen Wunsch wird für den anderen Befehl. Jeder übernimmt für den Anderen primäre Verantwortung mit - schränkt aber dadurch dessen Selbstbestimmungsrecht ein. D.h. auch: Alle an einer Kollusion Beteiligten geben ihr Selbstbestimmungsrecht, zumindest teilweise, auf. Sie führen dann ein eher uneigentliches, sekundäres, eben fremdbestimmtes Leben anstatt eines primären, auf Freiwilligkeits-basis und Selbstbestimmung beruhenden.   
Jeder hat den Anderen in der Hand: Durch entsprechenden Sex-Appeal etwa kann eine Frau über einen Mann dominieren - gleichzeitig macht sie sich aber zum Sexobjekt des Mannes, der aus dieser Position auch über sie dominiert. Beide nehmen also sowohl dominierende als auch sich unterwerfende Positionen ein. Sie sind dabei in einem +\* (Kick-) Gefühl, wenn sie das bekommen, was ihrem +fA entspricht, fühlen sich jedoch ebenso schlecht (–\*), wenn sie es verlieren oder mit ihrem −fA konfrontiert werden. Dann kommt es zur Krise.  
  
Anderes Bild: Beide funktionieren wie ineinandergreifende (schiefe) Zahnräder:   
Wo der Eine ein Defizit hat, hat der Andere etwas zu geben und umgekehrt.

|  |
| --- |
| Komplementäre Kollusion: (Abb. 59) Zahnradförmiges Ineinandergreifen sich ergänzender fixierter Ideale\* und Tabus\*. |

Häufig sind die Kollusionsmuster *generationsübergreifend* und finden sich in den Beziehungen der Eltern *und* Kinder wieder. [[379]](#footnote-379) Man stelle sich in diesem Fall sehr viele ineinander greifende Zahnräder vor - einem Uhrwerk gleich, in dem das Funktionieren an erster Stelle steht. Die einzelnen Personen werden zu Rädchen in einem Getriebe (Familie, Gruppen, Staaten). Wen wundert es, wenn sich manche Menschen nur so wie Rädchen oder Automaten in einem Getriebe fühlen? In der Summe: Jeder muss sich in fixierter Weise verhalten, weil jeder es von sich selber und vom anderen so braucht. Jeder muss sich, aber auch die anderen, zum Sklaven der eigenen falschen Unbedingtheiten machen.  
Die Abhängigkeit der Beteiligten in einem Kollusionssystem kann verschiedene Ausmaße annehmen: Sie kann v.a. von einer Person ausgehen und die anderen machen nur (unbewusst) mit. Gewöhnlich geht aber von allen Beteiligten Abhängigkeitsmachendes aus, dem sich die anderen im System mehr oder weniger unterwerfen.   
In gewissem Umfang ist das normal. Mit anderen Worten: Jeder Mensch ist auch mehr oder weniger fremdbestimmt und überträgt das auf die anderen. Er ist an seinen Fremd-Selbst-Stellen abhängig zu machen, fremdbestimmbar, erpressbar, manipulierbar, korrumpierbar, instrumentalisierbar, funktionalisierbar, zu unterdrücken und zu entwürdigen - und das wird mit ihm höchstwahrscheinlich auch gemacht und er lässt es mit sich machen, weil ihm seine fS wichtiger sind als er sich selbst. Andererseits hat aber jeder neben diesen Nachteilen der Fremdbestimmung auch deren Vorteile.   
(Siehe Vorteile der Fremd-Selbsts a.a.O.)   
So stark die bindenden Kräfte auch sein mögen, so entsteht im System zunehmend die Gegentendenz, diese Fesselungen zu sprengen oder das System zu verlassen - dies vor allem bei den Systemmitgliedern, die den höchsten Preis für diese Fixierungen bezahlen müssen.

Typische Beispiele für Kollusionen

(Tab. 15)

• Typ: Alter reicher Mann und junge arme Frau (komplementäre Kollusion).|  
• Prostitution Der Mann gibt der Frau Geld für Sex, den er unbedingt braucht (bzw. glaubt zu brauchen) und sie gibt ihm Sex für das Geld, das sie unbedingt benötigt.  
• Männlicher Helfer - kranke Frau.  
• Bewundernde Mutter - dankbarer Sohn.  
• Strenge Eltern - gehorsame Tochter.  
• Harmoniesüchtige, liebesabhängige Frau und anerkennungssüchtiger Mann.  
• Sexualfeindliche, moralisierende Partner (als Beispiel für „identische Kollusion“):  
Beide haben die fixierte Ansicht: Sex ist schmutzig o.ä. und unmoralische Menschen muss man verachten.   
Beide fürchten Sex und lassen ihn weg (−\*). Vorteil: Kein Ärger, keine Konflikte;   
Nachteil: Keine Lust.  
• Er: alkoholabhängig und dadurch impotent; Sie: kann nicht alleine sein.  
Sie besorgt ihm weiterhin Alkohol und erreicht dadurch unbewusst, dass er impotent bleibt und sich nicht nach anderen Frauen umsieht. Er bleibt bei ihr und sichert sich dadurch seine Versorgung. (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)   
  
In der **Literatur** werden häufig genannt: Die Kollusion zwischen Helfer und Hilflosem (= orale Kollusion), Idealisierendem und Idealisiertem (= narzisstische K.), Herrscher und Dulder (= anal-sadistische K.), sexuellem Führer und sich Führen-Lassendem (= phallisch-ödipale K.). Weitere Beispiele: Sadomasochistische Beziehung; Familiäre Kollusion mit Vorzeigekind und schwarzem Schaf, Täter-Opfer-Kollusion usw.[[380]](#footnote-380)  
Es gibt letztlich unendlich viele solcher Abhängigkeitsmuster. Sie können, wie gesagt, zwischen Paaren, in Familien und sonstigen Gruppen oder Gesellschaften bestehen.

Was ist das Gemeinsame dieser Kollusionssysteme?

(Tab. 16)

• Sie entstehen dann, wenn in einem System Fehlverabsolutierungen (fA) dominieren.  
• Die Betreffenden nehmen Sachfragen, die thematisch den fA entsprechen, persönlich.   
• Für die Betreffenden besteht Abhängigkeit von den eigenen Fremd-Selbsts (fS) und denen der anderen.  
• Jeder im System ist auf diese fS konditioniert. Jeder ist an diesen Stellen instrumentalisiert, funktionalisiert, manipulierbar, erpressbar, verfremdet, entindividualisiert, zu unselbständig und zum Objekt geworden.  
• Jeder nimmt die gemeinsamen fS wichtiger als sein eigentliches Selbst.   
• Jeder wird Mittel zum Zweck (zur Erreichung des Fehlabsoluten). Jeder ist in des anderen Selbstbereich.   
• Jeder liebt sich und den Anderen nur unter bestimmten Bedingungen, nämlich der Erfüllung der fS-Anforderungen. Jeder liebt sich und den Anderen zu wenig um seiner selbst willen.   
• Die Beteiligten opfern für etwas Relatives (zumindest teilweise) das Wertvollste, was sie haben: ihr eigentliches Selbst.  
• Die Kollusion bietet anfangs mehr subjektive Vorteile als Nachteile.  
• Jeder gibt seine primäre Verantwortung für sich an den Anderen ab. Das entlastet zunächst. Nun hat keiner primäre Verantwortung mehr für sich aber Macht über den Anderen. Das sieht nach einem perfekten Deal aus.  
  
In der nächsten Phase wird aus der Glücksspirale eine Art Uhrwerk.|

###### 2. Phase des noch Funktionierens (Uhrwerk)

Während am Anfang der Kollusionen die Vorteile ganz im Vordergrund stehen, ist in dieser Phase die Hochstimmung vorbei Das System funktioniert noch, aber mit höherem Kraftaufwand. Die Vor- und Nachteile der Kollusion sind noch ausgeglichen. Das System ist wie in Pattstellung. Jeder gibt dem Anderen, was er muss und hat noch genügend Kraft, die Anforderungen zu erfüllen. Gegenseitiges Geben und Nehmen sind noch ausgeglichen. Weil die Vorteile der Kollusion immer weniger werden, kommt das System zunehmend in ein Dilemma: Das bisherige Gleichgewicht wird zu kostspielig, aber Neues zu wagen, erscheint zu riskant.   
Die Frage steht im Raum: Wer muss für das Dilemma bezahlen? Und: Wer macht sich die Arbeit, das gemeinsame Problem zu lösen?

###### 3. Krise, Feindschaft und Kampf

*„*TötedeinenNächsten wie dich selbst*“.* (AndréGlucksmann)

In der Krise werden alle Extreme deutlicher. Das System verliert das Gleichgewicht.   
(→ `[Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)´).  
Eine Krise entsteht dann, wenn die Kompensationskräfte der Betroffenen überschritten werden. Es ist die Zeit des gegenseitigen Aufrechnens und der Schuldzuweisungen, bei denen jeder auch ein Stück Recht hat.   
(Bekannt ist das Beispiel: Er trinkt, weil sie nörgelt und sie nörgelt, weil er trinkt.)  
Die Krise spielt sich analog zu den intraseelischen Vorgängen ab. Die Krisen der kollusiven Beziehungen sind vorprogrammiert, wenn die Beteiligten nicht inzwischen zu tieferen Lösungen gekommen sind.[[381]](#footnote-381)   
Die Nachteile werden immer deutlicher:  
Einer hat den Anderen in der Hand. Jeder wird immer erpressbarer und manipulierbarer. Jeder gibt zu viel und saugt zugleich den Anderen aus. Jeder reagiert immer gereizter. Dies wird umso verständlicher, je mehr beide in ein Liebesdefizit geraten und die Ersatzliebe nicht ausreichend sättigt. Beide hungern immer mehr nach echter Liebe, sehen aber meist nur den Weg, sich und dem Anderen Glück über den Umweg der fS-Erfüllungen zu geben. Da die Beteiligten sich selbst nur unter Vorbedingungen lieben, wie sollen sie da auf Dauer den Anderen lieben, besonders dann, wenn auch dessen Liebe zunehmend schwindet. „Ich habe mich für Dich aufgeopfert, ich habe nicht mich, sondern nur Dich geliebt, aber nur Ersatz dafür bekommen“. Fast in jeder Beziehungskrise hört man solche Sätze. Bei beiden wird mit zunehmender Krise der Druck immer stärker. Beide müssen sich und den Anderen immer mehr auspowern, um glücklich zu werden. Die Kiste, in der beide sitzen, wird immer geschlossener, die Abhängigkeit immer enger, die gegenseitigen Vereinnahmungen immer größer.

Abb. 60 Die die Betroffenen durch ihre positiven Anteile zunächst verbindenden   
Fremd-Selbsts werden jetzt durch deren Kehrseite zu sie trennenden Fremd-Selbsts.   
(Siehe auch [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des))

\* \* \* \* \*  
  
Ich Du  
  
  
\* \* \* \*

\*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\*  
\*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\*  
Ich \*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\* Du  
\*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\*

Jeder hat in dieser Phase - nicht zu Unrecht - das Gefühl, nur Objekt für des Anderen Befriedigung zu sein.   
Und tatsächlich: Jeder missbraucht (meist unbewusst) den Anderen - aber auch sich! - um seine eigenen +fA zu behalten und die −fA abwehren zu können. Die o.g. junge arme Frau wird dem alten Reichen mit gewissem Recht vorwerfen, sie sei für ihn nur Sexobjekt und er wird ihr mit gewissem Recht vorwerfen, sie wolle doch nur sein Geld und nicht ihn selbst. Jeder wird mit gewissem Recht dem (oder den) Anderen vorwerfen: „Du hältst mich abhängig. Du saugst mich aus. Ich bin für Dich nur Objekt, Mittel zum Zweck - zur Befriedigung Deiner Wünsche (fA) usw.“   
Die Betroffenen argumentieren in ihrer Verletztheit mit der Halbwahrheit, in der sie nur sich als Opfer des Anderen sehen! Sie verschweigen (unbewusst) den anderen Teil der Wahrheit: dass sie sich auch als Opfer behandeln ließen oder gar anboten, dass sie sich selbst zu Opfern ihrer eigenen Unbedingtheiten machten (und in der Regel auch den Anderen zum Opfer dieser Unbedingtheiten machten.) Sie beklagen, „Du liebst mich nicht“ und lieben sich selber auch nicht. Sie sehen sich einseitig als Verlierer und den Anderen irrtümlich als Gewinner. Sie übersehen, dass die Hauptursache für die Krise nicht unbedingt mangelnde Liebe zum Anderen, sondern mangelnde Liebe zu sich selbst und zu viel Liebe zu etwas Relativem, Liebe auf Umwegen, „falsche“ und fixierte Liebe ist und dass alle Beteiligten dabei zu kurz kommen. Da jeder der Betrogene ist, wird er sich mit Recht darüber beklagen, dass er betrogen wurde - doch gewöhnlich fehlt den Beteiligten die größere Übersicht darüber, welcher unbewussten Dynamik sie zum Opfer fielen.   
Die Beteiligten bleiben in Teufelskreisen wie: „Ich gebe Dir Dein Nötiges nur dann, wenn Du mir das Meinige gibst“ oder kürzer: „Weil Du mich nicht mehr liebst, liebe ich Dich auch nicht mehr“ o.ä.  
Bald entwickelt sich ein Kampf. Jeder verschanzt sich und meint, er kämpfte um sein seelisches Überleben.   
In Wirklichkeit kämpft jeder um das Überleben seiner Fremd-Selbsts, weil er meint, ohne sie nicht leben zu können. Beide argumentieren meist auf verschiedenen Ebenen: Über eine fS-Ebene oder über die Selbst-Ebene. Die fS-Ebenen widersprechen sich in dieser Phase und widersprechen auch der Selbst-Ebene.   
Die Betroffenen reden dann aneinander vorbei.

PERSON A **-----||.**

Ich habe Dir doch so viel  
Geld\*→  
Anerkennung\*→  
u.v.a.m→  
gegeben

**||-----**PERSON B  
  
Ich habe Dir doch so viel  
←Sex\*  
←Dominanz\*  
←u.v.a.m.  
gegeben

Abb. 61 Die Kommunikation, Argumentation und schließlich auch der Kampf der Beteiligten läuft im Wesentlichen über die fS\* (Pfeile). Die Personen nehmen unterschiedliche Standpunkte ein und reden aneinander vorbei. Die direkte Kommunikation ist abgebrochen (**||**).

So wie es zu Beginn der Beziehung um die beiderseitigen Absolutheiten ging, weil man daraus sein Glück zog, so geht es im Kampf wieder um dieselben Themen.   
Jürg Willi: „Partner präsentieren sich oft als eine in sich polarisierte Einheit, die durch das gemeinsame Streitthema zusammengehalten wird.“[[382]](#footnote-382) Eher unbewusst, dennoch erstaunlich treffsicher, wird jeder den Anderen genau an seinen wunden Punkten, seinen Fremd-Selbst-Anteilen, treffen. Sie sind deshalb die wunden Punkte, weil der Andere an dieser Stelle kein Selbst hat (keinen Selbstschutz, kein Selbstwertgefühl, keine Identität seiner selbst usw.). Der Angriff auf die jeweiligen Absolutheiten wird dann als Angriff auf die eigene Person erlebt.[[383]](#footnote-383) Der Angegriffene muss deshalb, aus seiner Sicht, um seine Existenzberechtigung, ja sogar um sein Leben kämpfen.  
Dass sich die Konflikte im Absolutbereich der Personen abspielen, merkt man auch daran, dass häufig Absolutworte verwendet werden: „Immer“ (hast du ...), „nie“ (habe ich ...), „auf jeden/ keinen Fall“, „absolut“, „unmöglich“, „unverzeihlich“ usw.   
Vergegenwärtigen wir uns noch einmal die Krisensituation am Beispiel des Boots ohne Kiel (= ohne +A), wo zwei Personen ein teures Gleichgewicht aufrechterhalten. Hier wird die komplizierte Dynamik, in der sich die Systemmitglieder befinden, besonders deutlich: (Abb. 62)   
   
   
   
Jeder stabilisiert, aber belastet auch den Anderen. Jeder verhält sich richtig und falsch zugleich. Richtig, weil er das System stabilisiert - falsch, weil die Stabilität zu teuer erkauft ist und er keine Änderung riskiert. Also kann jeder dem Anderen mit Recht den Vorwurf machen, er verhalte sich falsch. Aber mit dem gleichen Recht wird jeder behaupten können, er stabilisiere doch nur das System und eine Änderung berge Gefahren.   
„Nur deinetwegen lehne ich mich so raus, denn wenn ich mich locker hinsetzen würde, dann fällst du doch ins Wasser“. „Das ist der Dank für meine Selbstaufopferung, dass du mir jetzt noch Vorwürfe machst.“ Mit dem gleichen Recht aber beschwert sich die andere Seite darüber, dass das weite Hinauslehnen ihn doch nur zwänge, sich auch weit hinauszulehnen, was nun nicht mehr aushaltbar sei. Beide Seiten können es gut meinen, ernten dafür aber nur Kritik von der anderen Seite. Ja meistens, im Stillen, stellt sich der Betreffende selbst infrage. So schließt sich der Kreis: Ich oder die Anderen oder alle machen es falsch. „Wie man es macht, ist es verkehrt.“ Das System zerstört sich selbst, obwohl es keiner böse meinen muss.[[384]](#footnote-384)  
**Es ist ein Irrtum zu meinen, man könne sich befreien, indem man eine Gegenposition einnimmt. Man bleibt im System, ja stabilisiert es noch.** Erst eine positive Destabilisierung (~sich im Boot locker hinzusetzen oder noch besser: in ein Boot mit Kiel einsteigen, das nicht umkippen kann) oder das Verlassen des Systems hilft weiter. Das wird jedoch i.d.R. von den anderen Systemmitgliedern meist negativ bewertet!   
D.h. wenn Einer im System die gemeinsamen fA-Anforderungen nicht mehr erfüllt, dadurch nicht mehr manipulierbar ist und nicht mehr seinen neurotischen Beitrag zur Stabilität des Systems liefert, dann kommt das System in eine Krise und der Betreffende wird auf Widerstand stoßen (das gilt innerseelisch wie extern).|  
(Schema: Entstehung und Lösung von Machtkämpfen siehe ungekürzte Fassung.)

###### 4. Opferung, Notlösung durch Krankheit

Wenn das System in Gefahr gerät, zu dekompensieren, gleicht es einem Boot, das zu kentern droht. Einer der wichtigsten Versuche, das (Familien-)System zu stabilisieren, ist die Notlösung mit der Krankheit.[[385]](#footnote-385) Der spätere Patient opfert unbewusst seine Gesundheit, um das System zu stabilisieren. Er wird so Opfer und Märtyrer für das System. „Besser ich bin krank als die Anderen.“ „Lieber krank, als Familie infrage zu stellen.“[[386]](#footnote-386)  
So etwa lauten die unbewussten Mottos des Kranken. Allerdings muss er auch seine eigenen Verabsolu-tierungen nicht infrage stellen. Da das System, je mehr fA-bestimmt, immer selbstzerstörerischer wird, wird der Preis immer höher. Aber nicht alle zahlen mit gleicher Münze und auch nicht gleichviel! Auch wenn der Indexpatient oft den höchsten Preis bezahlt, so wird es doch für den Therapeuten sinnvoll sein, alle Mitglieder des Systems und ihre Situation zu akzeptieren und nicht einseitig Stellung zu beziehen. Erst nach akzeptie-render Haltung wird es möglich sein, eigentliche, tiefer gehende Lösungen zu versuchen, die i.d.R. für die meisten der Beteiligten schmerzhaft sind (→ [Widerstand](#_Widerstand)), auch wenn sie langfristig für alle von Vorteil sind.   
  
Barbara Gordon beschreibt in ihrem Buch `Ich tanze so schnell ich kann´ besonders eindrucksvoll wie hoch der Preis für eine "glückliche", aber abhängige Beziehung sein kann und wie schnell sie in ihr Gegenteil umkippen kann.

#### Vom Komplex zum Symptom

##### Komplexe Zusammenspiele

In diesem Abschnitt soll die Genese von Symptomen oder psychischen Krankheiten durch verschiedene Es/fA-Komplexe im Vordergrund stehen.[[387]](#footnote-387)  
S. Freud hatte die Vorstellung, dass sich psychische Kräfte wie physikalische Kräfte von Vektoren summieren können. Die Energiesumme würde dann in ein Symptom umgesetzt.   
Ähnlich auch die Feldtheorie von Kurt Lewin, die besagt, „dass aus einer Anordnung psychologisch relevanter Kräfte (Vektorkräfte) das individuelle Verhalten hervorgeht.”[[388]](#footnote-388) Von von Uexküll stammt der Ausdruck der „wechselnden Funktionseinheiten”.[[389]](#footnote-389)  
Diese Vorstellungen entsprechen im Wesentlichen denen dieser Arbeit, die in Es/fA und ihren Komplexen dominierende „Funktionseinheiten“ mit entsprechenden Vektoren sehen.  
  
Ich gehe von folgenden **Hypothesen** aus:  
• Das Auftreten von Symptomen ist vieldeutig, weil unterschiedliche Ursachen zum Auftreten von Symptomen führen können.  
• Jede Inversion kann potenziell jedes Symptom hervorrufen oder fördern, wenn auch mit unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit.  
• Psychische Symptome können, wenn auch seltener, organische Ursachen haben.   
 (Die Frage nach den allerersten Ursachen bleibt dann i.d.R. offen.)  
• Symptome können Zeichen einer Fehlentwicklungen oder eines Fehlverhaltens des Betreffenden selbst sein.  
• Das Auftreten von Symptomen kann aber auch ursächlich nichts mit dem Betreffenden zu tun haben, sondern aus anderen Quellen stammen (Umwelt, andere Menschen usw.)   
• Schließlich können  Symptome auch Ausdruck einer positiven Entwicklung sein; etwa wie beim Entzug, wenn der Betreffende versucht, die Es/fA-Komplexe, von denen er abhängig ist, zu relativieren. Selten stammen sie vom +A.[[390]](#footnote-390)

• I.d.R. werden erst viele Faktoren zusammen ein Symptom oder eine psychische Krankheit hervorrufen.|  
  
Die **Bedingungszusammenhänge** ähneln denen, wie wir sie bei der Entstehung des Wetters oder bei Unfällen kennen. Dabei ist eine Wettervorhersage wahrscheinlich noch einfacher als eine Symptomvorhersage. In den meisten Fällen sind deshalb nur grob die Zusammen-hänge zwischen Ursachen und Symptomen zu erkennen.   
Dabei erscheinen einige Bedingungen konstanter, andere variabler. Organische oder gar genetische Ursachen sind konstanter und psychische oder geistige Einflüsse variabler. Aber auch ein sehr flüchtiger Einfluss kann eine Symptomatik auslösen, wie der letzte Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt. In der Chaostheorie sagt ja das bekannte Beispiel, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings in China einen Orkan in Amerika auslösen kann, Ähnliches aus.   
  
Eine **Symptombildung** scheint v.a**. von folgenden Faktorenabhängig** zu sein:  
• Welche Es/fA bzw. deren Komplexe wirken? D.h. die Art des fA/fS bestimmt auch seine Wirkung mit. Wie wirkt etwa ein +fA oder ein –fA? Das erste zieht v.a. an (Sucht), das zweite macht meist Angst. Was unterscheidet etwa die Wirkung eines +fS in Form einer Person (Idol\*) und einer Sache oder Ideologie (Erfolg\*)?  
• Wie ist deren Zusammenspiel und wie wirken diese auf die Person?  
• Wie ist die Person konstituiert? Organisch und psychisch. Dort: Wo sind deren „schwarze“, „weiße“ oder 0- Stellen? M.a.W.: Wo ist die Person (P) verführbar, frustrierbar oder ohne Antwort?  
• Wenn eine Funktionsstörung entstanden ist, so wird sie sich eher in den Bereichen auswirken, in denen die betreffende Funktion notwendig oder vorherrschend ist.  
(Bzgl. Psychosomatik: Haut: v.a. Kontakt; Magen-Darm-Trakt: v.a. Aufnahme und Abgabefunktionen; Leber, Pankreas: v.a. Verarbeitung; Niere: v.a. Ausscheidung; Kehlkopf: v.a. Abgabe von Informationen usw.) Allerdings werden diese Zusammenhänge von manchen Autoren übertrieben dargestellt.  
• Wie sind die äußeren Bedingungen?  
• Wie ist die weitere innere/ äußere Interaktion zwischen allen Wirkkräften?   
Welche psychische Störung oder Krankheit entsteht, wird also durch eine Vielzahl von Faktoren bestimmt. Oder, wie Heimann es formulierte: Das Symptom ist die „gemeinsame Endstrecke komplexer Bedingungs-zusammenhänge.“[[391]](#footnote-391) Nach meinem Dafürhalten sind, wie ausgeführt, Inversionen als primäre Ursachen von wesentlicher Bedeutung.  
Ich gehe weiter davon aus, dass die Verursachungen psychischer Krankheiten viel weniger spezifisch sind, als allgemein angenommen wird. Ein Grund für die relativ geringe Spezifität der Ursachen liegt auch in der gleich zu besprechenden„**Streuung und Verdichtung**“ der Wirkungen.

###### „Streuung und Verdichtung“[[392]](#footnote-392)

E. Bleuler schreibt: „Entgegen früheren Erwartungen kann ein und dieselbe Schädigung, die sich psychisch auswirkt, zu vielerlei Krankheitsbildern führen, und ein und dasselbe psychische Krankheitsbild kann mannigfaltige Ursachen haben.“[[393]](#footnote-393)  
Ähnlich A.R. Brunoni: „ … Patienten mit unterschiedlichen psychischen Störungen können ähnliche Symptome aufweisen, während Patienten mit derselben Diagnose unterschiedliche Symptome haben können.“ [[394]](#footnote-394)  
L. Ciompi hat diese Erkenntnis auf vielfältige Generalisations- und Abstraktionsvorgänge in uns zurückgeführt.   
In der Terminologie dieser Arbeit heißt das:  
Alle Es bzw. fA und ihre Komplexe streuen so, dass sie vielerlei pr Störungen verursachen können, so wie alle pr Störungen von vielerlei Es/fA und ihren Komplexen stammen können.   
Keine dieser Entitäten hat nur eine Wirkung, sondern viele, von denen jede wiederum drei gegensätzliche hat (Pro-, Kontra- und 0). Wenn wir davon ausgehen, dass jeder Mensch viele solcher ungelösten Komplexe in sich trägt, dann bedeutet das zugleich eine riesige Vielfalt unterschiedlicher Wirkfaktoren.

|  |
| --- |
| Diese Abbildungen (Abb. 63) sollen hinsichtlich der Streuung und Verdichtung von links nach rechts folgendes deutlich machen: **-** Am linken Symbolbild soll dargestellt werden, wie von einem Es (\*) drei gegensätzliche Vektoren ausgehen.[[395]](#footnote-395) Dabei kann man eine „Hauptstoßrichtung“ (Hauptvektor: dicker Pfeil) und zwei „Nebenstoßrichtungen“ (Nebenvektoren: dünne Pfeile) unterscheiden. Der Hauptvektor stammt von dem jeweils dominierenden Es-Teil (hier von einem + pro-fA) - die Nebenvektoren stammen von dem Kontra-fA und 0-Teil des Es. Jedes Es „streut“ also, seinem Charakter als Triade entsprechend, in drei entgegen-gesetzte Richtungen. Auch wenn, oberflächlich betrachtet, meist nur eine Hauptwirkung erkennbar ist, so sind doch die Nebenwirkungen latent vorhanden.  **-** Das mittlere Symbolbild zeigt, wie die unterschiedlichen Vektoren von zwei Es zusammenwirken:  In unserem Beispiel potenzieren sich Haupt- und Nebenwirkungen dieser zwei Es so, dass entsprechende „Verdichtungen“ entstehen. Dabei hat die obere „Verdichtung“ eine positive Konnotation (etwa einem zu positiven Zustand entsprechend), die mittlere eine negative Konnotation (entsprechend einem negativen Zustand) und die untere eine 0 Konnotation (einem Defizit entsprechend). **-** Das rechteSymbolbild soll veranschaulichen, wie man sich diese Situation in einer Person (P) vorstellen kann:  Die beiden Es, die sich im Absolut- bzw. Selbst-Bereich der Person befinden, haben die geschilderten Störungen im Relativbereich hervorgerufen. Im weiteren Verlauf kann die entstandene Störung allerdings für den Betroffenen selbst eine absolute Bedeutung erlangen und so zu einem weiteren fA werden. |

|  |
| --- |
| Abb. 64 : Streuung und Verdichtung.  Hier symbolisiert wie 3 in einen Teich geworfene Steine, die „Streuungen“, aber auch Überschneidungen („Verdichtungen“) hervorrufen. Weiter soll angedeutet werden, dass außerdem mehrere Mittelpunkte und Verzerrungen entstehen. |

Im übertragenen Sinn kann man sagen, dass an den Stellen, wo sich die „Wellen“ überschneiden, Symptome entstehen. Und, dass deren Entstehen und Ort (Art des Symptoms) auch von der „Wasserqualität“ (Zustand des Systems) und vom Ufer (Umgebungsbedingungen) abhängt, an dem die Wellen reflektiert werden.

Genaueres zu Streuung und Verdichtung

In der folgenden Tabelle (Tab. 17) versuche ich Folgen von „Streuung und Verdichtung“ ausgehend von einer Verabsolutierung im Asp. 14 (Wahrheit/Lüge) über hier 21 angegebene Einzelaspekte hinweg deutlich zu machen.[[396]](#footnote-396)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Aktionen absolut in Asp.14** | **Verlust und Störung** | **~** | **neue fremde  MERKMALE** | **FUNKTION oder SEKUNDÄRAKTION** | **QUALITÄTS-ÄNDERUNG** |
| 1 Das Ich vernachlässigen schädigen | ICH |  | Ich-schwäche  Autoaggressivität | in sich zurückziehen sich spalten | egozentrischer gespaltener |
| 2 Jd. überanpassen schädigen, stören | GEMEINSCHAFT |  | Gefügigkeit Fehlanpassung | nachgeben fehlidentifizieren | abhängiger anomaler |
| 3 verletzen | STRUKTUR |  | Defektsein organisch Kranksein | nicht-, fehlfunktionieren | amorpher unförmiger |
| 4 kränken, ängstigen aufputschen | ZUSTAND |  | Traurigsein, Angst Aufgeputschtsein | trauern, leiden missempfinden | schmerzhafter stumpfer |
| 5 Jd. berauben verwöhnen | BESITZ |  | Armsein Verwöhntsein | dahinvegetieren sich schleppen | leerer schwerer |
| 6 nicht befähigen, fehlkonditionieren | MÖGLICHKEIT |  | Schwachsein Fehlkonditioniertsein | versagen fehlverhalten | schwächer chronischer |
| 7 Unordnung schaffen zwingen | ORDNUNG |  | Konfus-sein Zwanghaftsein | desintegrieren zwangshandeln | irregulärer ritualisierter |
| 8 nicht orientieren moralisieren | ORIENTIERUNG |  | Orientierungslosigkeit/ Desorientiertsein | umherirren, taumeln irren, verfehlen | ungerichteter fehlgerichteter |
| 9 Alles erlauben Alles, Falsches verbieten | FREIHEIT |  | Hemmungslossein Gehemmtsein | darüber hinausschießen steckenbleiben | unkontrollierter unfreier |
| 10 nichts/F. wollen,  fehlmotivieren | ERFOLG- ZIEL- |  | Willenlosigkeit Fehlstrebigkeit, Sucht | nicht bewegen, -tun hinterherrennen | mechanischer f.-automatischer |
| 11 nicht träumen Realität fliehen | REALITÄT |  | Phantasielosigkeit Weltfremdheit | versanden fehlkreieren | monotoner abstruser |
| 12 nichts tun Falsches tun | ERGEBNIS |  | Inaktivität/ Aktivismus Fehlverhalten | lahmen verkrampfen | unbeweglicher frustraner |
| 13 nicht informieren fehlinformieren | INFORMATION |  | Blindheit Fehlsichtigkeit | nichts wahrnehmen fehlwahrnehmen | unklarer widersprüchlicher |
| **14 Wahrheit\* negieren/ \* verdrehen** | **WAHRHEIT** |  | Verschlossenheit Scheinhaftigkeit | verstummen  verdrängen ersatzhandeln | ausdruckslos symbolischer unnatürlicher |
| 15 herabwürdigen,  fehl-, überbewerten | WERTE |  | Urteilsschwäche Urteilsgestörtheit | missdeuten | flacher inadäquater übertriebener |
| 16 unterlassen fehlen, nicht verzeihen | QUALITÄT |  | Kritikschwäche/ Schuld Überkritischsein | nicht reagieren fehlreagieren | reaktionsärmer über-, fehlreaktiver |
| 17 mit Verg. nicht/ falsch umgehen | VERGANGENHEIT |  | Unreife Fehlgeprägtsein | regredieren/wieder fehlverhalten | archaischer rezidivierender |
| 18 trödeln hetzen | ZEIT |  | Phlegma Gehetzt sein | verpassen rennen | zu langsam zu schnell |
| 19 nicht planen fehlplanen, -erwarten | PERSPEKTIVE |  | Hoffnungslosigkeit Erwartungsfixiertheit | resignieren fehlerwarten | stockender |
| 20 Sex-, Mann-,Frau-feindlich handeln/vergötzen | LIEBE |  | A-, Fehlsexualität u.ä. | Sex. versagen Sex. fehlentwickeln | zu neutral sex. anomaler |
| 21 nicht schützen, -verbeißen | SCHUTZ |  | Widerstands-schwäche Verbissenheit | sich ergeben fehlabwehren | gemachter über-, fehlreaktiver |

Erläuterung der Tabelle

• Zur **Streuung**:

In der linken Spalte der Tabelle sind verschiedenste Einzelaspekte aufgeführt und dargestellt, wie durch den verabsolutierten Aspekt 14 (Wahrheit/ Lüge) potenzielle Streufaktoren über alle Einzelaspekte hinweg entstehen.   
Man kann eine „Hauptstoßrichtung“ (dicker Pfeil)) und viele „Nebenstoßrichtungen“ (gepunktete Linien) unterscheiden.  
**Beispiele**:  
1. Franz belügt Max. Folgen wir dem betreffenden Aspekt 14, so entsteht in Max obligatorisch eine Wahrheitsstörung.  
Weil die Lüge seinen Selbstbereich verletzt, ist der „ganze Max“ betroffen. D.h. unabgewehrt oder ungelöst entsteht in Max nicht nur die genannte Wahrheitsstörung, sondern, zumindest potenziell, eine Störung seines gesamten seelischen Bereichs (alle Aspekte betreffend). Im Einzelnen (Einzelaspekte) entsteht eine mehr oder weniger ausgeprägte Störung seines Ich, seiner Beziehungen zu anderen Menschen (Gemeinschaftsstörung), seiner inneren Strukturen und Befindlichkeiten, Störung von Besitz, Möglichkeiten, Ordnung, Orientierung, Freiheit, Erfolge, Realität, Handeln, Informationen, Werten, Qualitäten, seiner Vergangenheit, Zeit, Perspektive, Liebe, Schutz und Sicherheit usw. Dabei werden diese Aspekte sicher in unterschiedlichem Ausmaß, je nach weiteren Bedingungen, betroffen. Das wird ganz deutlich, wenn wir konkretisieren, worin genau Franz´ Lüge bestand. Nehmen wir an, er log: „Max, deine Frau betrügt dich!“, so wird wohl in Max nicht nur diese Lüge an sich verinnerlicht, sondern es werden auch besondere Auswirkungen in der Beziehung zu seiner Frau und in den Intimkontakten zu erwarten sein; Er wird sich wohl auch in seinem Wert herabgesetzt fühlen, wird traurig sein, er wird einen Verlust empfinden, besorgt in die Zukunft sehen, vielleicht aber auch, misstrauisch geworden, in der Vergangenheit kramen, ob nicht diese oder jene Bekanntschaften seiner Frau auch Seitensprünge waren usw. usf.   
Wie gesagt, sind diese Möglichkeiten vereinfacht dargestellt, so als ob diese Lüge einen völlig wehrlosen und unkritischen Max trifft. Einem solchen Betroffenen werden jedoch verschiedene Abwehrmechanismen oder Lösungen zur Verfügung stehen, die entscheidend dazu beitragen, was abgewehrt bzw. gelöst und was verinnerlicht wird. Schon bei der Analyse eines solch einfachen Beispiels bekommt man eine Ahnung, wie kompliziert solche Geschehen in Wirklichkeit sind.  
2. Beispiel: Ein Mensch erfährt von seinem Arzt, dass er Krebs habe. Wenn diese Information für ihn absolute Bedeutung gewinnt, wird sie ihn in der Gesamtheit seiner Person treffen - d.h. alle pr Aspekte tangieren - und entsprechende Änderungen und Reaktionen hervorrufen, wie sie beispielsweise in der o.g. Tabelle angegeben sind.  
3. Ebenso könnte man darstellen, wie **alle Ideologien Auswirkungen über alle Aspekte hinweg haben** (wenn man sie als verabsolutierte Ideen definiert, wie sie in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in Spalte E aufgeführt sind.)  
  
• Rechts von den „Streuungsmöglichkeiten" habe ich eine graue Spalte mit **~** gekennzeichnet. Sie soll symbolisieren, dass die gestreuten Faktoren auf ein, meist unbekanntes personales **So-Sein** (Gene, Veranlagungen, frühere Erfahrungen usw.) treffen, das natürlich wesentlich den Charakter der Dynamik mitbestimmt, das ich hier aber wegen der individuellen Vielfalt nur andeute.  
  
• Zur `**Verdichtung´**: Auf der rechten Seite der Tabelle sind Funktions- oder Sekundäraktionsstörungen des Asp.14 aufgelistet, wie sie als Folge von Inversionen entstehen können. Dem ersten Beispiel folgend entstehen sie hauptsächlich durch absolut genommene Lügen, können aber auch von allen anderen Aspekten her hervorgerufen werden = „Verdichtungen“.   
Anderes Beispiel: Gehen wir von einer sexuellen Impotenz aus, so kann diese nicht nur direkt durch Störungen in diesem Aspekt (hier Asp. 2o), sondern auch durch Störungen aller anderen Aspekte entstanden sein - also etwa durch eine Ich-Störung, Störung der Beziehungen zu Anderen, durch organische Störungen, durch Zustands- oder Befindlichkeitsstörungen, Fehlkonditionierungen, Fehlorientierungen, Hemmungen usw. usf.

Zur Unspezifität der Ursachen und Folgen

Die recht große Unspezifität der Verursachung psychischer Störungen ist m.E. auch der Grund für die Unspezifität der Theorien, die verschiedenste psychische bzw. psychosomatische Erkrankungen zu erklären versuchen. Sie scheinen ab einem bestimmten Punkt austauschbar zu sein, so wenn man etwa Theorien zur Genese ganz unterschiedlicher Krankheiten wie Anorexie, Rheumatismus, Depression, Fibromyalgie, Migräne, Stottern usw. miteinander vergleicht. Man könnte es das Gesetz der Unvollständigkeit psychologischer Erkenntnisse und der **Unentscheidbarkeit der Ursachen psychologischer Erscheinungen** nennen. (Siehe auch das Zitat von Brunoni oben.)   
Eine große Nähe, wenn nicht gemeinsame Wurzel, sehe ich zu den Unentscheidbarkeits-theoremen (Unvollständigkeitssätze) von K. Gödel.[[397]](#footnote-397)   
Ich sehe auch Parallelen zu der Theorie der `Spektrum-Störungen´.[[398]](#footnote-398)

###### Grobe Ableitung einiger Symptome/ Krankheiten

Ein skizzenhafter Versuch, Symptome/ Krankheiten aus ganz einfachen Vorbedingungen abzuleiten. Beispiele:  
• Angst  
1. vor Verlust des +fA, bzw. Angst vor dessen Nachteilen.  
2. vor dem Eintreffen eines –fA.  
3. Vor dem – des 0 (z.B. horror vacui).  
Wenn Irgendetwas zum +fA wird, dann bekomme ich Angst, ich könnte es nicht erreichen oder wenn ich es habe, könnte ich es verlieren. Wenn etwas zum −fA wurde, dann bekomme ich Angst, dass es eintreten könnte. Wenn etwas zum Nichts wurde, dann bekomme ich Angst, dass ich gar nichts habe.  
• Schizophrenie: Wenn z.B. Spaltungen im Vordergrund stehen, dann v.a. wenn ein oder mehrere zwiespältige Es die Person längere Zeit beherrschen.   
(Sonst siehe [Schizophrenieursachen](#_Inversionen_als_Hauptursache) im Teil `Psychiatrie´.)  
• Akustische Halluzinationen: P² hört zu sehr auf andere P. Stimmenhören durch „Homunkulus”. (Siehe oben).  
• Essstörungen: Durch Inversionen im Bereich von „Aufnehmen und Besitzen“ allgemein und Essen und verwandte Themen speziell.  
• Depression: +fA geht verloren, das −fA oder f0 dominieren → ungelöstes Bedrückendes → Depression.  
• Manie: Abwesenheit von −fA und f0 bei Vorherrschen von +fA, mit dem P identifiziert ist.  
• Zwang: Nur wenn bestimmte +fA erfüllt und −fA abgewehrt sind, empfindet der Patient Sicherheit. (Sonst siehe Kapitel Psychiatrie.)

###### Deutung von Symptomen

Zusammenfassung: Die psychischen Symptome sind i.d.R. vieldeutig, im Einzelfall oft zweideutig und widersprüchlich. D.h. meist haben sie dann eine Pro- und eine Kontra-Bedeutung. M.a.W.: Gegensätzliche Deutungen eines Symptoms sind sehr wahrscheinlich. Z.B. Hautausschlag: „Streiche mich, aber bleiben mir fern.“ usw. Näheres und zum Symptomwandel (Syndrom-shift) siehe ungekürzte Fassung.

#### Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit

|  |
| --- |
| „Ich glaube, dass Krankheiten Schlüssel sind, die uns gewisse Tore öffnen können ...  Vielleicht verschließt uns die Krankheit einige Wahrheiten, ebenso aber verschließt  uns die Gesundheit andere.“ André Gide |

###### Bemerkungen und Hypothesen

Bezüglich der Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit,[[399]](#footnote-399) gehe ich von folgenden Hypothesen aus:  
• Sowohl Leid/ Krankheiten/ Symptome als auch Wohlbefinden/ Gesundheit sind Relativa.   
• Jedes Relative, so auch Leid/ Krankheiten als auch Wohlbefinden/Gesundheit, kann objektiv positive oder negative (oder 0) Bedeutung haben.   
• Psychische Krankheiten haben sehr häufig eine (+) Funktion. Wenn die Funktion nicht mehr nötig ist, wird auch die Krankheit überflüssig. Es ist aber problematisch, die Krankheit oder die Funktion nur beseitigen zu wollen, ohne dass etwas Besseres gegeben ist.   
• Subjektives Empfinden und objektive Situation stimmen oft nicht überein.   
• Leid, Krankheit oder Wohlbefinden, Gesundheit, die selbst als fA fungieren, können gleiche, aber auch gegenteilige, paradoxe Wirkungen/ Folgen haben.• Um ein +fA zu bekommen oder ein −fA abzuwehren kann die Person (P) ihre Gesundheit opfern.  
• Krankheit zwingt uns häufig dann das zu tun, wozu wir keinen Mut haben (oder auch nicht wollen): nämlich die Macht der fA zu relativieren.[[400]](#footnote-400) (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

###### Gute Krankheiten - schlechte Gesundheiten?

Beispiele für + Leid: Viele Krisen, etwa bei Abnabelung, Geburtsschmerz, Abschiedsschmerz, Schmerz bei Operation, Entzug, Kreuz, Mitleid, Realangst.  
`Schlechte´ Gesundheiten: Wenn sie auf Kosten anderer Personen oder Sachen entstehen.

Ähnlich: Eigentliches Leid und Ersatzleid

Gibt es „eigentliches" und „uneigentliches" Leid/ Krankheit?  
• **Eigentliches Leid** (Leid¹). Eigentlich = oft schicksalhaft, schuldlos bzgl. des Betroffenen.  
• **Ersatzleid** = Indirektes, verschobenes, sinnloses, überflüssiges, v.a. schuldhaftes Leid.   
Zu großes Leiden am relativ Negativen. Wenn die Forderungen des Es (und das Es fordert immer!) nicht erfüllt werden, bestraft das Es. Der Preis, meist in Form eines Symptoms oder einer Krankheit, ist auch eine partielle Selbstaufgabe von P², das heißt P² muss ein Stück seines Selbst opfern, um das Es zu versöhnen.   
Von C. G. Jung stammt die Hypothese, die Flucht vor dem Leiden führe zu vielfältigen Ersatzleiden. Neurosen seien der Ersatz für das eigentliche Leiden des Menschen an seiner Existenz, an seiner Endlichkeit und Schwachheit. Neurosen seien Leiden am Uneigentlichen. Wer also eigentliches Leiden vermeidet, handele sich damit Ersatzleiden ein.   
Ersatzleid ist auch gewinnbringendes Leiden (→ [Krankheitsgewinn](#_Krankeitsgewinn)).   
Aber: **Das Ersatzleid ist langfristig größer als das eigentliche Leid.**D.h. auch**: Durch Annahme des eigentlichen Leids verringert sich das Ersatzleid erheblich.**„Mehr Stress als in Auschwitz gab es wohl kaum irgendwo anders, und gerade dort waren die typischen psychosomatischen Krankheiten, die so gerne für stressbedingt gehalten werden, praktisch vom Erdboden verschwunden.”[[401]](#footnote-401)|

###### Haben Krankheiten einen Sinn?

Eine ähnliche Frage, wie die eben besprochene ist die, ob Krankheiten/ Symptome einen Sinn haben. Krankheit ist ein Relativum. Als solches kann sie m.E. nur relativ sinnvoll oder relativ sinnlos sein. Im Einzelfall wird das schwierig zu entscheiden sein.   
Einige Beispiele sollen die Schwierigkeiten der Einordnung kennzeichnen:  
Wenn ein Zahnarzt uns Schmerzen zufügt, wenn er ein Zahn zieht, dann ist das ein relativ sinnvolles Leid. Wenn eine Frau ein Kind gebärt, erleidet sie Schmerzen im Rahmen eines sehr sinnvollen Geschehens.   
Wird jemand jedoch vergewaltigt, kann ich in diesem Leid kaum einen Sinn sehen.[[402]](#footnote-402)  
Umgekehrt ist auch nicht jedes Wohlbefinden, jede Symptomfreiheit oder Gesundheit ein gutes, sinnvolles Zeichen. Ein Drogenabhängiger, dem der Stoff ausgegangen ist, fühlt sich besser, wenn er ihn wieder hat, oder ein Arbeitssüchtiger fühlt sich gut, je mehr er arbeitet, auch wenn das wenig sinnvoll ist.   
Sehr sinnvoll können Symptome sein, wenn sie von +A stammen (s. a.a.O.) etwa als Entzugs-symptome oder Warnzeichen, wenn sie Überforderungen o.ä. anzeigen (Burn-out usw.).  
Die in dieser Arbeit im Vordergrund stehenden Symptome und Krankheiten, die durch Inversionen entstanden sind, erscheinen weder ganz sinnvoll noch unsinnig, sondern sind oft Ausdruck von Not- oder Ersatzlösungen, die mit „Ersatzleid“ einhergehen und somit einen gewissen „Ersatzsinn“ haben.

###### Krankeitsgewinn

Definition: Gewinn, den ein Kranker von seiner Krankheit hat.[[403]](#footnote-403)  
Übliche Einteilung: (auf S. Freud zurückgehend)Primärer K.: innerer/ subjektiver Gewinn.  
Sekundärer K.: äußerer/ objektiver Gewinn: z.B. Rente, Schonung.  
Tertiärer K.: Gewinn für die Umgebung des Erkrankten.  
  
Ich unterscheide:  
1. normaler Krankeitsgewinn  
2. zweitrangiger, „neurotischer“ Krankeitsgewinn.  
zu 1. „Normaler“ oder auch erstrangiger Krankeitsgewinn:   
Ausgehend von der Hypothese, dass kein Relatives absolut positiv oder negativ ist, ist es auch normal, dass Krankheit, wenn wir diese als relativ negativ bezeichnen, auch einen positiven Anteil hat. Das ist ja allgemein bekannt. Man ist krank, muss nicht zur Arbeit gehen, wird ein bisschen verwöhnt usw. Das ist normal und nicht behandlungsbedürftig. (Näheres a.a.O.)  
zu 2. Hier geht es darum, dass Krankheit oder deren Ursachen paradoxerweise zu etwas zu Positivem geworden ist, das dem Betreffenden subjektiv mehr Vorteile als Nachteile bringt. Das entspricht etwa dem Verständnis des Freud´schen Krankeitsgewinn. Dieser zweitrangige oder „neurotische“ Krankheitsgewinn, (der keineswegs nur bei den sogenannten Neurosen zu finden ist, aber meistens unter dieser Bezeichnung aufgeführt wird) entsteht vor allem, wenn Krankheit oder ihre Ursachen keine relative, sondern eine absolute Bedeutung erlangt haben - diese also zum fA geworden sind. D.h. Der Betreffende benötigt die Krankheits-vorteile für seine seelische Stabilität. Erst dadurch gewinnen sie die Bedeutung, die sie so verwirrend erscheinen lässt. Aus der Sicht von P² wird durch die Erkrankung Schlimmeres verhindert (der Entzug von +fA, bzw. der Eintritt eines −fA). |Durch die Krankheit hat P² insbesondere gegenüber den Forderungen der Es/fA ein Alibi. Durch die Opferung der Gesundheit (= Krankheit) kann ich das subjektiv Beste erhalten und das subjektiv Schlimmste vermeiden. Durch die Erkrankung ist P² entschuldigt/ entschuldet und wieder mit seinen fA versöhnt.   
Ein wesentlicher Nachteil besteht jedoch darin, dass mit den zugrundeliegenden Inversionen eine partielle Selbstaufgabe verbunden ist und die Krankheit und das damit verbundene Leid weiter bestehen bleiben.[[404]](#footnote-404)|  
 Die Vorteile im Einzelnen: Durch Krankheit kann man seinem Leben einen Sinn geben (wenn man ihn sonst nicht hat); durch Krankheit eine Identität gewinnen (wenn man sonst keine hat) und durch Krankheit sich sicher fühlen (weil man die Rolle als Kranker kennt und sich sonst unsicher fühlt); durch Krankheit kann man Autonomie gewinnen; durch Krankheit kann man sein Ego und wenigstens ein Fremd-Selbst bewahren; durch Krankheit kann man ein leichteres Leben haben (und sich vor Forderungen und Überforderungen schützen); durch Krankheit kann man Zeit gewinnen; Krankheit kann eine wichtige Waffe werden; durch Krankheit kann man manche Menschen manipulieren; durch Krankheit kann man mehr Liebe und Zuwendung von manchen Menschen bekommen; durch Krankheit kann man Freiheit gewinnen;[[405]](#footnote-405) durch Krankheit kann man seinen eigenen Willen besser durchsetzen (wenn die Anderen mitmachen); durch Krankheit kann man seine Aggressionen oder andere negative Gefühle (wenn auch indirekt) ausleben; durch Krankheit kann man an alten Gewohnheiten festhalten; durch Krankheit Orientierung und Ordnung für sein Leben gewinnen. Krankheit hat häufig eine Alibifunktion, sie ist häufig ein entlastender Selbstbestrafungsmechanismus, um sich von tatsächlicher oder eingebildeter Schuld zu befreien usw. Durch die Krankheit kann ein teures Gleichgewicht in der Person und/oder im System entstehen.|  
 Krankheit als Schutz gegenüber dem Negativen\*, kann man wie das Spiegelbild (oder Komplement) der obigen „+Aufzählung“ sehen. Krankheit kann ein Schutz gegen die Sinnlosigkeit des Lebens sein; Krankheit kann ein Schutz gegen Identitätslosigkeit und Verfremdung sein; Krankheit kann ein Schutz gegen Unsicherheit, gegen Abhängigkeit, gegen Ich-losigkeit oder den Untergang des Selbst sein usw.[[406]](#footnote-406) [[407]](#footnote-407)  
Krankheit „funktioniert“ auch gegen den Verlust aller +\*.[[408]](#footnote-408)  
 Beispiel: Eine magersüchtige junge Frau kompensiert ihre Abhängigkeit von den Eltern, indem sie mit der Erkrankung wiederum über ihre Eltern dominiert und sich so eine Ersatzunabhängigkeit sichert. Gleichzeitig bleibt die Dominanz und Kontrolle der Eltern unangetastet. Fragwürdige Unabhängigkeit einerseits und fragwürdige Dominanz andererseits halten sich so um den Preis der Krankheit die Waage. Eine Änderung der Rolle eines Systemmitgliedes würde eine Krise hervorrufen, die in diesem Ablösungsprozess oder ähnlichen Entwicklungen normal ist. Da sie aber, wie jede Krise, nicht automatisch in einer positiven Entwicklung oder Lösung endet, sondern auch die Gefahr des Misslingens in sich birgt, vermeiden die Betreffenden diese Krisen, wobei irgend jemand irgendeinen Preis dafür bezahlen muss.

Die Beispiele machen deutlich, dass der („neurotische“) Krankeitsgewinn nur ein **Ersatzgewinn** bzw. Ersatzschutz um einen langfristig höheren Preis ist, **aber auch eine Notlösung, die in der Not das Überleben sichern kann** und deshalb kein Tabu darstellen soll.[[409]](#footnote-409) (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)

###### Kann Gott krank machen?

Offensichtlich bestehen Korrelationen zwischen Gott und seelischer Gesundheit, denn wer glaubt, dass er unbedingt geliebt ist und ihm nichts Letztes passieren kann, ist auch belastbarer. Aber: auch der Gläubigste kann krank werden.   
Sogar Gott kann Leid verursachen oder gar krank machen, wenn auch selten.  
Warum?

Das positive Absolute ist Gott und nicht Gesundheit und Wohlbefinden, so wie Leid und Krankheit nicht absolut negativ sind. Sie sind Relativa. Das heißt, dass das relativ Positives (Gesundheit, Wohlbefinden usw.) auch negativ und andererseits relativ Negatives (Krankheit, Leid usw.) und auch positiv sein können. (→ [Krankheit und Gesundheit)](#_Krankheit_und_Gesundheit)   
Und das heißt weiter, dass vom positiven Absoluten, also von Gott her, positive Krankheit, Leid usw. und vom negativen Absoluten ([−A](#_−Absolutes_(‒A))) negative Gesundheit, Wohlbefinden usw. kommen können.

Da aber Gesundheit und Krankheit *überwiegend* positiv bzw. negativ sind, ist die Herkunft des überwiegend Negativen vom absolut Positiven (Gott) bzw. die Herkunft des überwiegend Positiven vom absolut Negativen die Ausnahme.

Diese abstrakten Annahmen finden ihre Konkretisierung auch in menschlichen Beziehungen. Wenn wir die Beziehung zwischen Gott und uns wie eine Liebesbeziehung zwischen Menschen untereinander sehen, dann wird auch deutlich, dass auch von einer liebenden Person negativ Empfundenes/ Leid/ oder gar Verletzungen kommen können, obwohl die dahinter steckende Motivation eine positive ist. Diese Motivation Gottes ist für uns Menschen genauso schwer zu erkennen, wie unsere Kinder den Sinn von Frustrationen oder Strafen oft auch nicht erkennen. Sowohl der Mörder als auch der Chirurg verletzen uns, obwohl die dahinterstehenden Motivationen ganz gegensätzlich sind. Man kann einerseits jemandem bittere Wahrheiten sagen und ihm damit wehtun, aber helfen - andererseits jemanden verwöhnen und damit schaden. Falsche Rücksichtnahme, Leidvermeidung, Verabsolutierung von Gesundheit und Wohlbefinden usw. sind genauso fragwürdig wie deren Gegenteil. Ebenso fragwürdig sind manche „christliche” Auffassungen, die in jedem Leid oder Krankheit eine Strafe Gottes sehen bzw. solche, die einen *unbedingten* Zusammenhang zwischen Gott und Heilung postulieren.

Wenn Gott auch kein „negatives Leid“ verursacht, so lässt er es doch offensichtlich zu.  
Warum das so ist beschäftigt uns im nächsten Abschnitt.

##### Gott und Leid - eine neue Theodizee

Wie können wir wissen, was das Leben und was der Tod ist,

wenn wir nicht wissen, wer Gott ist. [[410]](#footnote-410)   
Meinem Enkel Felix gewidmet.

Wo kommt das Böse her? Wie kann Gott Leid („Übel“) zulassen, obwohl er doch gut und allmächtig sein soll? Warum erfüllt Gott manche Gebete nicht?   
Kann Gott angesichts dieser Fragen gerechtfertigt werden? (Theodizee).[[411]](#footnote-411)

Das Theodizeeproblem ist eines der wichtigsten Probleme der Theologien und vielleicht der Menschheit überhaupt. Wie bei allen metaphysischen Problemen ist zwar eine Lösung im wissenschaftlichen Sinn nicht möglich - man kann nur glaubwürdige Erklärungen versuchen.

Die Theologie unterscheidet üblicherweise folgende „Übel“:

1. die „moralischen Übel“ (was Menschen sich antun)

2. die „natürlichen Übel“ (Naturkatastrophen, Vergänglichkeit)

Davon abzugrenzen sind leidvolle, aber sinnvolle, positive Umstände wie Abnabelungs-prozesse, „Wachstumsschmerzen“, sinnvolle Frustrationen usw. Das heißt, wir erleben manches leidvoll, obwohl es uns nützt. So wäre es falsch, wenn Gott oder Eltern gegenüber Kindern dieses "positive Leid" beseitigen würden.Zu bedenken ist weiterhin, dass jedes irdische Leid, so auch der Tod, aus der Sicht Gottes, beziehungsweise nach christlichem Glauben letztlich (!) nur relative Bedeutung hat. Von daher benötigte Gott nur eine relative Rechtfertigung, die ich hier versuche.

(Siehe auch `[Kann Gott krank machen?´](#_Kann_Gott_krank), `[Krankheit und Gesundheit](#_Krankheit_und_Gesundheit)´ und `[Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit](#_Rolle_und_Bedeutung)´. Kurze Zusammenfassung der wichtigsten bekannten Lösungsansätze siehe Langfassung.)

**Zu den „moralischen Übeln“**

Bezüglich der Verursachung der „moralischen Übel“ sind sich die Theologen weitgehend einig, dass sie Folge der Fehler / Sünden der Menschen sind und Gott den Menschen die Freiheit gegeben hat, so zu handeln (`free will defense´). Hier erscheint Gott gerechtfertigt, weil es ein Zeichen seiner Liebe zu uns ist, wenn er uns die Freiheit gibt, Böses gegen seinen Willen zu tun, denn eine Beziehung ohne Wahlfreiheit ist keine Liebe.

**Zu den „natürlichen Übeln“.**

Das bedeutet: Leid ist nicht direkt durch Menschen,sondern durch Naturkatastrophen, Vergänglichkeit, manche Krankheiten usw. verursacht - Übel also, die vom Menschen unabhängig entstehen und in der Natur überall gegenwärtig ist.   
Auf diese Übel hat die Theologie offenbar keine befriedigende Antwort.

**Meine Hypothese zur Rechtfertigung Gottes:   
Als Adame und Evas sind auch wir für die „natürlichen Übel“ verantwortlich.**

Meine Erklärung dazu ist in Stichworten folgende:   
Wenn man das Theodizeeproblem lösen will, so erfordert das meines Erachtens andere als unsere üblichen Vorstellungen von Zeit und Raum.

Wenn es Gott gibt, dann steht er über den Gesetzen von Raum und Zeit.[[412]](#footnote-412) Und wenn das so ist, dann müssen wir die Lösung des Theodizeeproblems auch außerhalb der Gesetze von Raum und Zeit, also der bekannten Naturgesetze suchen.[[413]](#footnote-413) Suchen wir jedoch die Lösung des Theodizeeproblems nur innerhalb unserer menschlichen Grenzen, wie etwa unseres Verstandes, dann machen wir Gott klein und finden bei diesem verkleinerten Gott auf die großen letzten Fragen keine Antwort.   
Nur wenn wir diese Grenzen überschreiten, lassen sich glaubwürdige, wenn auch keine beweisbaren Antworten finden. Selbst die Physik hat mit Relativitätstheorie und Quantenverschränkung unseren Horizont erweitert und viele unserer bisherigen Erkenntnisse infrage gestellt.[[414]](#footnote-414)

Mein Erklärungsversuch geht also von anderen als unseren bisherigen Vorstellungen von Raum, Zeit und Existenz unseres Daseins aus, auch wenn das unserem Gefühl eines linearen Zeitablaufs und einer eindeutigen räumlichen Zuordnung widerspricht.   
Wenn wir uns also wie die Physiker über die bisherigen Vorstellungen hinwegsetzen, dann liegt der Gedanke nahe, uns und unser Dasein auch überzeitlich und überräumlich zu interpretieren und mit Adam (hebr. „Mensch“) und Eva nicht zwei konkrete Individuen im damaligen Paradies zu sehen, sondern Prototypen oder `Ur-Archetypen´, die jeden einzelnen Menschen repräsentieren, der sich, wie diese, von Gott getrennt und dadurch seinen paradiesischen Urzustand verloren hat / das Paradies verlassen hat und nun in einer Welt lebt, die als solche auch die „natürlichen Übel“ enthält. Wann und wo wir uns von Gott getrennt haben kann ich mir, angesichts der erwähnten Zeit-Raum-Relativität und der Quantenverschränkung durchaus mit anderen Raum-Zeit-Existenzvorstellungen (in einem parallel existierendem Gottesreich/ „Paradies“? „Paralleluniversum“?) - und auch zeitunabhängig vorstellen.[[415]](#footnote-415)   
Ich gehe also von der Annahme einer Prae- oder Parallelexistenz eines jeden Menschen jenseits unserer Welt aus. Das heißt, dass wir neben unserer irdischen Existenz noch eine andere haben, mit der wir, wie bei einer Quantenverschränkung, verbunden sind und die in der Bibel Adam und Eva genannt wird.   
Die Quantenverschränkung beweist ja, dass eine Existenz /etwas, das zusammengehört, auch getrennt, jenseits unserer Raum-Zeitvorstellungen (d. h. auch trotz größter Entfernungen und Zeitverschiebungen) eine Einheit bilden kann. Sind nicht auch unsere Gedanken frei von Raum und Zeit? Können nicht zwei Menschen in Gedanken miteinander verbunden sein? Denken wir nicht zur materialistisch, so dass uns dadurch eine andere weitergehende Sicht verschlossen bleibt?

Ich kann mich jedenfalls sehr gut mit Adam identifizieren. Und wer kann das nicht? Essen wir nicht immer wieder mit jeder Sünde vom paradiesischen Apfel?[[416]](#footnote-416) Und Gott lässt es uns Wahlfreiheit, zum Guten und Bösen - wie gesagt, als Zeichen der Liebesbeziehung zu uns.  
Wenn wir uns so mit `Adam´ und `Eva´ identifizieren, dann sind wir selbst und nicht Gott sowohl für die moralischen als auch für die „natürlichen Übel“ verantwortlich und Gott wäre gerechtfertigt. Gott ist deshalb gerechtfertigt, weil seine Allmacht und unbegrenzte Liebe nach diesem Konzept nicht im Widerspruch zu unseren Leiden stehen.  
Meines Erachtens vermag nur eine solche Interpretation wie diese, die von einer überzeitlichen und überräumlichen Perspektive ausgeht, die Widersprüche zwischen der Allmacht und Allgüte Gottes einerseits und den „natürlichen Übeln“ anderseits zu erklären, was man auch als „Beweis“ für eine solche Hypothese werten kann.   
„Umgedreht“ kann man auch sagen: Die Rechtfertigung Gottes macht es auch glaubwürdig, dass so etwas wie viele oder parallele Welten/ Existenzen gibt.

Wenn wir Menschen, nach dieser Hypothese, schuld an allen Übeln sind, aber Jesus alle Schuld vergibt, so bleibt doch die Frage offen, warum wir immer noch leiden, obwohl unsere Schuld vergeben wurde. Die Schuld ist weg - die Folgen nicht.   
Wo bleibt da die Gnade des Herrn?

Ich denke, es ist gut, dass Gott Schuld vergibt. Es ist aber auch gut, dass die Menschen deren negativen Folgen merken. Gilt das nicht für jede Liebesbeziehung? Liebende machen einen Fehler, wenn sie Schuld nicht verzeihen, aber sie machen auch einen Fehler, wenn sie vermitteln, Schuld sei egal. Ist es denn nicht richtig, dass wir merken, wenn wir einander belügen oder betrügen? Wenn unser negatives Handeln keine spürbaren Folgen hätte, was wäre dann? Wahrscheinlich würden wir im Chaos versinken.   
Gott lässt Wahlfreiheit. Er zwingt nicht und entmündigt nicht - wie jede Liebe - auch wenn das mit Leid verbunden ist. Auch wenn Gott es zulässt, dass wir leiden /uns Leid zufügen, so lässt er uns damit nicht allein. Ich glaube, dass Gott auch heute noch bis an die äußerste Grenze der Liebe geht, so wie er es in der Gestalt von Jesus getan hat, um unser Leid zu minimieren. Ist uns dieser Beweis seiner unbedingten Liebe nicht genug?   
Selbst, wenn es anders ist als ich vermute, so liegt es nicht an Gottes mangelnder Güte, sondern an unserer Kleingläubigkeit oder Kurzsichtigkeit oder Phantasielosigkeit, wenn uns manche Ursache des Leids verborgen bleibt. Soll sich Gott vor uns rechtfertigen, obwohl wir es sind, die eine Rechtfertigung benötigen?

#### Konkrete Beispiele: Hölderlin, Nietzsche ... (Entwurf)

Hinweis: In der ungekürzten Fassung habe ich dieses Thema inbezug auf Hölderlin ausführlicher dargestellt. Aber auch dort, wie hier, handelt es sich wegen der komplexen Problematik nur um eingige Gedanken inbezug auf diese Arbeit.  
  
Hölderlin und Nietzsche sind für mich typische Beispiele von Menschen, die aufgrund verschiedenster Verabsolutierungen krank wurden.   
Werner Ross schildert in „Der ängstliche Adler“ Nietzsches Leben und die Entstehung seiner Psychose. Und Stefan Zweig beschrieb in „Der Kampf mit dem Dämon“ beeindruckend die Entstehung der Psychose in Hölderlins und Nietzsches Leben. Dabei entspricht der Begriff `Dämon´ von Zweig weitgehend dem des `fremden Absoluten´ in dieser Arbeit.   
Die Analyse dieser psychotischen Entwicklungen durch beide Autoren steht im Einklang mit meinen metapsychiatrischen Hypothesen auch wenn die Terminologie teilweise eine andere ist.   
Vergleicht man auch die Angaben der Autoren über Hölderlin´s und Nietzsche´s Symptome mit den Angaben in den Spalten `Es-Wirkungen und Folgen´ der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf), so findet man die meisten ihrer Symptome dort wieder.  
Wenn Nietzsches Freund Erwin Rohde über ihn schreibt: „Eine unbeschreibliche Atmosphäre der Fremdheit, etwas mir damals völlig Unheimliches, umgab ihn ... Als käme er aus einem Land, wo sonst niemand wohnt“ [[417]](#footnote-417)- so entspricht das dem, was ich hier `fremdes Personales´ nenne.   
Hölderlin, Nietzsche und viele andere Psychotiker erscheinen mir wie in den Abgrund rollende an ihren Widersprüchen zerbrechende „Yin-Yang-Menschen“ - etwa so wie ich es im Abschnitt `[Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)´ dargestellt habe. Ihnen fehlte, nach den Hypothesen dieser Arbeit, letztlich ein Absolutes, das die fremden Absolutheiten mit ihren Wider-sprüchen kompensieren oder korrigieren konnte.  
Sah es Nietzsche nicht selbst so, als er schrieb: „Aber wir fühlen zugleich, wie wir zu schwach sind ... und wie nicht wir die Menschen sind, nach denen **die gesamte Natur sich zu ihrer Erlösung hindrängt ... wir müssen gehoben werden - und wer sind die, welche uns heben?**“[[418]](#footnote-418)

Juan und Maria López-Ibor kommen zu ganz ähnlichen Erkenntnissen wie ich, wenn sie

die Rolle von Weltanschauungen und Glaubenssystemen inbezug auf die Entsehung von Schizophrenien hervorheben, und machen das am Beispiel des Romantizismus und Hölderlins Erkrankung deutlich.[[419]](#footnote-419)

Hemingway (in Bearbeitung).

# P S Y C H I A T R I E

## Zu Ursachen psychischer Krankheiten

„Denn, wie die Pflanze, wurzelt auf eigenem Grund sie nicht,   
verglüht die Seele des Sterblichen.“ (F. Hölderlin)

Vorbemerkungen:  
• Allgemein zu Ursachen siehe `[Ursachen und Folgen](#_Ursachen_und_Folgen)´ in `Metapsychologie´!.  
• Zu Ursachen der zugrundeliegenden→ [fremden, zweitrangigen Wirklichkeiten](#_Bildung_von_fremden,).

• Krankheiten sollten wir nicht nur als Folge von Fehlverhalten interpretieren!  
• Krankheiten sollten nicht als das absolute Übel angesehen werden, das es nur zu  
 beseitigen gilt.  
• Jeder Mensch kann krank werden (psychisch wie körperlich).   
Die Ursachen für Krankheiten ähneln den Ursachen für Unglücke: Jedes Unglück kann jeden Menschen treffen, wenn auch mit unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit. Der Betroffene selbst ist an seinem Unglück bzw. Krankheit sehr unterschiedlich beteiligt: Unglück oder Krankheit kann ihn ohne Schuld treffen - er kann aber auch der Hauptverantwortliche dafür sein.[[420]](#footnote-420)

Zugrundeliegende Hypothesen:  
1. Krankheit und Gesundheit haben gegenüber den eigentlichen Absolutheiten eine relative Bedeutung.   
2. Als Relativa haben Krankheit und Gesundheit positive und negative Anteile. D.h. Krankheit ist nicht absolut negativ und Gesundheit ist nicht absolut positiv.   
3. Häufigste primäre (!) Ursachen für psychisch relevante Veränderungen allgemein und für entsprechende Krankheiten und Gesundheit speziell sind absoluten, also geistigen Ursprungs von Menschen, die fremde Absolutheiten (Es/fA-Komplexe) generieren.[[421]](#footnote-421) Ideologien sind dafür typische Beispiele.[[422]](#footnote-422)   
Natürlich können psychische Krankheiten auch sekundär durch körperliche Störungen verursacht werden (Sekundärursachen).  
4. Ursachen für psychische Krankheiten sind selten nur im Betroffenen selbst zu suchen, sondern in allen auf ihn wirkenden pr Bereichen. Ähnliches sagt die häufige Aussage in der Literatur bei der Besprechung der Genese der meisten seelischen Erkrankungen: „Wahrscheinlich besteht eine multifaktorielle Genese mit genetischen, neurobiologischen und psychosozialen Ursachen.”   
Der Anteil dieser einzelnen Faktoren ist sicher von Fall zu Fall unterschiedlich groß. Wenn ich in dieser Arbeit das Schwergewicht auf den geistig-seelischen Bereich lege, dann deshalb, weil hier kausale und sehr effiziente Therapien möglich sind. Das ist in der Regel nicht der Fall, wenn man lediglich versucht, den biologisch-materiellen Bereich (z.B. Gehirn, Gene usw.), meistens durch Psychopharmaka, zu beeinflussen.[[423]](#footnote-423)

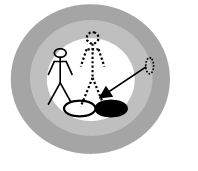
## Psychische Krankheiten aus biografischer Perspektive

### Beginn

„Und Kinder wachsen auf mit tiefen Augen,   
die von nichts wissen, wachsen auf und sterben." (Hugo von Hofmannsthal)

Die Geschichte seelischer Krankheiten beginnt meist in der Kindheit oder schon vor der Geburt. Sie wird letztlich von den unterschiedlichsten Geisteshaltungen bestimmt, die die Eltern oder die Umgebung auf das Kind übertragen oder die das Kind später selber wählt. Allen diesen Geisteshaltungen liegen bestimmte Absolutheiten zugrunde. D.h. das, was die Eltern oder die Umwelt des Kindes für absolut wichtig und unbedingt hielten, werden sie dem Kind auch in seiner unbedingten Bedeutung vermitteln. Das geschieht meist unbewusst und häufig in scheinbar unauffälligen Alltagssituationen. Dieses Absolute und Unbedingte kann es wirklich sein oder es ist ein fremdes Absolutes und Unbedingtes. Nur das erste wird dem eigentlichen Selbst des Kindes entsprechen, das zweite nicht und dieses kann die Grundlage für spätere seelische Krankheiten sein. Das Kind kann dann seine Persönlichkeit nicht frei entfalten. Genauer: sein Selbstbereich wird nicht stark und frei. Als `Selbst´ definierten wir den einmaligen, individuellen Kern der Persönlichkeit.  
   
Ich darf die Hauptcharakteristika des positiven Selbst noch einmal aufzählen: Es ist das Eigentliche und Existenzielle der Person. Es ist einzigartig und unauswechselbar. Es ist das Wichtigste. Es ist im Kern frei. Es hat etwas Absolutes, Heiliges an sich. Es ist ohne Vorbedingungen liebenswert (von Gott geliebt). Es ist an sich unzerstörbar. Es ist geschenkt (d.h. man hat es schon und muss es nicht erst erringen) und - es lebt von selbst. Der Mensch ist, so glaube ich, daraufhin angelegt.   
Dieses Selbst ist die Grundlage der Primärpersönlichkeit. Jeder Mensch hat das Recht aus einem solchen Selbst heraus zu leben. Eine andere Lebensbasis bezeichne ich hier als Fremd-Selbst.  
  
Je mehr Eltern Relatives absolut nehmen, umso mehr wird diese Lebensbasis relativiert und geschwächt - dann haben sowohl Eltern und Kind das Gefühl, es gehe bei diesen an sich relativen Angelegenheiten um Alles oder Nichts, ums Absolute, um Sein oder Nicht-Sein. An sich nur relativ Richtiges und Gutes muss, wenn verabsolutiert, nun um jeden Preis erfüllt   
(→ Bewältigungsmechanismen) und an sich nur relativ Falsches oder Böses muss, wenn verabsolutiert, um jeden Preis vermieden und bekämpft werden (→ [Abwehrmechanismen](#_Abwehr_und_Gegenbesetzung)). Nicht selten steht missverstandene Liebe dahinter, wenn Eltern solche Einstellungen auf ihre Kinder übertragen. Sie wollen dem Kind Halt und Orientierung geben, stören aber dessen seelische Entwicklung, wenn sie Relatives absolut setzen, denn an sich ist das Selbst auf das eigentliche Absolute hin angelegt.[[424]](#footnote-424)  
Es braucht einen unbedingten Grund - so wie ein Samenkorn auf einen festen Grund hin angelegt ist, um sich frei entwickeln zu können. Das Selbst möchte nicht nur stark, frei und wertvoll sein, es will auch unauswechselbar sein - selbst sein, das sein, was es eigentlich ist (oder wozu es angelegt ist). D.h. jeder Mensch sehnt sich in der Tiefe nach dem Absoluten - er möchte um seiner selbst willen geliebt sein und sich auf der Basis einer solchen Liebe frei entfalten. Ich meine mit `freier Entfaltung´ nicht Orientierungslosigkeit. Das Kind soll sich schon in eine bestimmte Richtung hin entwickeln. Man könnte bildlich sagen: wie die Pflanze zum Licht, zur Sonne hin. Aber das ohne Enge. So wie die Sonne auch nicht nur am selben Fleck steht, sondern uns in weitem Bogen bescheint. Das Licht sind nicht immer die Eltern bzw. die Umwelt. Denn von allen Eltern, wie von jeder Person, gehen auch ungünstige Einflüsse aus: In allen Familien spielen meist unbewusste fixierte Geisteshaltungen, Tabus, eiserne, nicht zu hinterfragende Prinzipien, unausgesprochene Familienschwüre und -mythen u.ä. eine Rolle. Wer kennt nicht diese Sätze: „Jungen weinen nicht!”, „Lieb´ Kind gehorcht geschwind!”, „Den Eltern widerspricht man nicht!”, „Einer muss für den anderen einstehen!” und tausend andere, zum Teil auch ganz familienspezifische Festlegungen. Man kann sagen: Es spricht dann nicht die Liebe, sondern der Imperativ.  
Die „Eltern“ stehen hier der Einfachheit halber für die wichtigsten Bezugspersonen des Kindes bzw. für die Umwelt überhaupt, deren Hauptrepräsentanten sie in der Regel sind. In Wirklichkeit ist das Kind natürlich vielfältigsten Einwirkungen ausgesetzt, so auch Traumatisierungen, mit den Eltern gar nichts zu tun haben müssen!

|  |
| --- |
| Abb. 65 Das in den Selbstbereich eingedrungene Relative bildet, als Fremd-Selbst, ein neues fremdes, gespaltenes Zentrum oder Basis, auf dem sich ein neues fremdes Ich (Fremd-Ich, hier gepunktet gezeichnet) etabliert, das das eigentliche Ich verdrängt. |

  
Die Ausgangssituation ist häufig so, dass Eltern oder die Umgebung seelisch Kranker auch in Inversionen gefangen sind, d.h. wenig Freiheit haben und durch ungelöste Probleme überfordert sind. Ihr Weltbild ist oft eng, beängstigend und fixiert. Manche erscheinen nach außen stark und einige sind es auch, aber überfordern sich. Was ihnen meist fehlt, ist ein freies, eigentliches, absolutes Selbst, das imstande ist, ein schwaches, verängstigtes, fehlerhaftes (kurz „negatives”) Ich auszuhalten und zu schützen. Stattdessen muss man stark und gut sein und das schwache Ich wird aus falscher Angst und Scham versteckt. Für diese Eltern ist eine andere Welt als die eigene, eine, die größer, freier - und damit nicht „im Griff” ist - voll Gefahr. Und, um ehrlich zu sein, wem geht es als Eltern nicht mehr oder weniger so.   
Es ist mit den seelischen Problemen in den Familien wie mit den Schulden: Familien/ Sippen, in denen seelische Krankheit auftaucht, haben gewöhnlich seelische „Schulden”. Meist werden ein oder mehrere Familienmitglieder die Schulden in Form von Krankheit bezahlen, andere bleiben gesund. Warum das so ist, sehen wir später. Fest steht: Es ist oft eine Frage von Glück oder Unglück, ob jemand krank wird oder nicht.  
 Wie gesagt: Das Kind benötigt für seine normale psychische Entwicklung eine stabile Basis, einen unangreifbaren Kern, ein echtes gutes Absolutes und nicht etwas Relatives, nicht eins, das nur unter bestimmten Bedingungen oder nach bestimmten Vorleistungen gut ist, sondern eins, das unbedingt da ist, es liebt, schützt und orientiert.   
Ein solches Absolutes ist die möglichst vorbedingungslose Liebe beider Eltern.[[425]](#footnote-425) Können diese eine solche Liebe ohne Vorbedingungen nicht geben - meist, weil sie auch keine vorbedingungslose Liebe bekamen - so ist die Entwicklung des Kindes gefährdet. Hat das Kind Pech, so ist sein Selbst sogar in Gefahr unterzugehen. Eine wesentliche Rolle spielen auch besondere Lebensumstände, Schicksalsschläge, Traumatisierungen, die in dem Kind, entsprechende fremde Absolutheiten (–fA) erzeugen können. Es ist meist zu jung, um zu verstehen, was mit ihm passiert und kann deshalb nicht bewusst seinem (seelischen) Untergang gegensteuern. In dieser Gefahr tritt ein unbewusster Mechanismus ein, der es rettet, wenn auch, wie wir später sehen werden, um einen hohen Preis: Das Kind identifiziert sich mit dem Selbst seiner Eltern oder eines Elternteils. Es passt sich übermäßig an.

Damit kommen wir zum zweiten Akt:

### Überanpassung oder Feindschaft

Um sein Selbst zu retten, überidentifiziert sich das Kind mit den Eltern. Es übernimmt deren Absolutes und damit deren Selbst (→ [kollektives Absolutes](#_1._Entstehung_des)).

Abb. 66 zeigt, wie das Kind durch fehlverabsolutiertes Positives oder Negatives - hier von den Eltern - geprägt wird. Die entstandene Prägung ist wie ein Strichcode mit schwarzen (negativen), weißen (positiven) oder schwarz-weißen (ambivalenten) fA oder hier nicht eingezeichneten Defekten (Null).  
Es besteht eine Analogie zur genetischen Prägung.

Das Kind übernimmt vor allem das, was die Eltern für gut\* und das, was sie für böse\* halten.[[426]](#footnote-426) Das, was unbedingt erfüllt und erreicht werden muss (das Gute\*, die Ideale\*) und das, was auf jeden Fall vermieden werden muss (das Böse\*, das Tabuisierte\*).  
Da von den Eltern Relatives verabsolutiert wurde, haben sowohl die Eltern als auch das Kind das Gefühl, es ginge statt um Relatives um Alles, ums Absolute, um Sein oder Nicht-Sein. Auch in der normalen Entwicklung passt sich natürlich das Kind an die Eltern an und identifiziert sich mit ihnen und ihrem Weltbild. Es hat aber dann die Freiheit, das, was nicht mit der eigenen Identität, mit den eigenen Wünschen und Vorstellungen übereinstimmt, ohne Bestrafungen wieder abzulegen und das, was ihm selbst entspricht, zu übernehmen.   
Ja, Kinder oder der Jugendliche müssen, um zu sich selbst zu finden, ihre Eltern erst einmal prinzipiell, radikal und absolut infrage stellen, um dann in freier Selbstentscheidung das von ihnen zu übernehmen, was ihnen übernehmenswert erscheint und das nicht zu übernehmen, mit dem sie sich nicht identifizieren wollen.[[427]](#footnote-427)   
Dort jedoch, wo das Eltern-Selbst nicht mit dem eigenen Selbst übereinstimmt, dort wo es als ich- bzw. selbstfremd erlebt wird, entsteht ein zentraler, existenzieller Grundkonflikt im Kind, gegen den es machtlos ist. Die Schärfe dieses Konfliktes wird nur dann verständlich, wenn wir uns vergegenwärtigen, dass es um absolut Genommenes geht, was meist alle Beteiligten so erleben. Das falsche Absolutgenommene aber ist dem Selbst fremd. Diese Fremdanteile liegen als ungelöste Komplexe wie ein Kuckucksei im Selbst und verdrängen die eigenen Anteile. Das Ich ist (an diesen Stellen) nicht Herr im eigenen Hause. Es muss sein Innerstes, sein Eigentliches mit Fremdem, vielleicht sogar Feindlichem teilen. Das ist der Preis, den das Kind unbewusst zahlt, um sein Selbst zu retten.   
Andererseits hat das betroffene Kind von der Übernahme des Eltern-Selbst auch Vorteile: Das Kind kommt mit den Eltern oder der Umgebung nicht in Konflikt. Es kann sich auf die verinnerlichten Anteile und Werte stützen und findet Halt und Identität, wenn auch eine fremde und relative. Das Kind ist im goldenen Käfig gefangen.   
Es ist mit den Eltern - und fast immer für alle Beteiligten unbewusst - die Vereinbarung eingegangen, im Käfig zu bleiben, dafür aber geschützt zu werden. Es entsteht für das Kind eine Ersatzlösung, eine Notlösung nach dem Motto: `Besser ein fremdes Selbst als die Vernichtung des eigenen Selbst´. Schon hier deutet sich, wie bei einem Vorspiel zu einem Drama, etwas an, was später, bei den seelischen Krankheiten immer wieder, wenn auch in verschiedensten Variationen zu finden ist: Die Spaltung und die Unterdrückung (Depression) des Selbst durch Fremd-Selbst-Anteile.[[428]](#footnote-428)|  
Kindern wird so ihr erstrangiges Absolutes (=ASEEUPU[[429]](#footnote-429)) abgesprochen. Sie können deshalb als Mittel zum Zweck, als Objekt, Ersatz o.ä. von den Eltern oder ihrer Umwelt missbraucht werden.  
T. Moser dazu: „Viele Mütter brauchen gefügige Kinder, an denen das eigene innere Chaos gerade noch in Schach gehalten werden kann. Oder sie brauchen sie, um überhaupt ein Echo auf ihr sonst leeres Leben zu haben. Oder sie brauchen sie, um ihre geheime Selbstverachtung durch grandiose Zukunftsphantasien für das Kind zu heilen. Das Gefühlsleben des Kindes *kippt dann um wie ein überdüngter See*, der sich nicht mehr selbst regenerieren kann. *Wer der Stolz seiner Eltern sein muss, weiß nie wirklich, ob er geliebt wird: es bleiben immer Bedingungen, oder, im schlimmeren Fall, eine schleichende Erpressung.* Was dabei zustande kommt, nannte *Winnicott ein `falsches Selbst´*, das die oft unbewussten Erwartungen der Eltern zu seiner eigenen Substanz gemacht hat ... Je wichtiger das Kind als Krücke für die Eltern ist, desto größer wird später die Angst, wenn es, in einer Beziehung oder in einer Therapie, sich vor die ersehnte und zugleich erschreckende Möglichkeit gestellt sieht, dass da einer fragt: Wer bist du eigentlich? Wer der Stolz der Eltern war durch dringlich erwartete Leistung oder `*vorzeigbare Dressur´*, kann nur immer mehr leisten oder sich immer besser anpassen, um Panik oder Depression zu vermeiden, wenn die äußere Anerkennung ausbleibt.“[[430]](#footnote-430)  
Ähnlich hat es Karen Horney gesehen: „Ein Kind leidet an Urangst ... wenn es Eltern hat, deren eigene neurotische Konflikte sie daran hindern, dem Kind die Grundakzeptanz zu bieten, die für die Entwicklung seines autonomen Selbst notwendig ist. Während der frühen Lebensjahre, in denen das Kind die Eltern als allwissend und allmächtig erlebt, kann es angesichts elterlicher Missbilligung und Zurückweisung nur zu dem Schluss kommen, dass etwas an ihm schrecklich falsch ist. Um die Grundangst zu zerstreuen, um die Akzeptanz, Zustimmung und Liebe zu erlangen, die das Kind zum Überleben braucht, erkennt es, dass es etwas anderes werden muss; es kanalisiert seine Energien weg von der Verwirklichung seines realen Selbst, weg von seinem persönlichen Potenzial und entwickelt das Konstrukt eines idealisierten Selbstbildes - eine Möglichkeit, wie es werden muss, um zu überleben und der Urangst aus dem Weg zu gehen. Das idealisierte Selbstbild kann viele Formen annehmen, von denen alle dazu angelegt sind, mit einem primitiven Gefühl von Schlechtigkeit, Unzulänglichkeit oder dem Gefühl, es nicht wert zu sein, geliebt zu werden, fertig zu werden.“[[431]](#footnote-431)  
 Kinder haben i.d.R. keine Chance direkt gegen die negativen Auswirkungen der fremden Absolutheiten der Umgebung zu rebellieren oder diese zu kompensieren. Im Gegenteil bestätigen sie innerlich diese Einstellungen, zumal diese oft nicht falsch, sondern „nur“ übertrieben und einseitig sind. Insofern glaubt das Kind oft, dass das Verhalten der Eltern richtig ist und das eigene Verhalten falsch, so dass es die aufkommenden negative Gefühle den Eltern gegenüber unterdrückt und glaubt, bestraft werden müssen. Deshalb gerät das Kind immer mehr in einen Teufelskreis, in dem das Auftreten einer Symptomatik die typische Notlösung darstellt.   
Verschärft wird die Situation des Kindes, wenn es sich zusätzlich für die Probleme der Eltern verantwortlich fühlt. Das ist fast immer der Fall. Auch wenn das Kind nicht bewusst die Probleme der Eltern registriert oder sie gar benennen könnte, so hat es doch eine Ahnung davon und versucht, ihnen zu helfen und sich aufzuopfern. Es verhält sich dann wie ein(e) Vater/Mutter der eigenen Eltern oder eines Elternteils (Parentifizierung) und ist in dieser Rolle natürlich maßlos überfordert, auch wenn diese Rolle nur unbewusst eingenommen wird.   
Die Betroffenen sind in schlimmen Fällen seelisch (eventuell auch körperlich) wie greisenhafte Kinderwesen - einerseits in der freien Entfaltung gehemmt, andererseits mit Problemen konfrontiert, die nicht einmal die erwachsenen Eltern lösten.[[432]](#footnote-432)  
Das Kind erfährt im schlimmsten Fall, dass es nur dann Zuwendung und „Liebe“ bekommt, wenn es sein eigenes Selbst völlig aufgibt. Das Kind wird sich verachten oder gar hassen und die Eltern zu sehr lieben, aber diese auch, insgeheim oder unbewusst, zu sehr hassen - und das aus nicht unberechtigten Schuldgefühlen, denn es hasst seine Eltern auch zu sehr und spürt, dass die Eltern wohl ebenso Gefangene des „Spiels“ sind wie es selbst und wird deshalb wieder versuchen, sie zu sehr zu lieben. Es ist ein Endlosspiel ohne Ausweg, niemand ist da, der den Ausweg kennt, der die Wahrheit weiß, der einen erlöst.

Die Abb. 67 zeigt, wie elterliche Ideale\*, Tabus\* und Leere das eigentliche Selbst des Kindes überlagern und dadurch fremdbestimmen, aber auch stabilisieren, da das kindliche Selbst von sich aus nicht genügend Stabilität hat.  
  
  
Es finden auch in der sogenannten normalen Entwicklung Überanpassungen statt, die von den Eltern aber nicht unbedingt gefordert werden. Ebenso gibt es in der normalen Entwicklung immer wieder Rebellionen, Aufstände, Trotzphasen gegen die Eltern, die für die Selbstfindung des Kindes sehr wichtig sind und, im günstigen Fall, von den Eltern gelassen hingenommen werden.[[433]](#footnote-433)  
Zu keinen Störungen kommt es m.a.W., wenn das Kind die Geisteshaltung einer unbedingten Liebe der Eltern (oder anderer Personen) zu sich erfährt und so die o.g. fA-Forderungen, natürlich unbewusst, relativiert.   
Das Kind oder jede andere Person wird nicht nur durch die übergeordnete Liebe die fA abpuffern können, sondern sich aus einer sicheren Position mit ihnen auseinandersetzen.   
So fängt das Kind schon früh an, auch Lust oder Unlust nicht absolut zu setzen und so für das spätere Leben viel gewappneter zu sein.  
Aber „Die Unabhängigkeit eines Kindes ist für das wacklige Gleichgewicht einiger Eltern ein zu großes Risiko.“[[434]](#footnote-434) Das wird umso mehr der Fall sein, je mehr ihr eigenes Selbst von Irgendetwas abhängig ist. Dann beginnt eine starke Polarisierung der Gegensätze und ein Kampf gegeneinander, ein Entweder/Oder, ein Für-uns (mich) oder Gegen-uns (mich), ein Schwarz-oder-weiß-Denken und -Verhalten, eine Sieg-oder-Niederlagen- bzw. Freund-oder-Feind-Haltung. Das Kind verbeißt sich dann in die Eltern und diese in das Kind. Zusätzlich übertragen die Eltern, wie gesagt, häufig ihre eigenen ungelösten Probleme auf das Kind, ein Elternteil geht eventuell mit dem Kind Koalitionen gegen das andere Elternteil ein, andere Familienmitglieder werden mit einbezogen usw.   
Es laufen Prozesse ab, die noch schwieriger und undurchschaubarer werden, weil sie den Betreffenden selber kaum oder nicht bewusst sind.[[435]](#footnote-435)  
Wie es auch läuft: Das Selbst des Kindes bleibt meist unterdrückt und auch eine Feindschaft zu den Eltern führt nicht zu echter Unabhängigkeit, sondern die Abhängigkeit bleibt weiter bestehen - lediglich mit negativem Vorzeichen. Das heißt, es läuft auf dasselbe hinaus, ob das Kind nur tun muss, was die Eltern meinen oder ob es aus radikaler Opposition das Gegenteil tun muss. Die Eltern bleiben so oder so bestimmend. Allerdings ist mit der Phase der Rebellion, mag sie auch nicht zu echter Freiheit führen, ein ganz wichtiger Schritt in die richtige Richtung getan, der manchmal erst nach vielen Jahren, im schlimmsten Fall aber nie, stattfindet.   
Häufig wechseln Überanpassung und Trotz immer wieder einander ab - ein Grundmuster, das sich bei dem Betreffenden auch in späteren Beziehungen wiederfindet - es sein denn, er kam zu einer tieferen Lösung. (→ Kapitel  [Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)).   
Meist existieren überangepasste und gegengerichtete (Pro- und Kontra) Fremd-Selbst-Anteile zugleich.[[436]](#footnote-436)   
Es ist eine Frage der Zeit, wann die Kräfte des Kindes nicht mehr ausreichen, um den Dauertribut zu bezahlen. Das kann auch Jahre dauern. Dann kommt es zur Krise - und zu unserem nächsten Abschnitt. Allerdings kann sich das Kind auch „totstellen“ oder schon jetzt manifest krank werden wie beim fühkindlichen Autismus.

TABUS

IDEALE

SELBST  
SELBST

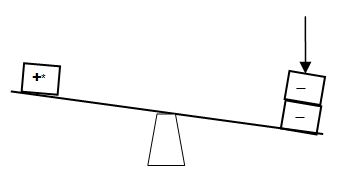
LEERE

### Krise und Erkrankung

|  |
| --- |
| „.... Jede dumpfe Umkehr der Welt hat  solche Enterbte, denen das Frühere nicht  und noch nicht das Nächste gehört ...” (R.M. Rilke, Duineser Elegien) |

Ursache der Krise, ist der Konflikt zwischen dem eigentlichen Selbst des Betreffenden und den Fremd-Selbst-Anforderungen, der Konflikt zwischen den legitimen Wünschen des Selbst nach Selbstbestimmung und Selbstentwicklung und den entgegenstehenden Kräften.   
Diese fremden, entgegenstehenden Kräfte existieren einmal in Form der real existierenden Personen (meist Eltern), aber auch, und das ist für das Verständnis der Vorgänge wichtig, als verinnerlichte Anteile. Das heißt, die an sich fremden Anforderungen stellt derjenige zunehmend auch an sich selbst, solange er es nicht merkt und ändert. Die Anforderungen bestehen darin, die + fA (bzw. +Es) zu erfüllen und zu bewältigen bzw. andererseits die −fA (−Es) abzuwehren. Der Betreffende ist wie ein Schwimmer, der dauernd strampeln muss, um nicht unterzugehen, der aber auch nicht wagt, das rettende Boot (sein eigenes Selbst!) zu besteigen. Hauptkennzeichen dieser Forderungen sind die vielen äußeren aber auch inneren „Muss”. Hier wiederum die Grundforderung: Du musst so und so (gut) sein und darfst nicht so und so (böse) sein.[[437]](#footnote-437) Dabei spielt es zunächst keine Rolle, ob das, was als gut angesehen wird, auch tatsächlich gut und das als böse Angesehene auch böse ist. Denn auch das wirklich Gute kann schlecht oder zwiespältig geworden sein, wenn es erzwungen wurde. Und das primär Schlechte kann gut erlebt werden.

|  |
| --- |
| Gefahr des Verlustes des labilen seelischen Gleichgewichts durch weitere seelische Belastungen oder Schwächung der Person. Die Breite der Basis, auf der sich das Gleichgewicht abspielt, entspricht der Kompensationskraft des Selbst. |

  
  
Erlebnis einer schizophrenen Patientin:   
Die „`Götter´ [+\*] waren lachende, goldene Gestalten, wie Schutzengel ... Aber Irgendetwas veränderte sich, Yr verwandelte sich von einer Quelle der Schönheit und des Schutzes zu einer Quelle von Furcht und Leid [‒\*]. Allmählich wurde Deborah gezwungen, sie zu besänftigen und zu versöhnen, wenn sie von dem Königsthron eines hellen und tröstlichen Yr in das Gefängnis seiner dunkleren Orte gewirbelt wurde."[[438]](#footnote-438)   
  
Meist kommt es zur Krise, wenn der Betroffene weiteren Anforderungen ausgesetzt wird. Das können größere Ereignisse (Eintritt ins Berufsleben, unglückliche Liebe, Todesfälle oder ähnliches) sein. Häufiger sind es jedoch kleinere Auslöser, die das ganze seelische System aus dem mühsam erhaltenen Gleichgewicht bringen. Dadurch kommt die Krise oft wie aus heiterem Himmel und lässt sich verstandesmäßig nicht erklären, zumal viel auch unbewusst ablief.

|  |
| --- |
| Die Abbildung soll die verschiedenen Phasen der Dynamik zwischen der Person (P) und ihren übergeordneten Es/fA zeigen.  Phase 1 zeigt links, wie die Person, obwohl sie sich den Es/fA unterworfen hat, mit diesen noch in einem „positiven“ Zusammenspiel ist: P erfüllt die Anforderungen der fA und bekommt dadurch eine oft überstarke positive Rückkopplung (Anerkennung usw.).  Phase 2 in der Mitte, zeigt: Zu einer Verschlechterung kommt es, wenn die Anforderungen der fA zu groß werden und/oder die Person zu geschwächt ist, die bisherigen Anforderungen zu erfüllen - entsprechend einem Missverhältnis zwischen seelischer Belastung und Belastbarkeit. Der Betreffende wird nun bei Nichterfüllung von den Es/fA bestraft. Phase 3 rechts soll die Doppelrolle der Krankheit andeuten: Sie schützt einerseits P vor weiteren Überforderungen, andererseits bleibt der Betreffende krank und die Es/fA weiter bestehen.  Erfüllung  Nicht- erfüllung  Bestrafung  Belohnung  Nicht- erfüllung  **KRANKHEIT** |

Das System dekompensiert dann, wenn die Forderungen der fA bzw. Es die Kompensations-kräfte des Ich überschreiten, genauer: wenn die Anforderungen nicht mehr erfüllt bzw. die Bedrohungen nicht mehr abgewehrt werden können - also in dem Moment, wenn die Bewältigungs- und/ oder Abwehrkräfte des Betreffenden nicht mehr ausreichen. Aber auch dann, wenn die Person die fA-Forderungen nicht mehr erfüllen *will* - und so eine positive Krise provoziert.  
In dieser Situation steht der Betreffende wieder an der alten Stelle der Kindheit: Er fühlt sich wieder existenziell bedroht, es geht wieder um Sein oder Nichtsein, um Selbst oder Nichtselbst. Die alte Notlösung hält nicht mehr. Vor allem dann nicht, wenn die Eltern (Umgebung) auch in einer Krise sind, weil sie ähnliche Konflikte in sich tragen, die sie auch nicht lösen konnten.  
Man kann das entstandene Dilemma auch so formulieren: Einerseits brauchen wir unbedingt Liebe; Andererseits ist für uns aber die Liebe gefährlich, fast tödlich geworden, wenn mit der elterlichen Liebe Vorbedingungen oder gar Ausbeutungen verbunden waren. Deshalb suchen viele Menschen Liebe, aber fürchten und meiden sie gleichzeitig. So bleibt der Betroffene im Dilemma stecken. Er bekam und hat nun selbst eine beängstigende, zerstörerische Liebe. Er gleicht dann einem Barfüßigen, der vom kalten Eis auf glühende Kohlen flüchtet und von dort wieder aufs Eis geht, aber nicht wagt, sich *seine* Schuhe anzuziehen.   
Es kommt zu häufigen Reinszenierungen (in neuen Beziehungen), zu Wiederholungs-zwängen, solange, bis der Betreffende eine Lösung findet. Es ist, als ob der Betreffende wie unter einem Zwang herausfinden muss, ob er um seiner selbst willen geliebt wird oder nicht.  
 Die Situation scheint ausweglos - aber der Betreffende ist ja auch älter geworden. Vielleicht gelingt ihm eine tiefergehende Lösung. Welche Lösungen aber stehen, außer dem genannten Aufschub noch zur Verfügung? Das werden wir in den Therapiekapiteln sehen.

## Psychosen

Die Psychosen können in organische Psychosen, Psychosen des schizophrenen Formen-kreises und affektive Psychosen eingeteilt werden. In dieser Arbeit geht es nicht um organische Psychosen,[[439]](#footnote-439) sondern um affektive und schizophrene Psychosen.  
Bei den **affektiven** Psychosen unterscheidet man psychotische Depressionen und Manien (manisch-depressive Erkrankungen). Die **schizophrenen** Psychosen (= Schizophrenien) behandele ich in dieser Arbeit ausführlicher (s. später). Unter **schizoaffektiven** Psychosen versteht man solche, bei denen sich affektive und schizophrene Symptome mischen.  
Diese Einteilungen sind ab einem bestimmten Punkt willkürlich - andererseits widerspiegeln sie bestimmte Grundmuster, die für die Behandlungen eine Rolle spielen. Aber: „Letztlich ist jede Psychose anders und immer in ihrer individuellen Besonderheit, im sozialen Zusammenhang und mit all ihren subjektiven Bedeutungen zu betrachten ... Jede schematische Betrachtung führt zu `standardisierter´ Behandlung. Die aber ist gerade bei Psychosen mit Sicherheit unangemessen. Psychose-Erfahrene spüren sehr genau und reagieren empfindlich, wenn man sie nicht als individuelle Person wahrnimmt und mit entsprechendem Respekt behandelt.“[[440]](#footnote-440)   
Immer ist eine psychotische Erkrankung Ausdruck einer schweren existenziellen Krise, die jeden Menschen treffen kann. I.d.R. werden viele Faktoren, die individuell sehr unterschiedlich sein können, zusammenkommen müssen, um eine Psychose auszulösen. Aus meiner Sicht ist das „Rätsel um die Verursachung von Psychosen“ prinzipiell nicht schwerer lösbar als das existenzieller Krisen überhaupt.   
Ich bin zutiefst überzeugt, dass jede (psychogene) Psychose heilbar ist.  
Weiteres zur Verursachung siehe auch das 1. Kapitel in diesem Teil `Psychiatrie´.  
Ich fasse meine Hypothesen zusammen: Psychosen sind i.d.R. Ausdruck der inneren Auseinandersetzung der Person zwischen dem seelisch Relativen und Absoluten.   
Es liegen, wie bei allen psychogenen Krankheiten, zunächst zwei Grundbedingungen vor:   
Die Verabsolutierung des Relativen und der Verlust des eigentlichen Absoluten mit dem Ergebnis der Entstehung fremder Selbsts und von Selbstaufopferung, um diese fremden Selbsts zu erhalten. Das heißt: P löst den entstandenen Konflikt zwischen dem Selbst und den Fremd-Selbsts auf eigene Kosten, also zuungunsten des Selbst bzw. des Ich-Selbst.   
Für das Verständnis der Psychoseentstehung möchte ich an folgendes erinnern:  
Die negativen Kräfte des verabsolutierten Relativen und die Unterdrückung des eigentlichen Absoluten wirken auf das Ich vor allem:  
1. überwiegend spaltend und Fehlerhaftes erzeugend.  
2. überwiegend unterdrückend und Mangelhaftes erzeugend.   
Die vor allem spaltenden Kräfte fördern schizophrene und die unterdrückenden Kräfte fördern depressive Symptome.   
Diese willkürliche Einteilung existiert in Wirklichkeit nicht, sie stellt Akzentsetzungen dar. Dies entspricht der Symptomatologie dieser Krankheiten. Es gibt weder eine rein schizophrene noch eine rein depressive Symptomatik, sodass die Bezeichnung der schizo-affektiven Psychosen für Mischformen ihre Berechtigung hat.

Für das Verständnis der Psychosen ist wichtig, dass Spaltung und Depression sich im Wesentlichen aus der Wirkung der Fremd-Selbsts in der Person ergeben.[[441]](#footnote-441)

|  |
| --- |
| f0  Kontra-fS  Fremd-Selbst  Selbst  Pro-fS  (Abb. 68): Grundkonstellation der Psychosen, durch den Aufbau eines Fremd-Selbst (fS) bedingt, das Spaltungen (↓) und Unterdrückung ( **┴** ) hervorruft: Die Person ist im Kern in Fremd-Selbst und Selbst gespalten und das/die Fremd-Selbst(s) wiederum sind in sich in Pro-fS, Kontra-fS und f0 gespalten.  Jedes fS wirkt so potenziell spaltend und deprimierend. |

Wie schon a.a.O. erwähnt[[442]](#footnote-442), glaubte schon Jaspers, dass in der Aufstellung der beiden großen Krankheits-gruppen, depressive und schizophrene Psychosen, ein „bleibender Wahrheitskern” stecke, da sich diese Einteilung, ganz im Gegensatz zu früheren Krankheitsbegriffen, im Prinzip durchgesetzt habe.[[443]](#footnote-443)  
Ich glaube, dieser bleibende Wahrheitskern lässt sich durch die oben gezeichnete Grundkonstellation und auch durch zwei prinzipielle Formen des Negativen (Mangelhaftes und Fehlerhaftes) erklären. Die beiden großen Psychosegruppen, Depression und Schizophrenie, lassen sich so auch als Hauptfolgen von Inversionen des Absoluten und Relativen: Mangelhaftes (⟶ Depression) und Fehlerhaftes (⟶ Schizophrenie), verstehen.  
Dieses Grundmuster könnte man auch als Einheitspsychose bezeichnen.   
Man könnte, ähnlich wie in der Mathematik, formulieren: Eine Aufgabe kann falsch oder nicht gelöst werden, d.h. das Ergebnis kann falsch sein sein, oder es fehlt.  
Im Fall der schizophrenen Reaktionen gewinnen also insbesondere die Kräfte die Oberhand, die im Zentrum der Person mehr Fehlerhaftes, Gespaltenes, Widersprüchliches, Doppelbindungen, Zwickmühlen, Paradoxien o.ä. erzeugen und dadurch die Person spalten, fragmentieren, zerreißen.   
Im Fall der Depressionen entsteht durch den f0-Teil der Es vor allem ein zentraler Mangel an erstrangiger Personalität - oder, im Fall der Manie, eher ein Zuviel (des `Guten´).  
Nach S. Freud „bedeutete etwa die Geisteskrankheit eine Überwältigung des Ich durch das Es, die zum Bruch mit der Außenwelt führte, die Manie … eine Verschmelzung von Ich und Über-Ich, die Melancholie dagegen mit ihren Selbstvorwürfen eine Peinigung des Ich durch ein übermächtig gewordenes Über-Ich.“[[444]](#footnote-444)  
Diese Ansicht korreliert durchaus mit dem hier vorgestellten Konzept.  
  
 Zur Manifestation der Psychose kommt es, wenn die negativen Kräfte der Fremd-Selbsts stärker als die positiven Kräfte des eigentlichen Selbst und die anderer Fremd-Selbsts werden. (Zur Erinnerung: das fS hat ja als Relatives neben den negativen auch positive Kräfte.) Es ist leicht vorstellbar und mit dem Verlust des körperlichen Gleichgewichts vergleichbar, wie ab einem bestimmten Punkt auch seelisches Gleichgewicht verloren gehen kann. Vergleicht man das Fremd-Selbst mit einer Krücke, die auch gleichzeitig behindert und stützt, so ähnelt der Kranke oft einer Person, die versucht, auf die behindernde Krücke zu verzichten, aber noch nicht fest genug auf den eigenen Beinen (Selbst) steht, das Gleich-gewicht verliert und stürzt - also psychotisch wird. Wenn wir zwischen einer progressiven und einer regressiven Psychose unterscheiden wollen, so wäre dies ein Beispiel für ein progressives Geschehen, denn der Patient versucht ja das Richtige. Eher regressiv wäre es, wenn er aus Selbstüberschätzung die Unterstützung durch eine Krücke unbedingt ablehnt und deshalb stürzt. Mir scheint dieser Vergleich des Fremd-Selbst mit einer Krücke auch hinsichtlich eines optimalen therapeutischen Umgangs gut: Es ist weder sinnvoll, dem Patienten solche Krücken unbedingt wegzunehmen, noch, sie länger als nötig zu belassen. Zurzeit scheint mir die letztere Gefahr die größere, weil viele Psychiater vordergründig auf das Ziel einer Symptomfreiheit fixiert sind und nicht sehen, dass dies bei zu großer Unterstützung (etwa zu viel oder zu lange Gabe von Medikamenten) mit einer Schwächung der Person erkauft wird.  
Die Art der fA wird entscheidend dazu beitragen, ob eher eine schizophrene oder depressive (oder manische) Symptomatik entsteht. So werden Verabsolutierungen, die ein eher falsches und verfremdetes Selbst bilden, eher schizophrenogen und solche, die die Person eher in ein Defizit oder Unterdrückung bringen, eher depressiogen wirken.[[445]](#footnote-445)  
Ich verstehe unter Psychose eine Lebensform, in der das Relative über das eigentliche Absolute dominiert:   
Das Uneigentliche über das Eigentliche, die Spaltung über die Ganzheit, das Objekt über das Subjekt, das Nichtpersonale über das Personale, das Fremde über das Eigene, das Sekundäre über das Primäre, das Funktionale über das Lebendige, das Fremd-Selbst über das Selbst und die Fremd-Ichs über das eigentliche Ich.|Wie erwähnt, werden die Fremd-Selbsts zu Selbstläufern. Da sie sich auch mehr oder weniger strukturieren, dinghaft und quasi-personal werden, sind sie, anders als flüchtigere Phänomene, wie etwa einzelne Gedanken, von den aktuellen Lebenssituationen des Patienten teilweise abgekoppelt. Es liegt daher nahe, sie als Stoffwechselstörungen o.ä. aufzufassen und so zu behandeln. Dieses Denken ist nicht gerade falsch, aber zu vordergründig. Es hat für mich dieselbe Richtigkeit oder Falschheit wie etwa die Annahme, Impotenz sei eine Durchblutungs-, Stoffwechsel- oder Hormonstörung. Wir werden solche Parameter auch bei den Psychosen finden.[[446]](#footnote-446) Und man wird, so glaube ich, wie bei der Impotenz, so auch bei den Psychosen, immer bessere Mittel finden, um die Störung zu beheben. Wenn man eine fast nebenwirkungsfreie Pille gegen Psychosen fände und damit das Problem gelöst schiene, wäre dies nicht ebenso, wie eine gute Pille gegen Impotenz. Warum eigentlich nicht? Ohne Zweifel wäre eine solche Pille besser, als das Leid ohne sie.   
Dennoch: Es ist und bleibt eine Notlösung. Impotenz oder Psychose wären weg, die zugrunde liegenden Probleme aber nicht. Und irgendwo werden sie sich bemerkbar machen. Sie werden sich woanders hin verschieben. Von Irgendjemandem und irgendwie werden die ungelösten Probleme dann bezahlt werden müssen.|

### Schizophrenie

#### Was ist Schizophrenie?

Nach der Zeitschrift DNP leiden weltweit 45 Millionen an Schizophrenie.[[447]](#footnote-447)   
Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) stuft die Schizophrenie als weltweit eine der teuersten Krankheiten ein.[[448]](#footnote-448)

Es ist schwer zu beschreiben, was Schizophrenie ist, weil es *die* Schizophrenie nicht gibt.[[449]](#footnote-449)  
Was man unter der Gruppe der Schizophrenien zusammenfasst, ist zudem Vereinbarung. Es gibt internationale Gremien von Psychiatern, die bestimmte Symptome zusammengestellt haben, bei deren Auftreten man dann von Schizophrenie spricht. Es entspricht jedoch nicht der Würde des Menschen von einem „Hebephrenen" oder einem „Psychopathen" oder der „Simplex" usw. zu sprechen, wie es z.T. üblich ist, so, als machten diese negativen Symptome die ganze Persönlichkeit des Betroffenen aus. Wie sagte schon Karl Kraus: „Eine der verbreitetsten Krankheiten ist die Diagnose.“[[450]](#footnote-450)  
Doch was kann man unter `Schizophrenie ´verstehen? Worunter leiden die Betreffenden?[[451]](#footnote-451)  
Es gibt eine Vielzahl von Beschreibungen des Erlebens von an Schizophrenie erkrankten Menschen. Am eindrücklichsten fand ich folgende Berichte: Einmal von Hannah Green:   
„Ich habe dir nie einen Rosengarten versprochen", zum anderen von Marguerite Sechehaye: „Tagebuch einer Schizophrenen", weiter Jan Foudraine: „Wer ist aus Holz“ u.a., wo viel eindrücklicher, als ich das kann, die Erlebnisse, Gefühle und Gedanken dieser Menschen geschildert werden.   
Obwohl am Anfang der Psychose sogar positive Gefühle vorherrschen können, weil man einer nicht zu ertragenden Realität entflohen ist,[[452]](#footnote-452) so stehen danach die negativen Erlebnisse ganz im Vordergrund. Immer wieder kommt in diesen Berichten zum Ausdruck, in welch´ erschütterndem Ausmaß die Betreffenden einen festen Halt verloren haben; besser: wie sie von etwas, das ihnen festen Halt und Geborgenheit geben könnte, weg-gerückt und so im wahrsten Sinn des Wortes ver-rückt sind, wie sie an dieser Gespaltenheit zwischen Noch-an-der-richtigen-Stelle-Sein und gleichzeitig Verrückt-Sein leiden, wie sie sich verzweifelt bemühen, nicht unterzugehen oder nicht abzuheben, sich nicht zu spalten (oder zu implodieren), nicht mit jemand oder etwas zu verschmelzen, nicht von jenen fremden, unheimlichen Mächten überrollt zu werden, gleichzeitig aber auch zu empfinden, dass nicht nur der Bereich der Phantasie und der Gedanken unheimlich ist, sondern ebenso die jetzt kalt und grau gewordene Realität, ja, dass beides nicht mehr auseinander zu halten ist.   
Man ist nicht mehr man selber. Man ist es und ist es doch nicht. Man ist gleichzeitig der Eine und ein Anderer, wobei das eigentliche Ich kaum oder nicht mehr wahrgenommen wird, so schwach oder so klein kann es sein. So etwa lautet die „Grundformel" des Schizophrenen, die an den Kern seiner Persönlichkeit, ja an seine Existenz überhaupt, geht.  
Näheres dazu in der ungekürzten Fassung. Über Wahn und Halluzinationen siehe spätere Abschnitte.  
Eine Auflistung aller möglichen schizophrenen Symptome findet sich auch in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf), Spalten T, U und V.

#### Eine neue Theorie der Schizophrenie

##### Inversionen als Hauptursache

„Aber wir können keinen adäquaten Bericht über die existenziellen Spaltungen geben,  
 wenn wir nicht von dem Konzept eines einheitlichen Ganzen ausgehen ...” (R.D. Laing)[[453]](#footnote-453)  
„Alles Übel ist … isolierend, es ist das Prinzip der Trennung.“ (Novalis)

Hypothesen:  
• Die häufigsten primären (!) Ursachen für Schizophrenie sind Inversionen.

• Jede Inversion kann schizophrene Symptome hervorrufen. D.h. alle fremden Absolutheiten (fA) wirken potenziell schizophrenogen.[[454]](#footnote-454) Aber nicht jedes schizophrene Symptom entstammt unbedingt einer Inversion.  
• Jedes zweitrangige System, so auch P², hat latente oder gar manifeste schizophrene Charakteristika (z.B. ist mehr oder weniger gespalten.)  
• Ursachen für schizophrene Symptome liegen häufig außerhalb des Betroffenen.  
• Man kann die bekanntesten Theorien über die Verursachung von schizophrenen Psychosen gut in das vorliegende Konzept integrieren. (Dazu später mehr.)  
  
Bezüglich der Haupthypothese: `**Jede Inversion kann schizophrene Symptome hervorrufen´** muss ich die Leser bitten, die `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´ anzusehen, die Sie entweder im Netz oder im Anhang oder als PDF-Datei finden.   
Für das Verständnis der Entstehung dieser Störungen ist außerdem der Abschnitt [`[Streuung und Verdichtung](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Streuung_und_Verdichtung#_)´](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Streuung_und_Verdichtung#_) in `Metapsychiatrie´ wichtig. Ich möchte ganz Wesentliches dazu hier noch einmal wiederholen:   
Dringt ein Relatives in den Absolutbereich einer Person ein, so hat das entstehende fremde Absolute bzw. Es nicht nur in dem Bereich Auswirkungen, der verabsolutiert wurde, sondern als Absolutes hat es auch Auswirkungen auf alle anderen Aspekte in seinem Einflussbereich. Wenn fast alles (wenn auch mit unterschiedlicher Wahrscheinlichkeit) einen Menschen ängstlich oder depressiv oder auch süchtig machen kann, warum sollten nicht auch die Ursachen für schizophrene Symptome ebenso mannigfaltig sein?[[455]](#footnote-455)  
  
Ich sehe allerdings bezüglich der schizophrenen Symptome **folgende Spezifika**:  
• Der Betroffene nimmt/ erlebt die Ursachen und Folgen absolut.  
• `Schizophrenie´ (als Sammelbegriff) erfasst v.a. die geistig-seelische Dimension des Menschen über mehr oder weniger alle Aspekte hinweg.  
• Nicht alle Es/fA-Komplexe wirken gleich schizophrenogen, sondern vor allem:  
Besonders verfremdende, („verrückte“) Es/fA. D.h. schizophrenogen werden insbesondere die Es/fA wirken, die eine ganz andere Bedeutung als das ursprüngliche *R* haben*,* das verabsolutiert wurde(so etwa, wenn relativ Positives negativ verabsolutiert wurde und umgedreht.)  
• Es fehlt den Betroffenen eine Metaposition, die diese Widersprüche relativiert. Deshalb ist kein Überstieg, kein Entrinnen, keine Lösung der Widersprüche möglich.  
• Die Es/fA-Wirkungen sind stärker als erstrangige (oder auch zweitrangige) kompensato-rische Kräfte.  
• Meistens ist die Umgebung in dieselben oder ähnliche Widersprüche verstrickt, die auf die Kinder übertragen werden. Diese erleben dann ihre Umgebung, haupsächlich ihre Eltern, mit solchen `zweitrangigen´ Eigenschaften, wie sie in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in den Spalten I und K aufgelistet sind.  
• Die schizophrenogen Es/fA müssen über ein längeren Zeitraum wirken, sodass sich die ursprünglich verabsolutierte geistige Position materialisiert hat und zum Selbstläufer geworden ist.   
Diese Spezifika würden erklären, warum trotz ubiquitärem Vorkommen von Inversionen schizophrene und keine anderen Symptome entstehen.[[456]](#footnote-456)  
  
Sehen denn die Betroffenen, die in solche Widersprüche und Paradoxien verstrickt sind, die Welt so falsch? Sehen es denn die richtiger, die uns sagen, die Welt sei gesetzmäßig, eindeutig und logisch aufgebaut. Es sei doch alles ganz klar und nicht widersprüchlich. Unsere betroffenen Familien oder Patienten sehen jedenfalls die Welt realistischer, wenn sie diese voller Gegensätze sehen. Ihr „Fehler“ ist nur, dass sie diese nicht relativ, sondern absolut nehmen.  
  
 Zur Verursachung der schizophrenen Reaktionen verweise ich auch auf die Auführungen am Anfang des Teils `Psychiatrie´. *Die* Ursache für die Schizophrenie gibt es nicht.   
Die Ursachen für diese Reaktionen sind so vielfältig wie die Individuen, die sie treffen.[[457]](#footnote-457) Manfred Bleuler resümierte: „Jahrzehntelanger Forschung ist es nicht gelungen, eine einzige und spezifische Ursache schizophrener Störungen nachzuweisen. Heute sind wir für den Gedanken bereit, dass es eine solche vielleicht gar nicht gibt. Vielmehr ist deutlich geworden, wie mannigfaltige Disharmonien, die sich bei der Persönlichkeitsentwicklung störend geltend machen, die Prädisposition zu schizophrenen Erkrankung bilden.”[[458]](#footnote-458)  
Ich habe versucht, das Gemeinsame der Schizophrenieursachen im Modell plausibel zu machen. Es kann uns theoretisch wohl alles verrückt machen oder spalten, wenn es nicht mehr relativ, sondern absolut genommen wird, und ich habe versucht, unter dem Begriff des Fremd-Selbst (bzw. der Es oder fA) verschiedenste solcher verabsolutierter Formen mit ihren Hauptfolgen darzustellen. Mir scheint, dass in diesem Modell die meisten der zahlreichen Entstehungstheorien schizophrener Reaktionen Platz haben.[[459]](#footnote-459) Man sollte sie jedoch nicht alternativ, sondern ergänzend sehen.[[460]](#footnote-460) Neu und wichtig für Verständnis und Therapie der Psychosen scheint mir aber die Berücksichtigung der Störungen des Absolutbereichs der Person (des Selbst). Denn solange die Verursachungen vom Betroffenen nur relativ genommen werden, scheint mir eine seelische Krankheit, insbesondere eine Psychose, nicht manifest werden zu können. Hält man sich die riesige integrative Kraft des +Selbst (bzw. des +A) vor Augen, die den Menschen in jeder Lebenslage mit sich identisch, wert und frei sein lässt, so müsste diese Basis wohl auch die stärkste Kraft gegen jede Art von Psychose sein. Demgegenüber sollte man ideologiefundierten Modellen und Therapiestrategien gegenüber vorsichtig sein, denn sie machen im Grunde das, was der Kranke schon mit sich selber macht oder machen lässt: sie stellen neue Vorbedingungen für sein Selbstsein auf.

Juan und Maria López-Ibor kommen 2014 zu ganz ähnlichen Erkenntnissen wie ich, wenn sie

die Rolle von Weltanschauungen und Glaubenssystemen inbezug auf die Entstehung von Schizophrenien hervorheben.[[461]](#footnote-461)

Tabelle Beispiel: Zur Genese von Fusionen und Spaltungen

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Schizophrene Störungen** | | |
| **Ideologien und individuelle Einstellungen** |  | **Inversion von:** | **Wirkung des Es auf die Person. P wird:** | **pers. Disposi-tion** | **Gestörte Formen** | **Funktions- störungen** | **Qualitäts- störungen** |
| Ea1 „Absolutismus“  Relativismus Nihilismus | I N D I V I D U E L L E   I  N V E R S I V E   E I N S T E L L U N G E N | Absolutes Relatives Nichts | Pa1 verabsolutiert zu sehr geliebt/ gehasst  negiert |  | Ta1 Absolut- /Relativbereich 0-Bereich gestört (mfh) z.B.Fehlbezüge | Ua1 gestörte (mfh) Absolut- und Relativ- Beziehungen  Beziehungen zum Nichts | Va1 Ungelöstes Beziehungsloses Inadäquates f.Bezüge s.u.) Hypertrophes der Person z.B. im Verhalten, Empfinden, Denken, Wahrnehmen usw. |
| Ea2  Uniformismus Identitätsphilo-sophien | Identität Andersartigkeit | Pa2 uniformiert ent-, verfremdet überidentifiziert | Ta2 gestörte (mfh) Identität, Selbst /Anderssein | Ua2 gestörtes (mfh) Identifizieren,  Verwechseln v. Eigenem und Fremdem. Überidentifizierungen | Va2 Uneindeutiges Uniformes/ **Fremdes** Uneinfühlbares, Verzerrtes (Barz) Überidentifiziertes z.B. im Verhalten, Empfinden, Denken, Wahrnehmen usw. |
| Ea3 Realismus Faktizismus Objektivismus Positivismus Irrealismus | Realität Wahrheit Unwahrheit | Pa3 nur Realität gilt  verleugnet verfälscht W. verabsolutieren | Ta3 Reales Wahres gestört (mfh) | Ua3 gestörter (mfh) Realitätsbezug = Dereismus (E. Bleuler)  gestörtes (mfh) Verifizieren u. Falsifizieren Verwechseln ↕ Realitäten/ Irreales; Wahres u. Falsches | Va3 Hyperreales/ Irreales, Unwahres, Falsches  in der Person z.B. im Denken, Verhalten, Empfinden, Wahrnehmen usw. |
| Ea4 Monismus Synkretismus  Reduktionismus  Dualismus Eklektizismus | **Einheit  Vielfalt** | Pa4 vereinseitigt  vereinnahmt  ab-, spaltet isoliert chaotisiert | Ta4  Einheit und  Vielfalt  gestört (mfh) | Ua4 gestörte (mfh) Integration Desintegration Ausschluss, Separierung **Fusion/ Spaltung**  Gegenbesetzung Reaktionsbildg ↕Ganzes mit Teilen | Va4 Einseitiges z.B. „Konkretismus“  (C. G. Jung) **Autistisches** Fusioniertes,  **Ambivalentes, Gespaltenes Widersprüchliches** Selektives**.** z.B. Ambivalenz im Verhalten, Empfinden .... |
| Ea5 Determinismus  z.T. Skeptizismus  Libertinismus | Sicherheit Freiheit | Pa5 determiniert fixiert   verunsichert  lässt fallen | Ta5 Sicherheit Konstanz /Freiheit  gestört (mfh) | Ua5 gestörtes (mfh) Sichern, Festlegen, Benötigen, Einschränken /Nichtbedingen  ↕ von Nötigem und Unnötigem | Va5 Zufälliges Kontingentes Unberechenbares z.B. ontologische Unsicherheit (Laing) / f.Unbedingtes, **Determiniertes** Fixiertes Starres der Person z.B. im Verhalten, Denken usw. |
| Ea6  Fundamentalismus  /Radikalismus Extremismus | Primäres Sekundäres | Pa6 entwurzelt nivelliert verrückt, unter- übertreibt radikalisiert | Ta6 Grund Mitte Hierarchien  / Außen gestört (mfh) | Ua6 gestörte (mfh) Hierarchisierung, Über-, Unterordnung, kein Überstieg (Conrad), De-/ Zentrierung Gründung Fundierung. „Kausalitätsdenken“ (G. Benedetti)  ↕Primäres/Sek.; Ursachen /Folgen | Va6 nf Prioritäten, f. Hierarchien, Über-Unterordnungen **Verrücktes** Grundloses Inadäquates Vorder-Abgründiges, Radikales Extremes Indirektes, Vorbedingtes z.B. im Verhalten, Empfinden, Denken usw. |
| Ea7 Dogmatismus  Evolutionismus | Autonomie Abhängigkeit | Pa7 beherrscht unterwirft  überanpasst  entmündigt | Ta7 Autonomie und Bindung sind  gestört (mfh) | Ua7 gestörte (mfh) Autonomisierung /gestörte (mfh) Anpassung zB Mangel-/ Überanpassung ↕ Abhängiges u. Unabhg. | Va7 nf **Automatisiertes** Selbstläufer Dominantes / Abhängigkeiten, Gebundenes im Verhalten, Empfinden, Denken, Wahrnehmen … (Echolalie, Echopraxie, Befehlsautomatie/ Negativismus) |
|  |  |  |  | [Die Abkürzung `mfh´ bedeutet mangelhaft, fehlerhaft, hyper.] | | |

Diese Tab. 18 zeigt einen Ausschnitt aus der `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´, der Spaltungs- und Verschmelzungssymptome erklären soll. In der ersten Spalte sehen wir eine Auswahl von bekannten Ideologien, dann eine Spalte von möglichen individuellen Einstellungen, die etwa diesen Ideologien entsprechen. Alle Einstellungen wirken invertierend und haben je eine direkte Wirkung (Hauptstoßrichtung) streuen aber auch über alle anderen Aspekte (graue Schrift). In diesem Beispiel gehe ich von einer Inversion im Aspekt a4 aus, die vor allem in diesem Aspekt wirkt (Hauptstoßrichtung) daneben aber auch Störungen in allen anderen Aspekten hervorrufen kann. D.h. dass etwa gesellschaftliche oder individuelle `monistische´ oder `dualistische´ Einstellungen (wie Alles-oder Nichts-, Freund-oder Feind-Einstellungen u.ä.) nicht nur zu einer Störung von Einheit und Vielfalt, sondern auch zu Störungen der Identität, Realität, Sicherheit, Freiheit usw. führen.  
Ebenso können Inversionen in anderen Aspekten ebenfalls die genannten schizophrenen Symptome mitverursachen („Verdichtungen“ abgebildet ab 4. Spalte nach rechts). In unserem Beispiel führen sie zu Störungen im Aspekt a4.   
D.h. dass nicht nur die Inversion von Einheit und Vielfalt, sondern auch Inversionen in den anderen Aspekten zu Störungen der Einheit und Vielfalt und entsprechenden Funktions- und Qualitätsstörungen führen können.  
Im Einzelnen: zu Störungen der personalen Einheit und Vielfalt (Spalte T), zu Funktionsstörungen wie Verschmelzungen, Spaltungen (Spalte U) oder Qualitätsstörungen (Spalte V) wie Autistisches, Ambivalentes, Gespaltenes und Widersprüchliches.

##### Schizophrene Symptome und ihre Bedeutung

|  |
| --- |
| Einst kam eine Schlange in mein Herz Mit zwei Häuptern, einem schwarzen und einem weißen. Und jedes Haupt sprach das Gegenteil des anderen.  Beide sagten die Wahrheit - doch die Mitte ihres Wortes war Lüge. |

###### Allgemeines zu Spaltungen

(Z.T. Wiederholung, siehe auch Abschnitt `a4 [Störung der Einheit der Person](#_a4_Störung_der)´ im Teil `Metapsychiatrie´.)

Hier einige Stichworte:   
Ein `echtes´, eigentliches Ganzes/ Einheit kann nicht gespalten sein.   
(Siehe auch früher Motto von R.D. Laing).  
Ist das Subjekt mit dem +A verbunden, das alle Objekte, auch die negativen integrieren kann, dann kann es auch zu keiner dauerhaften Subjekt-Objekt- oder anderen Spaltungen kommen.   
Schizophrenie ist seelischer Zusammen-Bruch. Zusammenbruch besteht aus zwei Teilen: Zusammen- (Fusion,[[462]](#footnote-462) Kompression)/ Bruch (Spaltung).  
Durch Inversionen werden unsere Seelen spaltbar und fusionierbar.  
Spaltung betrifft den Absolutbereich der Person - Folge eines unbedingt erlebten Gegensatzes. Im Relativbereich spreche ich nur von Differenzen, Divergenzen oder von Polaritäten. Zu [Doppelbindung](#_Doppelbindungs-Theorie)/ „Doppelspaltung“ (siehe später).  
Im Folgenden bespreche ich v.a. Spaltungs- aber auch Fusionsphänomene, die beispielhaft auch für andere Symptome stehen.

Spaltungsbereiche

Inversionen können **Spaltungen in allen Aspekten** erzeugen. Man kann unterscheiden:  
A. Die Spaltungen der Dimensionen.  
B. Die Spaltungen der Differenzierungen (hier z.B. Subjekt-Objekt-Spaltung, Materie-Geist-Spaltung oder Geist-Körper-Spaltung oder Spaltungen zwischen verschiedenen Wirklichkeiten und Personen usw.).  
  
Zu A)  
1. Spaltungsbereich: die absolute Spaltung zwischen +A und −A.  
2. Die Spaltung zwischen A und Es bzw. zwischen Selbst und Fremd-Selbst.[[463]](#footnote-463)  
3. Die Spaltung innerhalb eines Es in seine Teile Pro- fA, Kontra-fA und f0.  
4. Die Spaltung innerhalb eines Es-Teils in eine seiner drei Seiten (+/ −/ 0).  
5. Spaltungen zwischen verschiedenen fA/ fS.   
  
• Zu 1. Die Spaltung zwischen +A und −A halte ich für die einzige absolute Spaltung. Daran kann man aber, wie an die Existenz beider, nur glauben.[[464]](#footnote-464)  
• Zu 2. Spaltungsbereich: Auf die Person bezogen geht die Spaltung zwischen dem Selbst und dem(n) Fremd-Selbst(s) hindurch. Der Betreffende erlebt einen Gegensatz, eine Spaltung zwischen seinem eigentlichen Selbst und dem(n) Fremd-Selbst(s). Dieser Gegensatz ist an sich nicht absolut, da Selbst und Fremd-Selbst zum Teil übereinstimmen, er wird aber absolut erlebt. Durch die Fremd-Selbsts wird die Person entindividualisiert und das Individuum (wörtlich: das Unteilbare) wird teilbar!  
• Der 3. Spaltungsbereich besteht in den Gegensätzen innerhalb des Es bzw. Fremd-Selbst selber, also in der Spaltung in Pro-fS, Kontra-fS und 0-fS (bzw. +fA, −fA und f0; z.B. Ideal\*, Tabu\* und 0). |

(Abb. 69)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Selbst | Es bzw.  Fremd-Selbst (fS) | Pro-fS |
| Kontra-fS |
| 0-fS |

|  |
| --- |
| Dieses Schema zeigt noch einmal die Spaltung zwischen Selbst und Fremd-Selbst, dann,  wie das Fremd-Selbst bzw. das Es weiter in drei Teile gespalten ist. Ich verweise auch auf das Kapitel `[Die Entstehung des Es](#_Die_Entstehung_des)´ im Teil `Metapsychiatrie´.  Dort beschreibe ich den Aufbau des Es in zwei bzw. drei gegensätzliche, aber miteinander verkettete Teile, die die Grundlage für Spaltungs- und Fusionsphänomene bei verschiedenen Krankheiten sind. |

• Die 4. Spaltungsmöglichkeit entsteht dann, wenn eine der drei Seiten eines fS einer anderen konträr gegenübersteht. (Das wäre etwa der Fall, wenn die Vor- und Nachteile eines verabsolutierten Besitzes gleich groß wären.)  
• Ein 5. Spaltungsbereich entsteht, wenn sich zwei oder mehrere Fremd-Selbsts konträr gegenüber stehen.   
  
Alle diese Spaltungsmöglichkeiten bestehen sowohl innerhalb einer Person als auch gegenüber ihrer Umwelt. Wir alle leben in einer mehr oder weniger gespaltenen (oder fusionierten) Welt und wer die Spaltungen dieser Welt aufnimmt, ohne sie zu verarbeiten oder integrieren zu können oder auf andere Notlösungen zu gehen, wird selbst gespalten. Alles, was in den Kern der Person kommt und nicht Selbst ist, zerfällt, zerbricht, führt so zu Spaltungen der Person.

###### Spaltungs- und Fusionsphänomene sonst

• Gesellschaftlich, familiär, Scheidungen/ symbiotische Beziehungen (Siehe a.a.O.).  
• Bei anderen Krankheiten (z.B. dissoziativen Identitätsstörungen, multiplen Persönlichkeitsstörungen, Anorexie/ Bulimie, Legasthenie, Stottern, ja ab einem gewissen Punkt bei den meisten psychischen Krankheiten.)

Parallelen zur Physik?

Wir sagten, dass die Gesetze in den zweiten Wirklichkeiten, so auch in P², den **physikalischen Gesetzen ähneln**. Das gilt auch für die Auswirkungen von Druck oder Spaltung auf einen Gegenstand. In beiden Fällen finden sich sowohl Bruchstellen als auch Kompressionsstellen (~ Fusionen). Zum Teil überwiegen die Bruchstellen, zum Teil das Komprimierte. Ja man könnte sogar in den entstandenen Spalten die dritte Hauptfolge:   
das Nichts sehen.   
Existieren Parallelen zu physikalischen Vorgängen wie Kernfusion, Kernspaltung?  
Sonst: Die Chaostheorie beschreibt chaotische Zustände, die ebenfalls eine Analogie zu psychotischen Zuständen nahelegen.  
Autopoietische Systemtheorien beschreiben Bifurkationen, die Spaltungen in P² ähneln.  
(Näheres dazu und zum Dualismus, Pluralismus, Monismus im Zusammenhang mit Spaltungen und Fusionen bei Schizophrenie siehe ungekürzte Fassung.)

###### Gegensätze bei Schizophrenien und ihre Dynamik

Hier am Beispiel der Spaltungsphänomene und Fusionen, stellvertretend für alle anderen gegensätzlichen Phänomene.  
Wie allgemeinen bei der Dynamik der zweitrangigen Wirklichkeiten beschrieben, sind Gegensätze voneinander abhängig und haben eine besondere Dynamik: Ein Teil erzeugt sein Gegenteile oder bekämpft es, beides verbunden mit Verlust erstrangiger Wirklichkeit.   
(Siehe auch [[Gegensätze und Fusionen](#_Es-Teile_als_Gegensätze,)](#_Beziehungen_der_Es-Teile) und personale [Komplexe personale Dynamik und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)´).   
Dasselbe finden wir auch bei der Schizophrenie.  
Genauer: Wie in den zweitrangigen Wirklichkeiten so geht auch bei der Schizophrenie durch die Es/fA-Komplexe die ursprüngliche Einheit, die Verbindung zwischen A und *R*, zwischen Geist und Materie, zwischen Person und Ding, Subjekt und Objekt, aber auch zwischen verschiedenen Personen verloren. Ja sie geht auch zwischen einzelnen relativen Einheiten, also auch etwa zwischen verschiedenen Objekten oder Dingen untereinander verloren.   
Und, parallel dazu entstehen auch gegensätzliche Phänomene: Verschmelzungen, Verein-seitigungen usw.  
In diesem Fall geht die Unterschiedlichkeit bzw. Vielfältigkeit verschiedener Einheit verloren, wie die von verschiedenen Personen, verschiedenen Dingen, von Geist und Körper, Subjekt und Objekt usw. oder kehren sich um. So werden häufig Personen Dingen ähnlicher, Dinge werden Personen ähnlicher, Subjekte werden objekthaft und Objekte subjekthaft.  
 Die erstrangige Identität verschiedener Personen und verschiedener Dinge geht letztlich verloren.   
 Schizophrenen Psychosen entstehen oft in Familien, die entweder sehr starke Fusions- bzw. Symbiosetendenzen haben oder stark gespalten sind oder man findet beide gegensätzliche Tendenzen nebeneinander. Entweder übernimmt der Indexpatient die Pro- oder er übernimmt die Gegenposition oder er wird zwischen beiden Positionen zerrissen.   
Er hat keine eigene klare Position (kein eigentliches Selbst), wenn er eine Pro-Position noch für seine seelische Stabilität benötigt. Je mehr ihn aber diese Position überfordert, umso mehr wird er in die Kontra-Position gedrängt oder er wird zwischen beiden Positionen hin und her pendeln bzw. durch beide gespalten werden. R.D. Laing: „Darum besteht die Polarität zwischen vollständiger Isolation und vollständigem Verschmelzen der Identität ... Das Individuum oszilliert zwischen den zwei Extremen, die sich beide nicht verwirklichen lassen.” Und Manfred Bleuler wies darauf hin, dass Autismus und Gespaltensein zwei Seiten *eines* psychologischen Vorgangs sind. [[465]](#footnote-465)  
Alle diese Reaktionen sind mit Defiziten in der erstrangigen Wirklichkeit und Personalität verbunden. Das extreme In-sich-gekehrt-Sein beim Autismus oder bei der Schizophrenie ist m.E. vor allem ein Schutz gegen Spaltung oder Auflösung des Persönlichkeitskerns, denn, weil der Betreffende ein schwaches Selbst hat, wird jedes fremde Absolute zur Gefahr, das Restselbst zu zerstören. Er gewinnt vielleicht zwischen Spaltungsphänomen einerseits und autistischen bzw. Fusionsphänomenen andererseits ein Gleichgewicht, das ihm sein Überleben sichert, aber es ist teuer erkauft. Der Betreffende wird nur schwer auf dieses Gleichgewicht verzichten können, d.h. auch seine Symptomatik verlieren können, weil, sobald er von der einen Seite wegkommen will, ihn die jeweils andere bedroht.   
Diese Bedrohung wird existenziell erlebt. Der Betreffende glaubt zu sterben, wenn er versucht, auf das Gleichgewicht, d.h. auch auf spaltende oder autistische Reaktionen zu verzichten. Warum? Weil sich der Betreffende mit den zugrundeliegenden fA identifiziert hat, obwohl diese die Ursache für die Spaltungen und autistischen Reaktionen sind. Um seine fA und damit seine Symptomatik zu verlieren, muss der Betreffende seine fA quasi sterben lassen. Weil er jedoch sich mit ihnen identifiziert hat, wird er deren „Tod“ wie den seinen erleben und selten dieses Risiko eingehen, vor allem solange nicht, solange er noch kein stärkeres Absolutes gefunden hat.   
Nicht nur Spaltung und Fusion können ein teures Gleichgewicht herstellen, sondern die Pro-und-Kontra- Positionen (↔) aller personalen Aspekte, besonders jene, die auf derselben Aspektebene liegen:

Fremd-Ichs wirken gegen ↔ Ich-Verlust   
Spaltung, Isolation, `Explosion´ ↔ Verschmelzung, Kompression, `Implosion´   
Chaos ↔ innere Zwänge, Automatismen  
Auffälliges, Besonderes ↔ Individualitätsverlust  
Ekstatisches ↔ Gefühlsverflachung  
Halluzinatorisches, vielleicht auch Wahnhaftes ↔ innere Leere, Isoliertheit  
Symbolisiertes, Chiffriertes ↔ Konkretismus, Übereinfachheit  
Zumachen, Einigeln ↔ Überoffenheit, Bloßliegen  
Unempfindlichkeit, Hölzernes, Petrifikation ↔ Übersensibilität, Schmerz  
Verdinglichung ↔ Auflösung  
Bizarres, Fehlgestaltetes ↔ Amorphes, Entstaltetes  
Hohlheit, innere Armut, Entleerung ↔ zu große Schwere, Besetztheiten, Redundanzen  
Schwäche ↔ Fehlpotenz  
Kleinheitswahn, Minderwertigkeitsgefühle ↔ Größenwahn  
Fixierungen ↔ Haltlosigkeit  
Allmachtsgefühle ↔ Ohnmacht, Gefühl des Ausgeliefertseins, Gefühl des Gemacht-Werdens.

Insofern lässt sich nicht nur die „Schizophrenie” an sich, sondern ebenso ihre einzelnen Symptome manchmal auch positiv interpretieren. Sie können, wie gesagt, auch im Rahmen eines Fortschritts und nicht nur im Verlaufe eines Rückschritts oder Versagens der Person auftreten.[[466]](#footnote-466)

###### Verrückung und Fixierung

Was ich für das Gegensatzpaar `Spaltung und Fusion´ und dessen Zusammenspiel ausführte, das gilt auch für andere Gegensatzpaare, so auch für `Verrückung und Fixierung´, denn die Spaltungen gehen auch mit Verrückungen und die Fusionen mit Fixierungen einher. Der Betroffene ist also nicht nur mehr oder weniger gespalten und/oder fusioniert (autistisch), sondern auch verrückt und/oder fixiert. Wir alle sind nicht nur mehr oder weniger gespalten oder „komprimiert“, sondern auch „**ver-rückt**“. Der klinisch „Verrückte” kann stellvertretend unsere Verrücktheiten in sich aufgenommen haben und daran zerbrochen sein (Siirala[[467]](#footnote-467)).  
Man findet, wie a.a.O. ausgeführt, über alle Aspekte hinweg entsprechende Gegensatzpaare und deren Symptome, wie ich sie auch oben und in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) aufgeführt habe.  
Die Grafik im Kapitel `[Angst](#_Angst)´ soll `Verrückungen´ der Person durch die fA/Es illustrieren.

###### Paradoxien und Schizophrenie

Wie die Schizophrenie entstehen Paradoxien aufgrund von Widersprüchen innerhalb eines Systems, das keine Meta-Ebene hat[[468]](#footnote-468) - letztlich verursacht durch "Inversionen".   
Man kann sagen: **Das, was Paradoxien erzeugt, kann auch schizophren machen.**(Siehe auch Kapitel `[Zur Entstehung von Paradoxien](#_3._Zur_Entstehung)´ a.a.O.).

Unsere Welt ist mehr oder weniger zwiespältig oder gar gegensätzlich, d.h. auch zweideutig oder mehrdeutig usw. - paradox ist auch, dass Deutung und Gegendeutung gleich wahr zu sein scheinen.  
Paradoxien zeigen wie Schizophrenien (oder Schizophrenien zeigen wie Paradoxien) in ihrem Charakter Widersprüchlichkeit, Gegensätzlichkeit einerseits und Unauflöslichkeit dieser Gegensätze andererseits. Anders gesagt: Ein Kennzeichen von Schizophrenien sind die ihr innewohnenden Paradoxien, die der Betroffene nicht auflösen kann. Die Auflösung/ Lösung besteht für beide in der Einführung einer Metaebene, die die darunterliegenden Gegensätze lösen kann.

###### Weiteres zur schizophrenen Symptomatik

Das Ich, das an sich ein echtes +Absolutes als Basis braucht, wird nach Inversionen von verschiedensten Grundlagen aus leben. Wie gesagt erlebt der Betroffene diese Grundlagen nicht mehr nur unterschiedlich, sondern widersprüchlich, miteinander unvereinbar, unüberbrückbar, nicht integrierbar, damit unlösbar.   
Die an sich relativen Grenzen werden subjektiv absolut und unüberwindbar erlebt („**fehlender Überstieg**“, Conrad). An sich wird durch das Selbst (wie durch Gott) alles Widersprüchliche und Gegensätzliche kompensiert, durch die fremden Selbst (fS) nicht.[[469]](#footnote-469) Während das Ich, das auf dem Selbst gründet, quasi einen lockeren Spaziergang durch die verschiedenen Lebensbereiche macht und letztlich immer ein Ich-Selbst mit allen weiter früher genannten Charakteristika bleibt, entstehen nun Fremd-Ich-Anteile, die von gegensätzlich und gespalten erlebten Fremd-Basen aus agieren müssen. Diese **Fremd-Ichs** sind manchmal wie Wölfe. Sie sind misstrauisch und an sich einsam, aber die Not schweißt sie zusammen. Sie sind sich untereinander nicht Freund, höchstens Kumpel oder verschworene Gemeinschaften.  
Sie haben schnell gemeinsame Feinde, geraten aber auch untereinander schnell in Feindschaft. Oder sie sind wie hilflose Lämmer. Sie haben nie Ruhe, sie werden gejagt, sind permanent bedroht, sind oft auf der Flucht und müssen tiefe Gräben und Spalten überspringen. Oder sie sind wie Fehlsichtige und sehen von dem einen fS-Anteil aus eine Sache so, von einem anderen aus völlig anders, zumindest ein Stück verzerrt und verrückt.   
Sie handeln dementsprechend widersprüchlich, von außen und objektiv nicht mehr oder kaum noch nachvollziehbar. Oder sie sind in einer anderen von entsprechenden Fremd-Selbsts aufgedrängten Rolle.  
(Siehe Es-Wirkungen und Folgen in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf).)  
Und ist das Ich einmal es selbst, ein Ich-Selbst, dann ist es sich angesichts der anderen Positionen immer noch unsicher, bin ich es wirklich oder bin ich nicht auf anderen Grundlagen ich selbst?[[470]](#footnote-470) Dem schizophrenen Kranken fehlt es im wahrsten Sinn des Wortes an Selbstverständlichkeit.[[471]](#footnote-471) Er erlebt weder sich noch die Welt einfach und selbstverständlich. Er hat höchstens Ersatz-Selbstverständlichkeiten und Automatismen. Dem `Schizophrenen´ fehlt ein ihn schützendes, Identität gebendes und alles Negative integrierendes Selbst.   
Da das Fremd-Ich mit verschiedensten anderen Sachen oder Personen identifiziert ist, ist es von diesen direkt abhängig. Es sieht nicht nur mit deren Augen, es ist auch bedroht, wenn diese bedroht sind. Der Betreffende kann, wie man so treffend sagt, nicht mehr sachlich mit diesen oder jenen Sachen und Problemen umgehen.   
Er nimmt sie persönlich - im Positiven und, viel häufiger, im Negativen.  
Der Kern, das fremde Selbst dieser Menschen, ist schwach und fremdbesetzt und seine Grenzen sind löchrig. (Ich verweise auf die Abbildung im Abschnitt `[Vulnerabilität-Stress-Theorie](#_Vulnerabilitäts-Stress-Modell)´.)   
Sie zeigt, wie durch die Fremd-Selbsts der an sich unantastbare Selbstbereich angreifbar und manipulierbar wird. Die Person gibt nicht ihrem Selbst die Priorität, sondern, zumindest zeit- oder teilweise, dem Fremdem. Diese fremden Introjekte kommen in eine Subjektstellung, werden quasipersonal und das Ich wird passives, dinghaftes Objekt. Wen wundert es, wenn der Betroffene in dieser Situation wahnhaft reagiert oder halluziniert. Da das Fremde sich ja an dominanter Stelle etabliert hat, so empfindet die Person auch, wie diese fremden Mächte ihn beherrschen, mit ihm, als Objekt, etwas machen, ihn etwa verfolgen, beobachten oder auch zu ihm reden. So unerklärbar diese Phänomene bei oberflächlicher Betrachtung auch erscheinen mögen, so verständlich werden sie doch, wenn wir die Rolle dessen, das wir hier Fremd-Selbst (fS) nennen, bedenken. Wenn etwa, wie so häufig, die Eltern und was sie repräsentieren, absolut genommen werden, so werden sich im Kind Strukturen bilden, die diesen verabsolutierten Elternanteilen entsprechen,[[472]](#footnote-472) die nun, quasi-personal, wie eine Art Homunkulus Subjektrollen einnehmen und so wirken und erlebt werden. Nicht wenige Kranke können deshalb durchaus Stimmen o.ä. bestimmten Personen zuordnen. Ein Fremd-Selbst wird so personalisiert und das Ich-Selbst depersonalisiert. Das fS wird so ein quasi personaler Fremdkörper, der auch „sprechen” kann. Man kann auch sagen: ein Fremd-Ich spricht von einer fS-Grundlage aus.   
Daneben tritt eine Vielzahl weiterer Folgen auf, die im Wesentlichen den a.a.O. genannten fS-Folgen entsprechen und nicht noch einmal aufgezählt werden sollen.[[473]](#footnote-473) Natürlich ist das Geschehen selten so einfach, im Prinzip aber, meine ich, doch sehr plausibel, und ich wundere mich, dass allgemein der Eindruck besteht, das Phänomen „Schizophrenie” sei ein völliges Rätsel.  
 Zur Genese der schizophrenen Reaktionen verweise ich auch auf das Kapitel `[Zu Ursachen psychischer Krankheiten](#_Zu_Ursachen_psychischer)´. Lesen wir diese Abschnitte unter dem Gesichtspunkt der Spaltungsphänomene, so ergibt sich, stark gerafft, als häufigste und typische Genese schizophrener Reaktionen folgende „Geschichte”:  
Die wichtigsten Bezugspersonen des später Erkrankenden (also meist die Eltern) sind fS-bestimmt, egal, ob sie selbst manifest krank sind oder nicht. Diese Fremd-Selbsts der wichtigsten Bezugspersonen summieren sich in ihren spaltenden Wirkungen. Das Kind wird mit verschiedenem verabsolutiertem Positiven (+\*) und Negativem (−\*), mit unbedingt zu Befolgendem und mit unbedingt zu Vermeidendem konfrontiert. Der Kern seiner Person wird davon abhängig gemacht, ob er das unbedingt zu Befolgende befolgt und das unbedingt zu Vermeidende auch vermeidet.[[474]](#footnote-474) Das eigentliche Selbst des Kindes, das vor allem es selbst und frei sein will, muss sich unterordnen, wird an die Seite gedrängt und muss sich, um zu überleben, abspalten. Hier liegt die Haupt-spaltung. Sicher tragen wir alle solche Spaltungen in uns. Sie werden aber eine umso negativere Wirkung haben, je größer ihr Ausmaß ist, je mehr das eigentliche Selbst an den Rand gedrängt wird, je weniger es zu sagen hat, je weniger das Kind es selbst, sondern fremd-selbst sein muss und je mehr relativ Positives negativiert\* und relativ Negatives idealisiert\* wird. Fast nie setzen Eltern ein solches Geschehen bewusst in Gang, was nicht heißen soll, dass Eltern keine bewussten Fehler machen. Wie gesagt, sind sie häufig selber fremd-bestimmt, haben aber entweder noch genügend eigenes Selbst, um nicht krank zu werden oder können die fS-Anteile noch mit Mühe kompensieren oder leben mit anderen der später zu besprechenden [Notlösungen](#_Symptomatische_Therapien_und).  
Solange das Kind die Fremd-Selbsts der Eltern, meist unbewusst, übernimmt, werden sich vorhandene Spaltungen oder andere Symptome noch nicht so bemerkbar machen, wie zu jenem Zeitpunkt - und dieser kann auch im Erwachsenenalter liegen - an dem der Betreffende versucht, mehr von der eigentlichen Selbstbasis aus zu leben und damit in offenem und deutlichem Gegensatz zu den äußeren, aber, wichtiger noch, zu den verinner-lichten Fremd-Idealen\* und -Tabus\* kommt. Die Spaltungen, obwohl objektiv nicht stärker als zuvor, werden nun subjektiv als äußerst spannungsvoll bis existenziell bedrohlich erlebt. Dies ist ein wichtiger Punkt: Auch wenn die „harten Fakten” nicht so auffällig sind und relativ gut bewältigbar erscheinen mögen, so ist doch das subjektive Erleben, den die Gegensätze und die Ungelöstheiten in dem Betreffenden einnehmen, ein anderes, weil absolut empfundenes. Er wird das Gefühl haben, es gehe ums Ganze, um Sein oder Nicht-Sein, um seinen Tod oder Leben oder um Tod oder Leben der Eltern.   
Was für jemanden, der mehr Glück hatte, vielleicht schwierig, aber noch lösbar und noch zu bewältigen ist, kann für den Nächsten anders aussehen. Die Spannungen und Spaltungen drohen ihn zu zerreißen. Wie im Abschnitt `[Lösungen](#_Lösungen)´ beschrieben, stehen in dieser Situation mehrere Wege offen. In unserem Fall wird der Betreffende krank. (In der Terminologie dieser Arbeit: Er benutzt, natürlich unbewusst, die `[Notlösung B](#_B)_Notlösung_auf)´.) Das heißt: Der Betreffende geht eine Kompromisslösung (auch Ersatz- oder Notlösung) ein, wie ich sie dort beschrieben habe, die ihn zwar entlastet und die Grundkonflikte abschwächt, dies aber um einen sehr hohen Preis - eben den der Krankheit.   
Menschen mit psychotischen Reaktionen, ja vielleicht mit seelischen Krankheiten überhaupt, wollen oft echter, tiefer und *ihr* Leben leben. Es scheint mir deshalb, wie oft gesagt, wichtig, seelische Krankheit nicht von vornherein als nur etwas Negatives zu sehen. Denn obwohl der Betreffende in diesem Fall quasi das „Richtige” versucht - sich von den Eltern und deren Unbedingtheiten zu lösen - wird er krank. Natürlich ist es Leid, aber wie vieles Leid kann auch dieses im Rahmen von Versuchen gesehen werden, die in die richtige Richtung gehen, auch wenn sie nicht durchgehalten wurden.   
(Ich habe deshalb a.a.O. auch eine `progressive Krankheit´ einer eher `regressiven Krankheit´ gegenüber gestellt.)  
Obwohl wir alle, nach dieser Theorie, Spaltungen in uns tragen, wird nicht jeder Mensch schizophren. Warum? Zum einen spielt natürlich das Ausmaß der fS-Bildungen eine Rolle, dann auch, ob sie sich in ihrer Wirkung gegenseitig eher abschwächen oder verstärken. Lassen Sie mich noch einen wesentlichen Punkt wiederholen:   
Ich glaube, Spaltungen werden vor allem dann erlebt, wenn sich der Betreffende in die Spannung zwischen Selbst und Fremd-Selbsts wagt. Der Erkrankte scheint die fS-Bildungen wie goldene Käfige zu erleben und will, wenn oft auch unbewusst, da heraus. Er versucht einen Wechsel seiner Lebensgrundlagen, seiner Absolutheiten, da ihn die alten nicht befriedigten. Aber er schafft die Befreiung nur halb. Er fällt zwischen die Stühle und es zerreißt ihn. Er ist Grenzgänger zwischen dem eigentlichen Selbst und den Fremd-Selbsts.   
Er könnte es sich leichter machen und sich nur auf die alten fS-Stühle setzen. Dann wäre er der Spaltung nicht so ausgesetzt und würde, so glaube ich, nicht schizophren. Er würde dann aber den zweitschlimmsten Preis zahlen, den es im Leben gibt - den des Lebens aus zweiter Hand, das geborgte, fremdbestimmte Leben. Das scheint mancher Kranke nicht zu wollen.   
Er scheint ein gespaltenes, ein wenigstens halbes echtes, eigenes und unangepasstes Leben dem nicht gespalten empfundenen aber überangepassten und uneigentlichen Leben vorzuziehen, riskiert dann aber eine Krise. Ich glaube, viele klinisch Gesunde tragen in sich objektiv viel mehr innere Spaltungen und Verrücktheiten als mancher, den man schizophren nennt, doch sie stellen sich dem inneren Zerrissensein nicht. Sie lösen es auf die weiche, bequeme, überangepasste Art und Weise. Sie verhindern zwar dadurch die eigene manifeste Spaltung, werden aber zu einer Art Krankheitsursachen-Überträger für andere. Ich will das nicht verurteilen, sondern ich will Menschen mit psychotischen Reaktionen sagen, dass sie möglicherweise mutiger, wenn auch unglücklicher sind als manche sogenannte Gesunde. Sie sind oft auf eine erschreckende, allerdings auch selbstzerstörerische Art, ehrlicher. Erschreckend für uns sogenannte Normale, die wir zu selten wagen, uns unsere Lebenslügen und Fremdbestimmungen bewusst zu machen. Die klinisch Gesunden sind also nicht von vornherein die weniger Verrückten, sie sind nur die weniger Leidenden.   
R.D. Laing sieht es so: „Deshalb möchte ich betonen, dass unser `normaler´, `angepasster´ Zustand zu oft der Verzicht auf Ekstase ist, Verrat an unseren wahren Möglichkeiten, dass viele von uns nur zu erfolgreich darin sind, sich ein falsches Selbst anzuschaffen, um sich an falsche Realitäten anzupassen.”[[475]](#footnote-475)  
Andererseits glaube ich auch, dass psychotische Reaktionen auch auf regressivem Weg entstehen können. Während die o.g. Menschen den Sprung ins Leben wagten, aber auf halber Strecke abstürzten, flüchten andere vor einem unerträglich empfundenen Leben, das sie aber einholt und zu Fall bringt. Eine Psychose kann also entstehen, wenn man sich *vorwärts* oder *rückwärts* bewegt. Das Vorne ist unbekannt und unsicher und das Hinten war unerträglich. Oft erscheint die Pattsituation am ungefährlichsten. Aber auch sie ist zum Sterben zu viel und zum Leben zu wenig.  
 Schizophrenie lässt sich so als Leben in der Zerrissenheit zwischen dem eigentlichen Absoluten und für absolut gehaltenen Relativa, als Leben zwischen Selbst und Fremd-Selbsts und zwischen verschiedenen Fremd-Selbsts beschreiben. Es ist ein Leiden an Widersprüchlichem, das für den Betreffenden zum völlig Unvereinbaren geworden ist. Dieses Faktum lässt sich nur durch die Annahme eines Absolutbereichs in der Person erklären, denn relative Unvereinbarkeit gibt es nicht. Das miteinander Unvereinbare ist eine absolute Kategorie. Die Betroffenen versuchen, auf zwei oder mehreren Basen, aus zwei oder mehreren Absolutheiten zugleich zu leben. Sie sind so die chronisch Verzweifelten (Ver-zwei-felten), die Un-ent-schiedenen, die, die in einem existenziellen Dilemma leben.[[476]](#footnote-476)  
Mir scheint, wir neigen auch dazu, die Unterschiede zwischen verschiedenen seelischen Krankheiten überzubetonen und das Gemeinsame in der Tiefe, wie die Fremd-Selbst-Bildungen, nicht zu sehen.   
Ich habe auch keine Schwierigkeiten, unmittelbare Parallelen zwischen der schizophrenen Psychodynamik und entsprechenden äußeren Situationen, wie etwa denen von Ehescheidungen, zu sehen - nur mit dem Unterschied, dass sich im Fall der Schizophrenie die `Scheidung´ im Inneren abspielt und der `Schizophrene´ sich nicht völlig von sich trennen kann, obwohl er es versucht. Nebenbei: wie einem sich scheidenden Ehepaar, so würde ich auch einem Menschen mit schizophrenen Reaktionen Medikamente nur dann geben, wenn sie von dem jeweiligen Leid überwältigt werden könnten, aber nicht von vornherein als selbstverständliche „Rezidivprophylaxe”.|Vorwegnehmen darf ich auch, dass ich auch nicht in der Auflösung der Spaltungen, sondern in ihrer Akzeptanz und Relativierung den ersten und wichtigsten Therapieschritt sehe. Spaltung ist nicht das absolute Übel und Einheit der Person nicht das absolute Gute. Vielfältige Einheit ohne Spaltungen sollte natürlich versucht werden zu erreichen. Darüber steht jedoch als Therapie eine Haltung, die Spaltung oder überhaupt Ungelöstes auch zulassen kann, die dadurch, dass sie darüber steht, diese relativiert und nicht zu einer neuen existenziell empfundenen Spaltung oder Vorbedingung führt, wo es dann um die Frage gespaltet oder nicht-gespaltet o.ä. geht. Durch die Relativierung dieses Problems wird aber die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass auch die Spaltung de facto überwunden werden kann, sie ist dafür aber keine Garantie.  
Zuletzt sei noch einmal auf die **positiven**, wenn auch nur ersatzpositiven, Anteile der schizophrenen Symptomatik hingewiesen. Sie sollen stichwort- und hypothesenartig genannt sein:   
Mit der Psychose verteidigen die Patienten die ihnen verbleibenden Reste an Würde, Freiheit, Individualität und Selbstbestimmung, wenn auch um den Preis der Aufgabe eines Teils von sich. Die Krankheit ist Schutz und Selbstaufgabe zugleich. „Weißt du, was so furchtbar ist, wenn man geisteskrank ist, das ist der schreckliche Preis, den man für das Überleben bezahlen muss” - so heißt es in `Ich hab´ dir nie einen Rosengarten versprochen´.[[477]](#footnote-477) Oder wie ein Patient von Luc Kaufmann sagte: „Wenn ich aufwachte, würde ich sterben!” Einerseits wird es gut sein, wenn Arzt und Patient diese psychotische Abwehr respektieren, andererseits steht auch immer die Frage im Raum, ob der Patient nicht auf diesen teuren Schutz verzichten kann. Ich stelle deshalb die psychotischen Reaktionen, wie seelische Krankheit überhaupt, dem Patienten gegenüber als `erlaubte Notlösung ´ dar. Dadurch ergibt sich für den Patienten einerseits die Möglichkeit, diese ohne schlechtes Gewissen zuzulassen, andererseits stellt sich immer wieder die Frage, ob denn diese oder jene Symptomatik noch zum Schutz nötig ist, da sie teuer bezahlt werden muss. Gleiches gilt für den medikamen-tösen Schutz.   
Psychose ist aber nicht nur Ersatz*schutz*, sondern bietet über alle o.g. Aspekte hinweg Ersatz- oder Teilpositiva: Sie kann Ersatz-individualität, Ersatz-würde, -freiheit, -vielfalt, -ordnung-, -realität, -vergangenheit, -gegenwart und Ersatzzukunft geben. Sie kann Ersatzkommunikation, Ersatzwohlbefinden und alle weiteren Positiva einer zweitrangigen Wirklichkeit geben. Besser ein teurer Ersatz als völliger Selbstverlust scheint eine wichtige, unbewusste Devise. So kann die Krankheit zu einer Notrettung des Selbst werden.

#### Übereinstimmungen mit bisherigen Schizophrenie-Theorien

Haben nicht alle gängigen Schizophreniekonzepte eine gewisse Richtigkeit?  
Wohl ja - zumindest in dem Sinn als sie verschiedene von vielen möglichen Verursachungen von Schizophrenien beschreiben.  
Ich kann die meisten Schizophrenietheorien jedenfalls in meinem Konzept ohne Schwierigkeiten integrieren und versuche, mit dem Konzept der durch Inversionen entstandenen Es/fA-Komplexe einen gemeinsamen Nenner zu finden (siehe unten).  
Die bekannten Schizophrenietheorien legen das Schwergewicht der Verursachung auf folgende Faktoren:

• Expressed Emotion (EE) bzw. emotionales Überengagement (HEE) von G.W. Brown u.a.• Double-bind (Gregory Bateson und Mitarb.).• Verstrickung (S. Minuchin).  
•„Delegation“ und „unmögliche Mission“ (H. Stierlin).  
•„Paradoxien“ (M. Selvini Palazzoli).   
• Pathologischer Narzissmus und Widersprüche anhand internalisierter Objektbeziehungen (Kernberg).  
• Von Psychoanalytikern oft hervorgehobene Ich-Schwäche.  
• Gestörte Familienverhältnisse/ zwischenmenschliche Beziehungen   
 (H. S. Sullivan, Th. Lidz et al.).  
• Schizophrenogene Mütter (Frieda Fromm-Reichmann.   
 Ähnlich Margaret Mahler, D. Winnicott.)  
• Soziale Isolation. V.a. bei Emigranten (Scheflen).  
• Vulnerabilitäts-Stress-Konzept (siehe unten). Ähnlich:  
• Psychose ist das Ergebnis eines Zusammenbruchs der Offenheit angesichts des `Ereignisses´. (Henri Maldiney).  
• Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit (W. Brandenburg).  
• Genetische, neurobiologische Faktoren und Immunstörungen, Geburtsschäden und  
 Infektionen werden m.E. als Verursacher zu hoch veranschlagt. Es bleibt auch offen, ob manche nicht das Ergebnis primärer psychogener Störungen sind. [(→ Neurowissenschaft)](#_Neurowissenschaft_1).  
• Drogen und Alkohol können Psychosen induzieren.

Zwanglos könnte man jede dieser Theorien einem der Aspekte der Spalte A der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) zuordnen.  
  
Im Folgenden vergleiche ich die verbreitetsten Theorien: Vulnerabilitäts-Stress-Konzept, Expressed-Emotion-Konzept, die Doppel-Bindungstheorie und die Objektbeziehungtheorie mit den Hypothesen dieser Arbeit.

##### Vulnerabilitäts-Stress-Konzept

„Autoren wie Zubin und Spring, Ciompi, Nuechterlein et al. übernahmen das Vulnerabilitäts-Stressmodell zur Erklärung der multifaktoriellen psycho-sozio-biologischen Entstehung der Schizophrenie. Demnach zeichnen sich schizophreniegefährdete Menschen durch … eine besondere Vulnerabilität und Sensibilität (`Dünnhäutigkeit´) aus, die ungünstigenfalls im Verein mit stressvollen lebensgeschichtlichen, situativ-sozialen oder körperlich-hormonellen Belastungen zum Ausbruch einer Psychose führt.“[[478]](#footnote-478)|Typisch sei für alle Schizophrenien „ein Einbruch von etwas Äußerem und Fremdem ins eigene Erleben, das heißt eine tiefgehende Störung der persönlichen Identität mit Verwischung der Ichgrenzen und Aufhebung der klaren Unterscheidung zwischen innerer und äußerer Realität.“ (Ciompi, S. 272)  
(Näheres über die Ansichten Ciompis siehe in der ungekürzten Fassung.)  
In den folgenden zwei Abbildungen versuche ich diese Ansichten von Ciompi in die Terminologie meiner Theorie zu übersetzen.

Abb. 70 bezüglich des auf diese Arbeit übertragenen Stress-Vulnerabilitätskonzepts.

Abb. Die vulnerablen Stellen im Selbstschutz.  
Asp. Nr. 3 z.B. Ich darf nicht wie Vater werden.  
Nr. 16 z.B. Information, die absolut genommen wird.  
Nr. 19 Vergangenes (z.B. Traumata mit subjektiv aboluten Auswirkungen).  
[Beispiel Nr. 9 z.B. die Anforderung: „Du musst unbedingt bescheiden sein!“ stört nicht das Selbst, wenn P die Anforderung nicht absolut nimmt].

Mangelnde Kraft   
der Person diese Anforderungen  
zu erfüllen

„Stress“= fAs  
z.B. in Asp.Nr.  
  
3 (andere Personen)  
 9 (Besitz)  
12 (Pflicht)  
16 (Information)  
19 (Vergangenheit)

Stärke der  
Anforderungen

19

16

Selbst

➌

9

(Ps. Die vulnerablen Stellen sind auch die Manipulationsstellen und die Stellen, an denen es zur Reizüber- flutung kommen kann, da die Außenreize ungehindert in den Selbstbereich eindringen können.   
 In der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) wird diese Thematik vor allem in der Zeile des Asp. 23 dargestellt.)  
  
Man ist sich recht einig: Es müssen verschiedene Faktoren zusammenkommen, die einzeln jedoch eher unspezifisch sind. Wahrscheinlich ist es ein Fehler nach der Ursache zu suchen, zumal nicht eine sondern viele Formen der Schizophrenie existieren, die sich außerdem noch individuell unterscheiden.  
  
Ähnlich dem Vulnerabilitäts-Stress-Modell ist das sog. „**Anforderungen-Kapazitäten-Modell**“ (ein bekanntes Erklärungsmodell für Stottern).  
  
Ähnlich äußerte sich auch schon Manfred Bleuler, der mir in seinem psychodynamischen Verständnis der Schizophrenieentstehung sehr nahesteht.   
„Nach meiner eigenen Erfahrung stehen wir aber einer ersten Lösung des Rätsels näher als oft anerkannt wird … Die Entstehungsbedingungen schizophrener Geistesstörungen lassen sich meines Erachtens am ehesten in einer ungünstigen Wechselwirkung zwischen widersprüchlichen Entwicklungstendenzen und widersprüchlichen Lebensbedingungen verstehen. Der Schizophrene erkrankt in einem Kampf, den jeder auszufechten hat, den der Gesunde aber besteht: Den Kampf darum, seine oft widerstrebenden Bedürfnisse einigermaßen einander anzugleichen und der Umwelt anzupassen; er erkrankt im Kampf um ein einheitliches Ich, um eine einheitliche Persönlichkeit trotz schwer zu vereinbarer innerer Tendenzen und unguter Umweltbedingungen. In diesem Kampf hat der Schizophrene eine kritische Schwelle überschritten. Jenseits dieser Schwelle gibt er den Kampf um Anpassung an die Realität auf und schafft sich eine fantastische Welt, die seinen zwiespältigen Bedürfnissen angepasst ist.“[[479]](#footnote-479)

##### Kernbergs Objektbeziehungstheorie

Kernbergs Theorie von der Verwechslung von Selbst- und Objektrepräsentanzen und dem damit verbundenem Mangel an Unterscheidung zwischen Innen- und Außenweltwird wird aus meiner Sicht durch die obige rechte Abbildung erklärbar. Dort ist dargestellt, wie `Objekte der Welt´ durch ihre Verabsolutierung in den Selbst-Bereich der Person eindringen, zu Fremd-Selbsts werden und so eine Differenzierung zwischen dem eigenen Selbst und den fremden Objekten bzw. zwischen Innen- und Außenwelt stören. Auch Ciompi beschreibt die unscharf abgegrenzten Selbst- und Objektrepräsentanzen und den damit verbundenen Mangel an Differenzierung zwischen Innen- und Außenwelt bei Schizophrenien.[[480]](#footnote-480)  
In der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) wird diese Thematik vor allem in der Zeile IV dargestellt.  
**Melanie Klein** betonte die Beziehung des Kindes zu guten und schlechten Objekten in dessen Entwicklung und die Schwierigkeiten bzw. Störungen bei deren Integration.  
In der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) wird diese Thematik vor allem in der Zeile III dargestellt.

##### Doppelbindungs-Theorie

Im folgenden Abschnitt stelle ich die Doppelbindungstheorie,[[481]](#footnote-481) einer Übersicht aus Wikipedia folgend,[[482]](#footnote-482) stark gekürzt und *in kursiver* Schrift dar und stelle meine diesbezüglichen Hypothesen in eckigen Klammern [ ] gegenüber.  
  
*~Die klassische Doppelbindungstheorie kennt folgende notwendige Voraussetzungen für eine Doppelbindung: Ein primär negatives Gebot oder Verbot, das für das Überleben essenziell und mit einem zweiten essenziellen Gebot unvereinbar ist und ein drittes Gebot, das dem Opfer den Versuch der Metakommunikation verbietet und es ihm unmöglich erscheinen lässt, den Konflikt zu verlassen. Diese Bedingungen werden i.d.R. internalisiert und zum Selbstläufer.*  
 **[**Diese Theorie entspricht im Wesentlichen der meinen: Es wird der Absolutheitscharakter dessen, das doppelt bindet, hervorgehoben, die Unvereinbarkeit der Gebote miteinander, die Unmöglichkeit für den Betroffenen, diese Gegensätzlich-keiten aufzulösen, wobei es sich durchaus auch um solche handeln kann, die objektiv lösbar wären, von dem Betreffenden aber aus subjektiven Gründen nicht gelöst werden können, weil ihnen eine absolute Bedeutung gegeben wird und eine relativierende Metaebene fehlt**.]**  
*„Der wichtigste Unterschied zwischen einer* ***[****relativen****]*** *widersprüchlichen und einer paradoxen Handlungsvorschrift besteht darin, dass man im Fall der ersteren die Alternativen bewusst wahrnehmen und wählen kann und mit der Wahl einer Option aber die andere verliert und damit den Verlust bewusst auf sich nimmt.“ (Was bei der paradoxen Vorschrift nicht der Fall ist.)* **[**Hier wird mit Recht der Verlust der Wahlmöglichkeit durch den Betroffenen in paradoxen Situationen genannt, weil dieser kein übergeordnetes Absolutes besitzt, das ihm diese Wahlmöglichkeit gestattet, sondern die Gegensätzlichkeiten selbst sind absolut gesetzt**.]**  
*„Die Doppelbindungstheorie betrachtet dabei (zunächst) zwei Ebenen. Ein dominantes Elternteil und das abhängige Kind. Eine dritte dem gegenüber übergeordnete Ebene, etwa gesellschaftliche Normen, Ideale, Idealbilder oder Ziele, der sich der dominante Sender der Doppelbindungs-Botschaft ggf. verpflichtet fühlt, bleibt bei dieser Betrachtung zunächst unberücksichtigt. Eine solche übergeordnete dritte (z. T. idealisierte) Ebene ist hingegen im Stanford-Prison-Experiment und auch im Milgram-Experiment erkennbar.“* **[**Hier wird sehr deutlich auf die Notwendigkeit hingewiesen, eine dritte, übergeordnete Ebene zu berücksichtigen - also ein `Absolutbereich´, in dem auch die „Täter“ gefangen sind und der auch ihnen Wahlmöglichkeit oder „Überstieg“ unmöglich macht.**]**   
*„Es gibt ... ein breites Feld an potenziellen Widersprüchen, die sich auf der Ebene der Logik nicht wirklich widersprechen. Entscheidend ist nur die Unerfüllbarkeit durch das Kind, also die subjektive Überforderung im Bewusstsein des Kindes. Eine Aufgabe mag das Kind über-fordern, solange aber für das Kind nicht die Notwendigkeit besteht, diese Aufgabe lösen zu müssen, kann das Kind die komplexe Situation mit einer gelassenen Neugier, also konfliktfrei, betrachten und daraus lernen.“* **[**In diesen Aussagen wird die klassischer Doppelbindungstheorie auf alle für den Betroffenen subjektiv nicht lösbaren Gegensätze oder Konflikte erweitert, was meinen oben genannten Hypothesen entspricht**.]**  
*Bzgl. Anpassungsdruck und Selbstbild: „ ... bei Doppelbindungs-Beziehungsmustern beinhaltet die Beeinflussung auch die Art der Selbstwahrnehmung, die das Opfer von sich hat.“* **[**Wichtiger Hinweis auf die Störung der Identität des Opfers, wobei, wie a.a.O. ausgeführt, alle Aspekte und nicht nur die Identität und nicht nur durch Doppelbindungen/-Spaltungen, sondern durch alle Inversionen gestört werden**.]**  
Mein Konzept bestätigt und erweitert die Doppelbindungstheorien.   
Im Einzelnen:  
• Die Pendants zu Doppelbindungen sind (Doppel)-Spaltungen und Bindungslosigkeit. Sie sind verschiedene Seiten von Es-Folgen (`Es als Triade‘); Es handelt sich um zwei bzw. drei Folgen derselben Sache, der Es/fA.  
• Doppelbindungen/ Spaltungen können entstehen, wenn die Lösung von Inversionen verboten oder nicht möglich ist, weil es für die Betreffenden um Absolutes geht. Die Aufdeckung von Fehlern im System ist verboten, weil sie das System in eine Krise stürzen würde und die Systemmitglieder glauben, das unbedingt vermeiden zu müssen.  
• Alle Inversionen können doppel- oder mehrfach bindend oder spaltend oder neutralisierend wirken.  
• Schon ein einziges fA - und nicht nur zwei oder mehrere - kann doppelbinden und spalten.  
• Von allen P² können Doppelbindungen ausgehen und alle P² können doppelt oder mehrfach gebunden werden,[[483]](#footnote-483) weil jede P² von Es/fA dominiert ist und diese widersprüch-lich wirken können. Bedenke aber: die Person (P) besteht nicht nur als P²-Anteilen.   
• Wenn Menschen fA-bestimmt leben, senden sie als P² Doppelbotschaften aus.  
• Jede (absolute) Bindung ist auch ein Zwiespalt zwischen dem äußeren Muss und dem inneren Freiheits-bedürfnis. Mit den Begriffen Doppelbindung, Doppelbotschaft können auch paradoxe Bindungen Zwickmühlen, Fallen usw. beschrieben werden. Wenn S. Freud feststellte, dass dies das Resultat sei von „zwei gegensätzlichen Affekt- oder Triebregungen, von denen die eine einen Partialtrieb“ repräsentiert, und „die andere [Regung] denselben zu unterdrücken bemüht ist“ und dies für die neurotischen Symptome absolut typisch sei,[[484]](#footnote-484) dann sagt das Ähnliches aus - ebenso wie die Aussage H.F. Searles, eine Verursachung der Doppelbindung bestünde darin, „dass man mit dem anderen auf zwei (oder sogar noch mehr) Beziehungsebenen zugleich verkehrt, zwischen denen keinerlei Verbindung besteht. Das hat die Tendenz, den anderen dazu zu zwingen, seine Teilnahme von der einen oder anderen dieser Ebenen (möglicherweise auch von beiden) zu dissoziieren, weil er es als irrsinnig unpassend empfindet, auf eine besondere Ebene einzugehen, wenn sie keinerlei Bezug zu dem hat, was auf der anderen Ebene, der bewussteren und unverhüllteren, vor sich geht.“[[485]](#footnote-485) Searles beschreibt, wie ihn eine sehr attraktive und aufreizend angezogene Patientin dadurch fast verrückt machte, als sie mit ihm eine trockene Diskussion über Theologie und Philosophie führte.[[486]](#footnote-486)  
• Doppelbindungen/ Spaltungen können auch dadurch entstehen, dass sie von widersprüch-lichen Seiten eines fA-Teils her stammen. z.B. von einer Vorderseite und einer Kehrseite, die aber von demselben Teil stammen und deshalb den Eindruck erwecken, dass sie nicht widersprüchlich sein können. Zweite Möglichkeit: Teil und Gegenteil sagen dasselbe aus, weil die Kehrseite des Teils und die Vorderseite des Gegenteils die gleiche Bewertung haben.   
• Es gibt 1000 Ursachen, die zur Bindung oder Trennung zwischen zwei Personen führen können und ebenso gibt es 1000 Ursachen, die zur Bindung oder Trennung *innerhalb* einer Person führen können. Also in beiden Fällen sehr viele mögliche Ursachen (`Streuung´), die zu einer jeweils doch sehr spezifischen, wenn auch individuell verschieden ausgestalteten Folge führen können (`Verdichtung´).  
 Beispiele:  
- Mutter und Vater sind unbedingt gut. Das Kind ist an Mutter und Vater, die als +fA fungieren, gebunden.   
Also hier Doppelbindung: Das Kind muss unbedingt Mutter und Vater folgen (weil diese absolut gesetzt sind). Aber auch hier Spaltung/ Trennung: zwischen den Eltern und dem Kind, zwischen dem kindlichen Bild von den Eltern und der Wahrheit, nach der die Eltern für das Kind nicht absolut + sind.  
- Analoges Beispiel: Mutter ist *die Gute*, Vater ist *der Böse* → Bindung, Spaltung und Falle für das Kind. Näheres siehe ungekürzte Fassung.

f0

Kontra-Ʃ²  
Kontra-fS

Pro-Ʃ²  
Pro-fS

Ʃ²  
Fremd-  
Selbst (fS)

Ʃ² anderes  
Fremd-Selbst

Möglichkeiten von Doppelbindungen und Spaltungen im systemischen (Ʃ) und dimensionalen Bereich.

In der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) wird diese Thematik vor allem in der Zeile a4 dargestellt.  
  
Wenn eine erstrangige +Metaposition eingenommen wird, werden die subjektiven oder objektiven Gegensätzlichkeiten d.h. auch alle Zwiespältigkeiten und dadurch auch deren Doppelbindungen und -spaltungen gelöst oder zumindest relativiert.

##### Expressed-Emotion-Konzept

„High-Expressed-Emotions (HEE) bedeutet, dass die Familienangehörigen gegenüber dem Patienten übermäßig häufig Kritik äußern, Feindseligkeiten zeigen oder von einem emotionalen Überengagement gekennzeichnet sind ... Der ungünstige Einfluss von HEE auf die Rückfallquote von Schizophrenie, Depression, der Bipolaren Störung und Essstörungen wurde in einer Reihe von Studien nachgewiesen und gilt als gut etabliert. Zum Wirkmechanismus gibt es dagegen noch keine etablierte Theorie.“[[487]](#footnote-487)  
 Auch dieses Konzept steht in guter Übereinstimmung mit der Theorie dieser Arbeit, die die absolute Bedeutung mancher Personen oder deren Einstellungen für einen Betroffenen betont. Diese absolute Bedeutung hat natürlich auch entsprechende Folgen im Bereich der Emotionalität und des Verhaltens, die vor allem denen des Asp.7 entsprechen und, bezüglich der Emotionalität, in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) den Angaben der Zellen I7 und N7 (Überemotionalität, Fehlemotionalität und Gefühllosigkeit) entsprechen.   
In der Literatur wird m.E. allerdings die Überemotionalität zu einseitig und Fehlemotionalität und Gefühllosigkeit zu wenig beachtet.

#### Kritik an einigen Schizophrenie-Theorien

• Es scheinen Ganzheitskonzepte zu fehlen.  
Fragen: Wie können Theorien, die nicht von einem Ganzen ausgehen, schizophrene Phänomene ausreichend erklären? Wie gut können Therapien, die alles Nichtwissenschaftliche abspalten, also selbst gespalten sind, Spaltungen beheben?   
Fehlt ihnen nicht eine alles psychisch Relevante beachtende Metatheorie? Also die Darstellung eines geistigen Bands für die Person/ das System, das alles umfasst und `zusammenhält´?  
Die integrierende geistige Instanz muss, wenn es sich um eine Spaltung handelt (und nicht um eine Divergenz im Relativbereich), auf einer metapersonalen bzw. metaindividuellen Ebene liegen, wenn die Person/ das Ich nicht mehr im Stande ist, die Spaltung aus eigener Kraft oder mithilfe anderer Personen zu überwinden.[[488]](#footnote-488)   
Der Indexpatient bzw. seine Familie (oder Umgebung) kann dadurch erheblich entlastet werden, wenn die Hauptverantwortung für die Lösung der Probleme auf eine Instanz außerhalb der beteiligten Personen verlagert wird! Hier macht sich auch ein Nachteil einer rein wissenschaftlich orientierten Psychiatrie bemerkbar, die in ihrem Relativismus keine (geistige) Ganzheit des Menschen oder eine übergeordnete Ganzheit kennt. Ich verweise auf das vorherrschende personale Bild der heutigen Psychiatrie, bestehend aus vielen Selbst-repräsentanzen, die nicht durch ein übergeordnetes großes Ganzes zusammengehalten werden, sodass damit von vornherein eine ungünstige Ausgangspositionen bezüglich der Therapie schizophrener Psychosen eingenommen wird.   
• Viele Konzepte legen ihren Fokus einseitig auf die Beseitigung der Störungen. Dagegen steht Eugen Bleulers Zitat: Das grundsätzliche Kennzeichen in der Psychosen liege darin, „dass das Gesunde dem Schizophrenen erhalten bleibt. Es wird nicht aufgelöst, sondern versteckt.“[[489]](#footnote-489)  
• C. Kulenkampff schreibt: Die Aussage Griesingers aus der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, dass Geisteskrankheiten Gehirnkrankheiten seien, stünde wie auf einem Portal. Diese „an sich legitime Arbeitshypothese - Schizophrenien seien somatisch bedingte Leiden“ - sei schließlich „zur unreflektierten Behauptung“ degeneriert. „Dabei hat der Elefant einer weltweiten biochemischen, anatomischen, genetischen und sonstigen naturwissenschaftlichen Forschung auf dem Gebiet der Ätiologie von Schizophrenien bis heute nicht einmal eine Maus geboren.“[[490]](#footnote-490)  
Ich habe den Eindruck, dass sich an dieser Aussage bis heute prinzipiell nichts geändert hat, auch wenn gegenüber damals detailliertere neuropathologische Forschungsergebnisse vorliegen.   
• Die meisten Schizophrenietheorien haben eine positivistische Grundlage, d.h. sie lassen nur `harte Fakten´ gelten. Dagegen meint M. Musalek zu Recht: „Das Hauptproblem von positivistischen Forschungsansätzen insgesamt besteht in dem Umstand, dass die uns gegenüber stehende Natur offensichtlich nichts von unseren Einteilungs- und Ordnungs-prinzipien weiß. Wir sind es nämlich, die Krankheitskategorien schaffen, in die wir dann die uns umgebende Natur ordnen. Die Natur selbst kennt diese Formen und Einteilungen nicht. Aus diesem Grund musste auch eine dem Positivismus verpflichtete Schizophrenieforschung, die von Menschenhand geschaffene Krankheitskategorien als naturgegeben erachtet, auch wenig erfolgreich bleiben.“[[491]](#footnote-491) R.D. Laing ging sogar so weit, die Schizophrenie geradezu als Projektion mancher schizophrenen Theorien anzusehen.[[492]](#footnote-492)  
  
**Warum kann man die fremden Absolutheiten (fA) als gemeinsamen Nenner für die Schizophrenie in den genannten Schizophrenietheorien ansehen?**[[493]](#footnote-493)  
Von den fA-Wirkungen ausgehend dazu noch einige Stichworte:  
**-**  Wie durch die fA-Wirkungen das Vulnerabilitäts-Stress-Modell, die Reizüberflutung, die Doppelbindungstheorie, die „Paradoxien“ (M. Selvini Palazzoli) und der pathologischer Narzissmus nach Kernberg erklärt werden können, habe ich in den vorherigen Abschnitten  ausgeführt.  
**-**  Warum erklären die fA, dass es zum emotionalen Überengagement (HEE) kommen kann? Das HEE-Konzept geht davon aus, dass sich im (familiären) System emotionale Überengagements häufen. Sie lassen sich m.E. dadurch erklären, dass alle Beteiligten von ähnlichen fA bestimmt werden wie der Indexpatient und deshalb mit den verabsolutierten Thematiken nicht locker (relativierend) umgehen können. Gleichzeitig bestehen nach meinen Erfahrungen gegenteilige Verhaltensweisen in Form von emotionaler Leere („Kälte").  
**-**  Die „Verstrickungen" nach S. Minuchin kommen zustande, weil die Betroffenen an den fA-Stellen keine Lösungen finden/ keine erlösende Metaebene einnehmen können.  
**-** „Delegation“ und „unmögliche Mission“ nach H. Stierlin lassen sich ähnlich erklären:   
Die Betroffenen können die von anderen Menschen delegierte fA-Missionen auf Dauer nicht erfüllen.  
**-** Die oft angeführte Ich-Schwäche erklärt sich aus der Überforderung des Ich durch die fA bzw. durch das schwache,  fA-bestimmte Selbst, das ein schwaches Fremd-Ich bedingt.  
**-**  Die früher oft beschriebene „broken-home-Situation" - denn die fA spalten auch Familien - findet sich auch heute noch, allerdings auch deren Gegenteil in Form von Fusionen, Hypernähe o.ä.  
**-**  Die schizophrenogenen Mütter (Frieda Fromm-Reichmann) kann man auch finden - so wie man bei uns allen Schizophrenogenes finden kann.   
Siehe auch [Zur Psychotherapie der Schizophrenie](#_Primäre_Psychotherapie_der) im Teil `Psychotherapie´.

### Wahn

Wahn wird dadurch erklärbar, dass die Person (P) sich und die Welt nicht von einer erstrangigen Perspektive, d.h. vom eigentlichen Selbst beurteilt, sondern P deutet die Welt von fremden, verzerrten, z.T. widersprüchlichen Gesichtspunkten (fA) aus. Dieses gestörte Denken und Urteilen entspricht in dieser Arbeit Störungen, die man v.a. dem Aspekt 18 zuordnen kann und deren Ursprung in entsprechenden Verabsolutierungen (Inversionen) liegt. Ich nehme an, dass noch andere Verabsolutierungen hinzukommen, die den Inhalt des Wahns bestimmen. Die Wahnthemen widerspiegeln so jeweilige Verabsolutierungen: z.B. Verabsolutierung der eigenen Verantwortung und Moral → Ich bin an allem Schuld → Schuldwahn; Und andere, je nach verabsolutiertem/ invertiertem Thema: Beziehungswahn, Beeinträchtigungswahn, Bedrohungs- und Verfolgungswahn, Eifersuchtswahn, Liebeswahn, Größenwahn, Kleinheits- oder Nichtigkeitswahn, Versündigungs- und Schuldwahn, Unschuldswahn, Untergangswahn, Verarmungswahn, Reichtumswahn, Krankheits- bzw. hypochondrischer Wahn, religiöser, esoterischer, politischer Wahn, Schädigungswahn, Devitalisierungswahn („Ich bin tot“), Erfinderwahn, induzierter (symbiotischer) Wahn, Querulantenwahn usw.  
Der Zusammenhang zwischen Ideologien und Wahn scheint offensichtlich: Ideologien wähnen absolute Wahrheiten zu besitzen. Anders gesagt, Ideologien sind mehr oder weniger wahnhaft und fördern Wahn.   
Man kann die verschiedenen Wahnthemen zwanglos entsprechenden Aspekten dieser Arbeit zuordnen.   
Anstelle eines +A haben die Menschen fremde Absolutheiten in ihren Systemen. „Solche Menschen leben in ihrem eigenen Sonnensystem; darin muss man sie aufsuchen” meinte schon F. Nietzsche.[[494]](#footnote-494)  
Die Ursachen liegen keineswegs nur im Betroffenen selbst. P mit klinischem Wahn sind häufig die Opfer von Gesunden mit Wahnvorstellungen, deren Preis sie jene bezahlen lassen. Deshalb spielen Fehlidentifikationen beim Wahn eine wichtige Rolle: Ich identifiziere mich mit Jemand/Etwas oder ich identifiziere Jemand/Etwas mit mir. Äußeres repräsentiert dann Inneres von P² und umgekehrt und bekommt dadurch andere Bedeutungen. Beispiel Eifersuchtswahn: Ein Patient, der seine Selbstwertkomplexe damit kompensiert, dass er seine attraktive Ehefrau wie ein Objekt anderen Männern gegenüber präsentiert: „Seht, was für ein Kerl ich bin, dass ich so eine tolle Frau habe“ - gleichzeitig aber auch den Wahn entwickelt, seiner Frau könnten andere Männer besser gefallen und er könnte dann sein Liebesobjekt\* (+fA), seine Frau, verlieren.  
E. Bleuler: „Die Wahnentwicklung erscheint einem weniger rätselhaft, wenn man sie sich in jedem Falle als das Ergebnis einer einfühlbaren Auseinandersetzung auf eine innere und äußere Konfliktsituation vorstellt: Der ehrgeizige junge Mann möchte Großes leisten, bringt aber Großes nicht zustande. Vor seinem Selbstgefühl darf sein eigenes Unvermögen nicht die Ursache seines Missgeschick sein: er schützt sich vor Minderwertigkeits-gefühlen, indem er den bösen Intrigen anderer Schuld an seinem Schicksal zuschreibt. Das Mädchen, das wegen seiner Kontaktschwierigkeiten keinen Freund hat, träumt davon, dass Männer von viel höheren Stand als die Burschen, die es verschmäht, es liebten, aber dass böse Leute am Werke seien, die die Liebenden nicht zusammenkommen ließen.“[[495]](#footnote-495)  
Bleuler kann sich nur mit der Vorstellung eines Schwellenwertes, eines `point of no return´, den Übergang vom noch Normalen zum Psychotischen vorstellen. Das sei der Punkt, „wo die Konfrontation der eigenen Lage mit der Wirklichkeit derart erschütternd und schmerzhaft wird, dass man sie aufgibt und man in der irrealen Vorstellungswelt befangen bleibt.“ Diesen `point of no return´ sehe ich dort, wo Relatives absolute Bedeutung gewinnt und von dem Betroffenen nicht mehr integriert/ kompensiert werden kann.  
(Siehe Weiteres in `[Werte](#_18._Werte)´ und Bedeutungen.)

Tabelle: Beispiel Genese des Wahns (Auszug aus der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf))

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ideologien und individuelle Einstellungen** | | **Inversion von:** | **Wirkung des Es auf die Person** | **Gestörte Formen der Schizophrenie** | **Funktionsstörungen  der Schizophrenie** | **Qualitätsstörungen  der Schizophrenie** |
| E11 Dogmatismus Bürokratismus Technokratie  Anarchismus | I  N  D  I  V  I  D  U  E  L  L  E     F I X I E R T E   E I N S T E L L U N G E | Ordnung | P11 Es bringt durcheinander zwingt nötigt knechtet verbietet | T11 gestörte (mfh)  Ordnungen Gesetzmäßigkeiten | U11 gestörtes (mfh) Ordnen, Einordnen, Integrieren, chaotisieren, müssen | V11 Zerfahrenheit ( E. Bleuler), Dissoziiertheiten, Diffuses (Denken, „Wortsalat") Imperatives! Ritualisiertes, Zwanghaftigkeiten |
| E12 Moralismus Legalismus / Antimoralismus | Pflichten | P12 orientiert nicht  moralisiert reglementiert verführt, lenkt ab | T12 gestörte (mfh)  Pflichten Sollen | U12 gestörte (mfh) Orientierung Pat. kann sich schlecht orientieren (Bleuler) | V12 Abweichungen z.B. "intrapsychische Ataxie" (Stranski) / Eingleisiges   in P, im Verhalten, Denken. |
| E13 Liberalismus Laissez-faire-Anschauungen einengende Ideologien | Rechte Kontrolle | P13 entrechtet  überkontrolliert hemmt  lässt alles zu | T13 gestörte (mfh) Rechte | U13 Kontrollverlust und Fehlkontrolle. P kann sich u. s. Verhalten nicht kontrollieren. | V13 Einengungen, Einschränkungen  / Unkontrolliertes, Überschießendes z.B. Bewegungssturm, Logorrhoe |
| E14 Kreativismus  z.T. Progressivismus Chtonismus, auch Säkularismus | Neues Gegebenes | P14 gaukelt vor  phantasiert spinnt | T14 gestörtes (mfh) Neues Gegebenes | U14 Mangel an Kreativität / „Erdung“  Fehlkreativität : v.a. Halluzinieren Wahneinfälle. | V14 Triviales Flaches, Steriles Stereotypien, Künstliches, Abstruses, Bizarrheiten z.B. Neologismen, Halluzinationen, (Wahn) Maniriertheit |
| E15 Utilitarismus  Pragmatismus  Aktivismus | Taten | P15 lähmt inaktiviert  tut Böses, Falsches  überaktiviert | T15 gestörtes (mfh)  Getanes Ergebnisse | U15 gestörte (mfh) Bewegungen, Handlungen z.B. widersinniges, inadäquates Handeln. Katatonie, Stupor.  ↕ von Aktivität und Passivität | V15 Unbewegliches, Lahmes, Gemachtes Verkrampftes, Starres, Verspanntes (im Verhalten, Empfinden, Denken) |
| E16 Rationalismus Szientismus Gnostizismus  Skeptizismus Antirationalismus | Informationen | P16 informiert nicht   lügt  verbildet rationalisiert | T16 gestörte (mfh)  Informationen Bewusstsein | U16 gestörte (mfh) Wahrnehmung, Informationsverarbeitung, (Denken, s. Asp.18) „Doppelbuchführung" Illusionen; ↕ von Information und Fehlinformation | V16 Unverständliches zu Unbewusstes Widersprüchliches, Überbewusstes (Tun, Verhalten) |
| E17 Exhibitionismus  Okkultismus  Esoterik | Wiedergabe | P17 verdrängt leugnet tarnt täuscht vorspiegelt bloßstellen | T17 gestörtes (mfh)  Wiedergegebenes | U17 gest. (mfh) Wiedergabe v.a. Sprechen zB Paraphasie („Wortsalat" Schizophasie Verbigeration Echolalie. Die Wirklichkeit f. wiedergeben. | V17 -Verborgenes, zu Unbewusstes Unklares -Symbolismen Fassadenhaftigheit  (Sprache, Denken, VHT) Paramimie, Paraphasie |
| E18 Abwertung der Person,  Anti-/ Logizismus; /-Kognitivismus ethischer Nihilismus/ `Absolutismus´ | **Bedeutungen** Werten | P18 abwertet ver- missachtet  überbewertet aufbläht | T18  gestörte (mfh) Bedeutungen  Werte  v.a. Selbstwert | U18 gestörtes (mfh) Urteilen, Denken (Grundsymptom Bleuler), unlogisches Denken (Paralogie)   **Wahn**  ↕ Wichtiges/ Unwichtiges; verschiedene Bedeutungen | V18 zu Unwichtiges, Unbedeutendes Fehlbedeutungen, Hyperbedeutungen (Denken, Verhalten, Erleben) |
| E19 Konservatismus Empirismus Traditionalismus /Modernismus | Vergangenheit | P19 infantilisiert fehlprägt konventionalisiert | T19 gestörte (mfh)  Vergangenheit | U19 Entwicklung ist mangel-/fehlerhaft Erinnern (Gedächtnisstörg.) Regressionen ↕ verschiedener Zeiten | V19 Archaisches Atavismen z.B. archaisches Denken, archaisches Verhalten, Ich-Anachorese / Fehlgewohnheiten |
| E20 Carpe-diem Modernismus Aktualismus | Gegenwart | P20 vertröstet hinhält hetzt antreibt | T20 gestörte (mfh)  Gegenwart | U20 gestörtes (mfh) Zeiterleben z.B. des Zeitstillstandes, des Ineinander-fließens der Zeit, Zeitzusammenbruch (Jaspers)  ↕ Zeiten | V20 Verzögerungen, "Sperrung" keine/ zu lange Nachdauer z.B. der Affekte. Gedankenfluss ist zäh  /Hochtouriges |
| E21 Utopismus Progressivismus / Apokalypse fatalistische Ideologien | Zukunft | P21 vorbereitet nicht  fehlvorbereitet  „utopisiert" | T21 gestörte (mfh) Zukunft | U21 gestörte (mfh) Zukunftsbezug   ↕ von verschiedenem Zukünftigem | V21 -Inkohärentes, Unberechenbares z.B. unberechenbare Reaktionen (Benedetti, Redlich) |
| E22 Perfektionismus auch Laissez-faire-Ideologien | Richtiges Falsches | P22 korrigiert nicht   verzeiht nicht  f. beschuldigt, verurteilt | T22 gestörte (mfh)  Fehler/ -losigkeit | U22 gestörte (mfh) Korrektur Regulation  ↕ von Schuld und Unschuld | V22 Unkorrigiertes Ungelöstes ( Denken, Überzeugungen) (s.a. Wahn) Fehlerhaftes in allen Aspekten möglich |
| E23 Pazifismus Masochismus / Militarismus Nazismus Sadismus | Schutz | P23 entblößt verweichlicht bedroht verletzt traumatisiert | T23 gestörter(mfh)  Schutz | U23 gest. (mfh) Abwehr (ABW), Ungeschütztheit (G. Benedetti, Jaspers) ABW oft mit Hilfe von Symptomen. Widerstände i.S. der PsyA ↕ von erst- u. zweitrangigen Schutz | V23 erhöhte Vulnerabilität, (Gefühl d. Überwältigtwer-dens, auch des "Gemachten" s.o.); Pat. fühlt sich bedroht. |
|  |  |  |  | `mfh´ = mangelhaft, fehlerhaft, hyper; ↕ = Verwechslungsbeispiele | | |

Analog zu den früher genannten Ableitungen von Spaltungs- und anderen schizophrenen Phänomenen soll diese Tabelle (Tab. 19) einige Entstehungsmöglichkeiten von Wahngedanken und anderen Denkstörungen aus Inversionen zeigen. Insbesondere werden Verabsolutierungen (und Negierungen) von unterschiedlichsten Bedeutungen und Werten Wahnbildungen fördern. Dabei handelt es sich häufig um Abwertungen oder Idealisierungen von Personen oder Haltungen.|  
Die Tabelle soll weiterhin deutlich machen, dass nicht nur Inversionen von Bedeutungen und Werten, sondern potenziell auch alle anderen Inversionen Wahn verursachen können. Dogmatismus und Anarchismus etwa (Zelle E11) rufen nicht nur Ordnungsstörungen hervor, sondern können bei einem Betroffenen unter anderem auch Denk- und Urteilsstörungen hervorrufen und so wahnhaftes Denken fördern. Oder, wenn wir von Kindheit an auf Verantwortung und Funktionalität festgelegt sind, dann werden wir uns anderen Menschen gegenüber sicher und selbstbewusst fühlen, solange wir die Verantwortungen und Funktionen erfüllen. Erfüllen wir sie nicht, können wir krank und eventuell auch paranoid werden.   
Ich will das aus eigenem Erleben erläutern:  
Als ich vor ca. 30 Jahren selbst psychiatrisch behandelt werden musste, hatte das vor allem seinen Grund darin, dass ich voller „Muss“ war. Ich glaubte (auch aus missverstandener christlicher Sicht), unbedingt ein guter Mensch, immer hilfsbereit und als Arzt für meine Patienten unbedingt da sein zu müssen - auch, um dafür entsprechende Anerkennung zu bekommen. Solange ich diese Bedingungen erfüllte, bekam ich viel Anerkennung und hatte ein starkes Ego. Es brach aber zusammen, als ich die Bedingungen nicht mehr erfüllen konnte, vielleicht auch nicht mehr wollte. Meine Mitmenschen, vor allem meine Patienten, wurden mir immer fremder und zunehmend bedrohlicher. Bei Jedem, der in dieser Phase mein Sprechzimmer betrat, hatte ich das Gefühl, „Der will zu viel von mir, mehr als ich ihm geben kann.“ Mir war nicht klar, dass mich meine Einstellung ihm auslieferte, dass ich durch sie seine Wünsche als unbedingte Forderungen an mich interpretieren musste.   
Er wurde mir schließlich zum Feind (ohne dass ich es mir anmerken ließ) und ich wurde mir selbst zum Feind. „Warum wollen alle etwas von mir?“, „Warum sehen mich manche so komisch an?“ „Was kann ich tun?“ „Niemand kann mir helfen!“ Angst, Fremdheit, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit machten sich breit. Ich war kurz vor einem manifesten Wahn, kurz davor, den Verstand zu verlieren. Zum Glück ließ ich mich dann stationär behandeln. Der Wendepunkt war für mich, dass mir ein Licht aufging (was ich nicht nur metaphorisch, sondern wirklich so erlebte), dass ich von Gott unbedingt geliebt bin, dass ich so sein darf, wie auch immer das ist, der seine Liebe und mein Selbst nicht davon abhängig macht, ob ich diese oder jene Verantwortungen und Funktionen, und seien sie noch so gut und sinnvoll, erfülle oder nicht. (Obwohl die damalige Psychotherapie das nicht intendierte, so hat sie doch glücklicherweise in diese Richtung gewirkt, wofür ich dankbar bin.)  
  
Fragen:   
- Kann nicht jede Ideologie Wahn erzeugen?  
- Hat nicht jede Person oder jede Gruppe oder Gesellschaft ihren Wahn in Form von Wachstums-, Fortschritts-, Leistungs-, Perfektions-, Machbarkeits-, Schönheitswahn und anderen mehr?   
- Was unterscheidet den Wahn des Gesunden vom Wahn des Kranken?  
(Der sogenannte Gesunde leidet nicht daran, weil sein Wahn für ihn noch positiv ist, während der Wahn für den Kranken leidvoll erlebt wird. Bedenke aber auch hier den Notlösungscharakter des Symptoms, hier etwa einen `gnädigen Wahn´, der vor einem völligen Zusammenbruch schützt.)   
- Fördert der Wahn von uns „Gesunden“ nicht den Wahn der Kranken?

### Halluzinationen

Wahn und Halluzinationen hängen eng zusammen.  
Unter Halluzinationen versteht man Sinnestäuschungen, ohne dass eine nachweisbare Reizgrundlage vorliegt.  
Hypothesen:  
Während man bei der Wahnentstehung die Hauptstörung im Aspekt 18 (Denken und Urteilen) postulieren kann, liegt sie bei den Halluzinationen v.a. im Aspekt 16 (Wahrnehmung). Der Betreffende nimmt sich und die Welt aus widersprüchlichen Perspektiven wahr. Er sieht, hört, empfindet dann alles verfremdet, verzerrt und widersprüchlich usw.[[496]](#footnote-496) Wie alle anderen Symptome, so können auch Halluzinationen durch Inversionen entstehen.

|  |
| --- |
| (Abb. 71): Der Betroffene nimmt - durch entsprechende fA/Es bedingt - die Welt und sich  wie durch eine fehlerhafte Brille wahr: hier vor allem schwarz-weiß, überdurchsichtig, undurchsichtig, verzerrt usw. |

Akustische Halluzinationen etwa entstehen auf psychogenem Weg vor allem durch Verabsolutierungen von Personen, die wie „Homunculi“ (siehe dort) in dem Betreffenden wirken, d.h. zu ihm `sprechen´, ihm Befehle geben usw. Diese sind Ausdruck besonderer Fremd-Selbsts (fS), die hier als pseudopersonale, homunkulusartige „Zentralverinner-lichungen” aus einer Subjektrolle heraus gegenüber einem in die Objektrolle gedrängten Menschen wirksam werden. („Es befiehlt mir...“, „Es kommentiert mein Verhalten“, „Es droht mir“ usw.) Stimmen werden deshalb erzeugt, weil diese Personen-fS viel personaler wirken als irgendein verabsolutiertes nichtpersonales Etwas. M.a.W. akustische H. sind v.a. Stimmen von Introjekten von Personen (von Personen als fS), die zu sehr geliebt oder zu sehr gehasst wurden/ werden. Es handelt sich häufig um Übertragungen von gestörten Denk- und Wahrnehmungsmustern von Menschen in der Umgebung des Kranken, die selbst oft nicht krank sind, aber dennoch ihre extremen Denk- oder Wahrnehmungsmuster auf Andere übertragen, die sich nicht dagegen wehren können.   
    Ich denke, man sollte solche Phänomene wie Wahn und Halluzinationen nicht von vornherein nur negativ und auch nicht nur pathologisch abtun. Diese Störungen können auch Ausdruck eines Weges in die richtige Richtung sein, d.h. wie erwähnt, progressiven Charakter haben. Sie können, so glaube ich, ausnahmsweise auch Ausdruck des (eigentlichen) Ich-Selbst sein. Wie viele Eingebungen und Prophetien hielt man nicht für krankhaft, obwohl sie sich später als wahr erwiesen!  
(Siehe zur Therapie in `[Neues und Altes](#_14._Neues_und)´)

## Depressive und manische Reaktionen

|  |
| --- |
| „Es ist das Phantom unseres eigenen Ichs, dessen innige Verwandtschaft und dessen  tiefe Einwirkung auf unser Gemüt uns in die Hölle wirft oder in dem Himmel verzückt.“   (E.T.A. Hoffmann, `Der Sandmann´.) |

Depressive oder manische Symptome können prinzipiell von allen Inversionen, die entsprechende Fremd-Selbsts (fS) hervorriefen, stammen.  
Die nachstehenden Skizzen sollen veranschaulichen, welche fS vor allem Depressionen und welche manische Symptome hervorrufen.[[497]](#footnote-497)

− Kontra-fS und fS 0 → Depression

+ Hyper-fS *→ Manie*

Fremd-Selbst

fremdes fS → Schizophrenie s.o.

|  |
| --- |
| Die Skizze soll die Anteile eines Fremd-Selbst (pers. Es) und deren Wirkungen darstellen (Abb. 72) |

Erfüllung

Abwehr

+\*  
z.B. Ideale  
als + Hyper-fS

−\*  
z.B. Tabus  
als -Kontra-fS

|  |
| --- |
| Grundpositionen des Depressiven und Manischen: (Abb. 73)  Das verabsolutierte Positive (+\*) muss unbedingt erfüllt und das verabsolutierte Negative (−\*) muss unbedingt vermieden oder abgewehrt werden. Sobald die Person gegen diese Unbedingtheiten verstößt, wird sie deprimiert. Erfüllt sie diese, kann sie manisch zu werden. |

Ich postulierte: Wird Relatives von einer Person absolut oder nichtig genommen, so können depressive und manische Reaktionen die Folge sein. Absolut genommenes Relatives wird dann zum Fremd-Selbst, welches das eigentliche Selbst überlagert und verdrängt. Das eigentliche Ich kann nicht mehr frei vom eigentlichen Selbst (als Ich-Selbst) leben, sondern wird abgespalten und auch an den Rand gedrängt und bedrückt. Das neue, fremde Selbst gibt dem Ich, wie wir sahen, Ähnliches wie das Selbst, aber es nimmt ihm auch Wesentliches.  
Wir sprachen von der Subjekt-Objekt-Umkehr und verstanden darunter, dass nun nicht mehr das Ich, sondern das Fremd-Ich Subjekt wird. Das eigentliche Ich wird zum Objekt degradiert und unterdrückt. Das ist die bedrückende, depressionsfördernde Seite. Gleichzeitig jedoch gibt das Fremd-Selbst auch `Positives´: Es gibt, wie wir auch sahen, übertriebene „gute” Befindlichkeit und „Lust” als Ersatzbefriedigungen.  
Immer wieder sei betont, im Fremd-Selbst nicht *das* Negative, sondern mehr das Ambivalente, Ersatzhafte, Zweitrangige usw. zu sehen - nach dem Motto: Besser man hat einen Rausch, als dass man sich umbringt.  
 Wir hatten diese beiden Seiten des Fremd-Selbst: das Pro-fS (z.B. Ideal\*) einerseits und Kontra-fS (z.B. Tabu\*) genannt.[[498]](#footnote-498) Das Ideal\* gibt, regt an, motiviert und macht, wenn es erfüllt wird, stolz und froh. Parallel dazu fordert es dauernd und wirkt sofort bedrückend, wenn es nicht ausreichend bedient („gefüttert”) wird. Handelt der Betreffende gar dem Ideal\* entgegen, dann wird das fixierte Ideal zum Tyrannen und erzeugt Minderwertigkeits- und Schuldgefühle, Verlustgefühle, Bedrücktsein und immer wieder neue, frustrane Anstrengungen des Betreffenden, das Ideal doch noch zu erfüllen - Zeichen einer Depression.[[499]](#footnote-499)  
Gleichzeitig mit der Bestrafung durch das Fremd-Selbst geht ein Verlust der Positiva des eigentlichen Selbst einher, da dieses nicht mehr die einzige Basis der Person ist. Das bedeutet insbesondere: Verlust/ Minderung an Identitätsgefühl, an Vitalität, an Einzigartigkeit und Einmaligkeit, an Leichtigkeit und Freiheit, an Selbstbewusstsein und Selbstbestimmung - ebenfalls wichtige Depressionszeichen. Depression kann so als Verlust an eigentlichem Absoluten und Bedrücktsein durch ein fremdes Absolutes (Fremd-Selbst) gesehen werden.  
Manie sehe ich als Ausdruck einer erlebten Übereinstimmung der Person mit dem verabsolutiertem Positiven\* (Ideal\*).[[500]](#footnote-500) In der Manie hat die Person das Gefühl, sie habe das +Absolute gefunden oder sie sei mit ihm identisch[[501]](#footnote-501) - aber es ist nur das kurzzeitig erfüllte, mit dem Ich zufriedene Ideal, das dieses Gefühl gibt. Da das Fremd-Selbst, wie wir sahen, nur Ersatz gibt, ist typischerweise dieses positive Gefühl nicht nur von vornherein zeitlich beschränkt, sondern in seiner Qualität eben auch nur ein Ersatz-Glücksgefühl: Kick, Aufgeputschtsein, Rausch, Drogengefühl. D.h. ein Maniker ist nicht glücklich, er ist bestenfalls high.  
Wie auch die Bezeichnung `bipolare Störung´ charakterisiert, sind Manie und Depression zwei Seiten einer Sache - nämlich der Zwiespältigkeit der zugrundeliegenden Fremd-Selbsts.   
Manie ist auch Ausgleich von und Schutz vor Depression, wie Depression dies auch für Manie ist. Manie ist die inverse Co-Form der Depression und Depression die Co-Form der Manie. So ist der Depressive eine Art verkappter Maniker und der Maniker trägt auch immer Depressives in sich.[[502]](#footnote-502)  
Bekanntermaßen verläuft die Krankheit häufig phasenhaft. Da diese Phasen ziemlich unabhängig von der aktuellen Situation des Betreffenden sein können und dann als Selbstläufer imponieren, erscheinen sie psychodynamisch nicht erklärbar. Manche sehen deshalb in ihnen einen Ausdruck noch nicht entdeckter Stoffwechselstörungen. Hier ist zu wenig Raum, um diese Problematik zu diskutieren. Legt man die bisher gemachten Hypothesen zugrunde, so wird leicht deutlich, warum es zu den genannten Phasen kommen kann. Der entscheidende Grund dafür liegt im Charakter der Fremd-Selbsts.   
Im Teil `Metapsychiatrie´ habe ich schon ausgeführt, dass durch sie die an sich fließenden, relativen Übergänge von Schwarz *und* Weiß, Richtig *und* Falsch, Gut *und* Schlecht, Positiv *und* Negativ u.a. auf deren Gegensätzlichkeit reduziert werden (Schwarz *oder* Weiß usw.) - so auch im Bereich der Befindlichkeit der Person. Sie ist, auf der Basis von Fremd-Selbsts, entweder zu sehr im positiven oder zu sehr im negativen Bereich. Das schnelle Umkippen in das Negative, Depressive liegt dann nahe. Da die fS-Anforderungen unbedingt und ohne Einschränkungen erfüllt werden müssen, werden, wie in einer Diktatur, abweichende Verhaltensweisen sehr früh und rigoros geahndet. Der Betreffende fühlt sich schon im negativen Bereich, auch wenn er nicht fehlerhafter als seine gesunden Mitmenschen handelt. Aus der Sicht der Fremd-Selbsts sieht das eben anders aus. Und, wie Diktatoren, gönnen diese uns, wenn wir ganz brav waren und genug für sie geblutet haben, ab und zu einen Rausch, Kick oder eine Manie.  
Man könnte sagen: Aber das in mir, das bin doch ich; Ich habe mich doch für mich selbst aufgeopfert, für meine Ideale, also bin ich doch der Nutznießer. Das stimmt teilweise, und, wie gesagt, ist das Fremd-Selbst auch nicht *das* Negative. Man tut auch etwas für sich, aber weniger für sich selbst, für sein eigentliches Selbst, als für das, was man für das Selbst hält, das es aber nicht ist. Wenn sich jemand für ein Ideal\* aufopfert, etwa für seine Arbeit oder für einen Mitmenschen oder für eine Partei oder Idee, dann wird er nur indirekt etwas davon haben, er wird Ersatz bekommen, aber nicht das Eigentliche.[[503]](#footnote-503) Und viel häufiger als den Ersatz wird er Schläge, Frustrationen, Unfreiheit, Unterdrückung und so auch Depression ernten.   
Kann man auch ohne fS depressiv werden? Ja, in dem Sinn, dass man auch auf dem beschriebenen progressiven Weg depressiv werden kann. Eher nein, wenn damit das gemeint ist, was man klinisch `neurotische´ und `endogene´ Depression nennt.

## Anmerkungen zu weiteren Störungen

Im Folgenden bespreche ich einige häufige psychische Erkrankungen nur stichwortartig.

### Zwangsstörungen

„Heute gehe ich von meinem Wissen aus,   
 dass ich als Zwangskranke `absolute´ Ansprüche hatte.“ (Ulrike S.)

Heutiger Wissensstand, ganz kurz zusammengefasst:  
„Psychoanalytiker gehen davon aus, dass sich Zwangsstörungen dann entwickeln, wenn Kinder ihre eigenen Es-Impulse zu fürchten beginnen und Abwehrmechanismen einsetzen, um die resultierende Angst zu verringern ... Die Es-Impulse erscheinen gewöhnlich als Zwangsgedanken, die Abwehrmechanismen als Gegengedanken oder Zwangshandlungen ... Wahrscheinlich ist eine Kombination von genetischer Veranlagung, Hirnstoffwechsel-störungen und psychischen Ursachen (z. B. Stress) der Grund für den Ausbruch einer Zwangserkrankung. Eine einzige, isolierte Ursache kennt man bis heute nicht.“[[504]](#footnote-504)  
U.H. Peters führt aus: „Die Symptome stellen Kompromisse zwischen Triebwünschen, ihren Verboten, der vom Über-Ich geforderten Sühne und verkleideten Ersatzbefriedigungen dar, zwischen denen sich das Ich nicht entscheiden kann (Ambivalenz).“[[505]](#footnote-505)  
 Ich sehe die Zusammenhänge ganz ähnlich, würde sie aber nach dem vorliegenden Konzept anders, vielleicht auch umfassender,[[506]](#footnote-506) beschreiben und letztlich auf ungelöste Konflikte zwischen dem eigentlichen Selbst und bestimmten Fremd-Selbsts und auf deren Konflikte untereinander zurückführen. Das Grundmuster wäre folgendes: Das eigentliche Selbst ist darauf angelegt, frei, unbedingt geliebt und immer es selbst sein zu dürfen. (Beispielsweise bestimmte sexuelle Phantasien haben zu dürfen oder aggressiv und böse sein zu dürfen usw.). Fremd-Selbsts jedoch schränken diese Freiheit, dieses Unbedingt-sein-Dürfen ein und geben sie nur ersatzweise unter bestimmten Bedingungen (Erfüllung von +fA-Forderungen und Vermeidung von −fA-Forderungen). Wenn aber diese Forderungen nicht erfüllt werden, drohen die Fremd-Selbst mit Sanktionen, die den Betreffenden ängstigen. Um diese Ängste zu mildern, muss der Betroffene zwanghaft die Forderungen erfüllen, obwohl dies normalerweise nur zu einer kurzen Befreiung führt.  
Psychoanalytiker haben schon früh den Kompromisscharakter dieser Mechanismen erkannt. Der Betroffene versucht einen Kompromiss zwischen seinem Selbst und den Fremd-Selbsts herzustellen - einen Kompromiss zwischen seinen eigentlichen Bedürfnissen und verführerischen Versprechungen oder Drohungen der Fremd-Selbsts - er wagt oder kann aber nicht die fremden Selbsts relativieren, weil er mit ihnen identifiziert ist und sie für das eigene Selbst hält.  
Man findet vielleicht ein besseres Verständnis für diese innerseelischen Vorgänge, wenn wir sie mit ähnlichen, äußeren Gegebenheiten vergleichen, so etwa, wenn wir das fremde Selbst mit einem Diktator vergleichen der wie mit „Zuckerrohr und Peitsche“ uns einerseits mit falschen Zusagen ködert, der uns aber andererseits Angst einjagt und uns so zu bestimmten Verhaltensweisen zwingt (Zwang), wenn wir nicht gehorchen und nicht den Mut haben, uns von ihm zu befreien.  
Diese Sicht schließt neurobiologische oder genetische Faktoren nicht aus, obwohl ich diese nicht zu hoch veranschlagen würde, solange glaubwürdige psychodynamische Hypothesen existieren und kausale Therapie möglich machen.  
Als Beispiel für die unterschiedlichen Ansichten und Vorgehensweisen möchte ich ein Fallbeispiel aus einer Übersichtsarbeit „Zwangsstörungen im Kindes- und Jugendalter" anführen und kommentieren.[[507]](#footnote-507)  
In dieser Arbeit wurde über die Zwangserkrankung eines zehnjährigen Mädchens berichtet, die, so wurde eher nebenbei erwähnt, nach dem Tod ihres Großvaters auftrat. Die Autoren schilderten, entsprechend den Leitlinien, ein streng auf Wissenschaftlichkeit ausgerichtetes Vorgehen. Sie nannten mögliche Verursachungen und führten eine entsprechende Behandlung durch, die „zwar eine deutliche Verbesserung, aber keine vollständige Remission ihrer Symptome“ erreichte.  
Obwohl ein unmittelbarer Zusammenhang zwischen dem Tod des Großvaters und dem Auftreten der Zwangskranheit offensichtlich war, wurde erstaunlicherweise die Bedeutung des Todes des Großvaters für das Mädchen, nicht weiter erörtert! Ich vermute, weil aufgrund der Leitlinien die Bearbeitung solcher „letzten“, metaphysischen Probleme nicht ins Konzept passt.  
Was aber, wenn das Mädchen durch den Tod des Großvaters mit ungelösten metaphysischen Fragen konfrontiert war, die entscheidend für das Entstehen der Erkrankung waren? Sicher wäre es unsinnig, hinter jeder Symptomatik ungelöste metaphysische Probleme zu suchen. Aber wenn es Hinweise, wie im o.g. Fall gibt, dass sie ursächlich sein könnten, sollten wir sie nicht ignorieren.[[508]](#footnote-508)  
(Ps. Als ich diese Gedanken als Diskussionsbeitrag der Redaktion dieses Ärzteblattes mitteilte, erhielt ich typischerweise die Antwort, dass nur wissenschaftlich fundierte Diskussionen veröffentlicht werden.)  
Ich vermute, dass Psychiater, wenn sie sich für solche Glaubensfragen nicht zuständig fühlen, diesen Patienten natürlich freistellen, sich  an einen Seelsorger zu wenden. Das aber würde kaum weiter helfen, denn   
• erstens geht heutzutage kaum ein psychisch Kranker mit seinen Problemen zum Seelsorger und   
• zweitens müsste er von diesem abgewiesen werden, sobald dieser eine `pathologische Dynamik´ vermutet.[[509]](#footnote-509) Das Dilemma ist: In diesen Fällen bleiben psychisch Kranke mit ihren Problemen allein, wenn Seelsorger Arbeit mit pathologischen Dynamiken ausklammern und Psychiater nur wissenschaftlich arbeiten.  
Was also wäre zu tun? Wahrscheinlich sollten wir mehr Mut haben, geschlossene theoretische (und praktische) „Systeme“ - hier wissenschaftliche, dort theologische - zu öffnen und mehr Interdisziplinarität zu wagen.

### Angst

Die prinzipiellen Ursachen und die Psychodynamik sind denen der Zwangsneurose sehr ähnlich. Deshalb führe ich diese nicht weiter aus. Hier nur einige Stichworte. Angst ist nicht unbedingt ein schlechtes Zeichen, so wie Angstfreiheit nicht unbedingt ein gutes Zeichen ist. Beide sind Relativa - d.h. auch, kein Symptom und keine Symptomfreiheit haben absolute Bedeutung, auch wenn das Auftreten eines Symptoms meist relativ negativ ist und eine Symptomfreiheit meist relativ positiv ist.  
Die krankhafte Angst hat - von den `Dimensionen´ her - drei Quellen:  
• Die Angst vor dem Verlust eines +fA.  
• Die Angst vor dem Eintreten eines –fA.  
• Die Angst vor dem Nichts.  
Auf der einen Seite droht das –fA, auf der anderen die Leere (0\*) und auf der dritten der Verlust eines +fA.

P befindet sich im seelischen „Bermuda-Dreieck“:

**+fA**

**−fA**

**0**

Ein +fA und sein Gegenspieler treiben die Person vor sich her, von einem zum Anderen oder ins Nichts.   
Wie hier die inneren fA/Es Angst, Verrücktheit u.a. machen, so wird dieser Psychoterror - in Form von `Zuckerbrot und Peitsche´(und Leere)- auch in totalitären Systemen angewendet, um Menschen fertig zu machen.

Beispiel für die angstmachende Leere:   
„Ich kenne das Vergnügen des Nichtstuns, wie Sie es nennen, absolut nicht. Sobald ich kein Buch mehr in der Hand halte oder nicht davon träume, eines zu schreiben, überkommt mich eine solche Langeweile, dass ich laut schreien möchte. Das Leben scheint mir nur erträglich, wenn man es übergeht. Oder aber man müsste sich ausschweifenden Genüssen hingeben ... und selbst dann!" (Gustav Flaubert an George Sand).

### Burn-out

Die Person (P) ist in der Regel überidentifiziert mit einem +\*, für das sie sich aufopfert. P ist voller `Leiden-schaft´ - zu Beginn mit Hochgefühl, aber P beutet sich selbst immer mehr aus. P brennt für etwas und brennt dann aus.   
 Beispiel:

„Ja, ich weiß, woher ich stamme!   
Ungesättigt gleich der Flamme   
glühe und verzehr´ ich mich.  
Licht wird alles, was ich fasse,   
Kohle alles, was ich lasse:   
Flamme bin ich sicherlich!“ (F. Nietzsche in `Ecce homo´.)

Parallel dazu benötigt P zuviel Energie um das, was sie absolut negativ (‒ \*) erlebt, abzuwehren.

### Schmerzen

Jeder Es/fA-Komplex kann Schmerzen verursachen: ein +fA, wenn es verlorengeht, ein −fA oder −0, wenn es eintritt oder eintreten könnte. Es betrifft v.a. diejenigen fA, die in den Aspekten 7 und 23 wirksam werden. Bei letzterem insbesondere Traumatisierungen und Verletzungen, die den Absolutbereich der Person betreffen und/ oder solche Absolutsetzungen, die die Bildung eines wirksamen Schutzes verhindern (z.B. pazifistische Grundeinstellungen und ähnliche.) Siehe auch: `Die offenen Tore in der Verteidigung des Selbst´ a.a.O.  
Schon S. Freud stellte fest, dass nichts so weh täte, wie der Verlust eines Liebesobjekts (+fA).   
Das eigentliche +A dagegen kann nicht verlorengehen - höchstens der Glaube daran.  
 Schmerzzustände können aber auch bei „positiven Vorgängen“ auftreten (z.B. Geburtsschmerzen, Schmerzen bei sinnvollen Trennungen usw. ), die i.d.R. aber nur vorübergehend sind, nicht chronifizieren, sondern postive Folgen haben. (Dein Schmerz heute ist Deine Freiheit von morgen).

### Posttraumatische Belastungsstörungen

Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) entstehen:

• *Objektiv* durch Konfrontation mit dem Tod, durch ernsthafte Verletzungen, durch sexuellen Missbrauch, Vergewaltigung, gewalttätige Angriffe, Entführung, Terror, Krieg, Folterung, Gefangenschaft, Katastrophen, Unfälle oder die Diagnose einer lebensbedrohlichen Krankheit, die an der eigenen Person, aber auch an fremden Personen erlebt werden können - und  
• *Subjektiv* durch intensive Furcht, Hilflosigkeit oder Entsetzen. [Nach DSM-IV, 1996.]  
  
Es existieren hochdifferenzierte Behandlungskonzepte, die im Wesentlichen auf verhaltenstherapeutischer Grundlage aufbauen.[[510]](#footnote-510) Mir scheint jedoch aus zwei Gründen eine Erweiterung dieser Konzepte durch die Einbeziehung guter Spiritualität bzw. Religiosität sinnvoll:  
1. Man hat festgestellt, dass die Heilungschancen bei spirituell bzw. religiös eingestellten Menschen besser sind.[[511]](#footnote-511)  
2. Nirgendwo scheint mir die Täter-Opfer-Problematik und die Todesproblematik eine so große Rolle zu spielen, wie bei den PTBS, wobei ich glaube, dass diese Problematiken tief in die Existenz der Betroffenen (Absolutbereich) reichen und deshalb am besten auf guten Glaubensgrundlagen gelöst werden können. Warum? Wie auch die PTBS-Therapeuten annehmen, kann das Trauma am besten in einer sicheren und vertrauensvollen Beziehung zwischen Opfer und Therapeut aufgearbeitet werden.   
Die Täter sind i.d.R. nicht greifbar. Die Annahme eines gerechten und gegebenenfalls auch rächenden Gottes jedoch kann die Betroffenen mehr entlasten, als das einem Therapeuten möglich wäre. Eine Schwierigkeit besteht in der Regel auch darin, neben der Traumatisierung auch Schuldgefühle, die das Opfer wegen der verständlicherweise entstandenen Rache- und Aggressionstendenzen häufig hat, aufzulösen d.h. bestenfalls an eine „höhere Macht“ bzw. an Gott abzugeben. Anders gesagt, eine Schwierigkeit besteht dann darin, dass der Betroffene nicht nur Opfer ist, sondern sich oft potenziell als Täter sieht (und auch häufig wird) und beide Rollen von uns Menschen kaum befriedigend aufgelöst werden können, es sei denn, man nimmt eine über den Menschen bestehende Instanz an, die Gerechtigkeit an Tätern üben kann, wenn diese nicht bereuen und Vergebung zuspricht, wenn wir selbst zu Tätern geworden sind und wir unsere Taten bedauern.  
Ganz umfassend gesagt: Ziel ist es, dass sowohl alle Täter- als auch Opferanteile in uns gelöst werden.  
Was die anfangs genannte `Konfrontation mit dem Tod´ anbelangt - so ist es eine Glaubensfrage, ob dieser das Letzte ist oder nicht. Warum sollte ich dem Betroffenen einen negativen oder keinen Glauben vermitteln, wenn es mindestens ebenso viele (m.E. noch mehr) Gründe für ein Weiterleben nach dem Tod gibt? Warum sollte ich einem Betroffenen nicht einen Glauben versuchen zu vermitteln, der eine befreiende und erlösende Möglichkeit darstellt?[[512]](#footnote-512)

### Kommunikationsstörungen

Siehe [System- und Beziehungsstörungen](#_Personale_System-_und) in `Metapsychiatrie´.

### ADHS

Einige sehr kurze Bemerkungen.

Man weiß, dass in unserem Gehirn Informationen nach Prioritäten selektiert werden und diese Funktionen bei ADHS nicht ausreichend funktionieren. Die Ursachen dafür sieht die gegenwärtige Forschung (meines Erachtens zu einseitig) in unterschiedlichsten neurobiologischen Störungen. Dabei bleibt in der Regel offen, ob diese Störungen primär oder Folgen psychogenen Ursachen sind. Mit der Theorie von [Inversionen fundamentaler Bedeutungen](#_2._Inversion_-) (wie Verwechslung absoluter, relativer und keiner Bedeutungen) lassen sich jedenfalls die Symptome des ADHS recht zwanglos erklären.  
   
Hypothese: Dem Kind fehlt ein Absolutes,[[513]](#footnote-513) das die Informationen nach Prioritäten selektieren kann. Entweder es hat mehrere [fremde Absolutheiten](#_Bildung_der_fremden) oder, was wahrscheinlicher ist, es hat kein Absolutes (kein personales Zentrum, kein eigentliches Selbst), sondern wird beherrscht durch eine Vielzahl relativer Bedeutungen, die seine Aufmerksamkeit schnell überfordern. Sozial entspricht das einem gesellschaftlich vorherrschenden [Relativismus](#_Absolutistisches_und_relativistisch), in dem es keine oder nur relative, inkonstante und schnell wechselnde Hierarchien gibt.Typisches Beispiel ist die gegenwärtige mediale Welt.[[514]](#footnote-514)  
  
Zur Therapie: Vermeide das Schwarz-weiß-Denken bezüglich einer möglichen Medikation!   
Wie bei anderen psychischen Erkrankungen auch, rate ich, Medikamente einzusetzen wie eine seelische Krücke. Sie heilen nicht, können aber die Betreffenden vor einem Zusammenbruch bewahren. D.h. konkret: wenn das kranke Kind oder die Familien überfordert ist und die Symptome nicht mehr kompensiert werden können, dann ist i.d.R. die Einnahme eines Medikaments sinnvoll. Dann aber sollte man die Dosis nicht so hoch wählen, dass die Symptome fast oder völlig kaschiert werden, sondern eine kompensierbare Restsymptomatik bestehen bleibt. Sonst nimmt man den Kindern die Möglichkeit, komplexe Fähigkeiten selbst zu entwickeln. (Siehe auch G. Hüther im Abschnitt `Problem Antipsychotika ´.)  
Es stehen gute Verhaltenstherapien zur Verfügung. Häufig streben diese jedoch zu einseitig eine Symptombeseitigung an. Die in dieser Arbeit vorgestellte `Primäre Psychotherapie´ enthält weitergehende Therapievorschläge. In der Regel ist eine begleitende Familientherapie zweckmäßig, nicht um eine Schuld bei den Eltern zu suchen, sondern um sie primär zu entlasten, zu stärken und eventuell ungünstige, auch sie überfordernde Einstellung zu versuchen zu ändern. Im Sinne der in dieser Arbeit geschilderten „[Primären Psychotherapie](#_`Primäre_Psychotherapie´)“ sind allerdings auch solche Änderungsversuche letztlich zweitrangig und einer unbedingten Akzeptanz aller Beteiligten untergeordnet.

### M. Alzheimer

Hypothese: Ich bin überzeugt, dass die psychische Desintegration der zerebralen Desintegration vorausgeht. Man weiß, dass seelische Traumata Gehirnveränderungen hervorrufen können. Nach meinen Erfahrungen sind seelische Traumata auch häufige Ursache für viele Demenzerkrankungen.   
Ältere Menschen sind ja zunehmend mit existenziellen Problemen (Sinnverlust, schwere Krankheiten, Tod von Angehörigen usw.) konfrontiert, die zwar i.d.R. nicht als seelische Traumata diagnostiziert werden, für den Betroffenen aber oft so erlebt werden.   
Neben diesen Traumata können auch andere psychische Überforderungen als negative nicht mehr zu kompensierende Absolutheiten erlebt werden, die der Betroffene vor seiner Erkrankung noch verarbeiten konnte, nun aber dazu nicht mehr imstande ist.   
In der Terminologie dieser Arbeit ist die ältere Person dann nicht mehr in der Lage, die +fA zu erreichen, die ‒fA abzuwehren und die innere Leere (0) zu füllen. [[515]](#footnote-515) Die fA brennnen aus weil sie von dem Betreffenden nicht mehr bedient werden können. Und mit ihnen erlischt dessen Geist. Sie brennen aus wie verlöschende Sterne und bleiben in den Gehirnen nur noch als tote Nervenzellen zurück.   
Jeder Mensch hat im Alltag schon erlebt, wie sein Denken und Erinnern durch bestimmte ungelöste Probleme blockiert wurde. Warum sollte dieser vorübergehende Mechanismus sich nicht ausweiten, chronifizieren und dann auch somatisieren können?   
Anzumerken ist, dass solche psychodynamischen Hypothesen auch deshalb nicht weiterverfolgt werden, weil man mit ihnen nichts verdienen kann, während andererseits mit der Pharmakotherapie der Demenz Milliarden verdient werden können.

### Sucht

Ich verweise auf das entsprechende Kapitel [Sucht](#_Sucht) im Teil `Metapsychiatrie´ und inbezug auf die Therapie auf das Konzept der anonymen Selbsthilfegruppen.

#### Sonstige

Ich nehme an, dass etlichen Krankheiten, bei denen keine primär organischen Veränderungen vorliegen, wie psychosomatische Erkrankungen insgesamt und/oder viele, bei denen `multifaktorielle´ Ursachen angegeben werden, wie Epilepsien, rheumatische Erkrankungen, Fibromyalgien, das `Chronisch fatigue Syndrom´, Migräne, irritables Colon, Morbus Crohn, Hypertonie, Asthma und vielleicht auch manche Karzinome usw. weniger genetische als prä- oder postnatale `geistig-psychische´ Verursachungen durch entsprechende fA/Es zugrunde liegen.

###### Wiederholungen zur Klarstellung

- Seelische Krankheit kann auch auf dem Weg des Versuches tieferer Lösungen auftreten, was mit dem Schlagwort `progressive Krankheit´ gemeint ist.   
- Die Annahme, der Gesunde handele richtiger als der Kranke oder sei gar der bessere Mensch, ist ein Irrtum.  
In christlichen Kreisen gibt es bezüglich des Zusammenhangs zwischen `Sünde´ und Krankheit nicht selten Missverständnisse, die vor allem durch entsprechende Stellen im Alten Testament entstanden sind. Insbesondere geht es um die Annahme, der Kranke müsse auch ein besonderer Sünder sein. Jesus hat diesem Irrtum widersprochen (z.B. in der Perikope von dem Blindgeborenen.) Ebenso kann man nicht automatisch beim Vorliegen von Wohlbefinden oder Gesundheit auf Gottesnähe oder Glaubensstärke, bzw. bei Leid oder Krankheit auf Gottesferne oder mangelnde Glaubensstärke rückschließen, obwohl indirekte Zusammenhänge schon bestehen, wie ich es versuche, in dieser Arbeit deutlich zu machen.

## Zur Antipsychiatrie

Die Liste der `Antipsychiater´ ist lang. Ich nenne hier die wichtigsten: Silvano Arieti, Franco Basagli, Fred Baughman, Ernest Becker, Clifford Whittingham Beers, Lauretta Bender, Richard Bentall, Peter Breggin, Paula Caplan, Ted Chabasinski, Judi Chamberlin, David Cooper, Lyn Duff, Michel Foucault, Jan Foudraine, Leonard Roy Frank, Erving Goffman, James Gottstein, Otto Gross, Jacques Lacan, R. D. Laing, Peter Lehmann, Theodore Lidz, Kate Millett, Loren Mosher, David Oaks, Elizabeth Packard, Sascha Scatter, David Smail, Thomas Szasz, Stephen Ticktin, Robert Whitaker. Einige ihrer Arbeiten habe ich im Literaturverzeichnis angegeben.   
Die `Antipsychiater´ hatten/ haben unterschiedliche Professionen und übten unterschiedliche Kritiken an der etablierten Psychiatrie, die von radikaler Ablehnung bis zu moderaten Verbesserungsvorschlägen reichen.   
Aus meiner Sicht hat die etablierte Psychiatrie zu ihrem eigenen Nachteil sinnvolle `antipsychiatrische´ Vorstellungen nicht integriert. Es ist bedauerlich, wenn in der Literatur Psychiatrie und Antipsychiatrie konträr gegenübergestellt werden. Deshalb würde ich statt von `Antipsychiatrie´ besser von `komplementärer Psychiatrie´ sprechen.

Psychopharmaka?

Siehe [Zum Einsatz von Psychopharmaka](#_E)_Notlösung_mit) im Teil `Psychotherapie´.

# M E T A P S Y C H O T H E R A P I E

|  |
| --- |
| Geist ist stärker als Materie. Glaube ist stärker als Wissen. Das Selbst ist stärker als das Ich allein. Gott ist stärker als der Mensch und seine Liebe stärker als der Tod. |

### Was bedeutet Metapsychotherapie

Metapsychotherapie bedeutet eine der Psychotherapie übergeordnete Theorie, die diese bestimmt, reflektiert und integriert.[[516]](#footnote-516)   
Zur Metapsychotherapie gehören alle für die Psyche nützlichen Erkenntnisse der Menschheit, wie sie verschiedenste Weltanschauungen (Religionen, Philosophien und Ideologien) und Wissenschaften vermitteln.[[517]](#footnote-517)   
Man kann auch sagen: Zur Metapsychotherapie gehören alle allgemeinen Lösungen (`Metalösungen´) für die wichtigsten (psychischen) Menschheitsprobleme (`Metaprobleme´).   
Metapsychotherapie bietet aber nicht nur Metalösungen an sich an, sondern soll optimale Lösungen in der Psychotherapie insgesamt ermöglichen.  
   
In diesem Kapitel gehe ich von folgenden Hypothesen aus:

1. Psyche und Verhalten des Menschen werden wesentlich durch seine Weltanschauungen bestimmt.

2. Die verschiedenen Weltanschauungen bestimmen auch die verschiedenen Psychotherapierichtungen und die jeweiligen Therapeuten. Das heißt, hinter jeder Psychotherapie steckt eine sie bestimmende Weltanschauung/ Philosophie und die Weltanschauung des jeweiligen Psychotherapeuten wird seine Therapie wesentlich bestimmen.  
  
Damit hängt die Frage zusammen, welche Vor- und Nachteile die verschiedenen Weltanschauungen für die Psychotherapie haben, die auch diskutiert werden wird.[[518]](#footnote-518)  
Ich beschränke mich in dieser Arbeit auf die Besprechung wichtigster Weltanschauungen, weil ich sie für unser Thema am wichtigsten halte.[[519]](#footnote-519)  
Milliarden von Menschen haben den einen oder anderen Glauben und ich halte es deshalb für sinnvoll, den möglichen Nutzen oder Schaden dieser Anschauungen auf unsere Psychen zu reflektieren. Das kann im Rahmen dieser Arbeit, bei dem riesigen Umfang dieser Themen und meinen nur bedingten Kenntnissen nur ganz kurz und subjektiv sein, aber hoffentlich zu einer konstruktiven Diskussion anregen. Zu diesem Thema gibt es im deutschen Sprachraum erstaunlich wenige Veröffentlichungen. Wahrscheinlich, weil die dem Wissenschafts-Zeitgeist entsprechenden sogenannten evidenzbasierten Therapien weitgehend dominieren.   
Sie sind nicht unumstritten.[[520]](#footnote-520)  
J. Wiltschko etwa kritisiert sie hart. Unter der Überschrift „Was ist evidenzbasierte Psychotherapie?“ führt er aus:[[521]](#footnote-521) „Wichtigste Bestandteile der Psychotherapie verkommen in RCTs [randomisierten kontrollierten Studien] zu einer Ansammlung von Störvariablen, die idealerweise durch Manualisierung kontrolliert werden müssen ...“ Und: „Die Forderung nach Evidenzbasierung ist das gegenwärtige Endprodukt eines Prozesses, der in einer gesamtgesellschaftlichen Entwicklung begründet liegt.“[[522]](#footnote-522)   
Diese beruht, wie schon mehrfach betont, vor allem auf einer materialistischen Sicht, die vor allem für psychologische Fragen wenig geeignet ist. Wir kommen als Therapeuten in Gefahr, wie die Pharisäer im Alten Testament, den „Buchstaben“ über den Geist zu setzen - obwohl der Buchstabe alleine tötet und der Geist befreit.[[523]](#footnote-523) Wenig hat Jesus so sehr kritisiert, wie einen solchen pharisäischen Geist. Ich hoffe jedenfalls, etwas polemisch gesagt, dass wir Psychotherapeuten in einigen Jahren nicht, wie die Pharisäer damals, Hunderte von Vorschriften einhalten müssen, weil es RCT-ergebnisse fordern.[[524]](#footnote-524) Es droht eine Therapie nach Vorschrift, die ähnliche Auswirkungen wie ein `Dienst nach Vorschrift´ hätte.   
Unter der Überschrift „Evidenzbasiert trösten?“ schreibt Dunja Voos: „Viele Patienten mit psychischem Leid suchen nach Trost, Unterstützung, nach einem Sinn im Leben, nach einer vertrauensvollen Beziehung und nach Geborgenheit … Ein Kind, das weint und traurig ist, lässt sich von seiner Mutter oder seinem Vater in den Arm nehmen und trösten. … Die Eltern können trösten - und sie tun es nicht nach evidenzbasierten Methoden, sondern mit Gefühl.“[[525]](#footnote-525) Man könnte auch sagen, die Eltern tun es aus Liebe (die sich auch nicht „evidenzbasieren“ lässt.) Eine Therapie, die diese Bedürfnisse nicht befriedigt, erscheint mir im wahrsten Sinn des Wortes trostlos. So auch die S. Freuds, wenn er feststellt:„ …ich beuge mich [der Mitmenschen] Vorwurf, daß ich ihnen keinen Trost zu bringen weiß, denn das verlangen sie im Grunde alle, die wildesten Revolutionäre nicht weniger leidenschaftlich als die bravsten Frommgläubigen.“[[526]](#footnote-526)  
Ich glaube, dass die Leitlinien einer evidenzbasierten Medizin sehr wertvoll sind, solange sie nur auf Fächer angewendet werden, die einer wissenschaftlichen Sicht zugänglich sind.[[527]](#footnote-527) Das trifft auf die Psychiatrie nur teilweise zu. Offiziell dienen sie nur als Orientierung. Andererseits stellt sich die Frage, wer es wagen würde, von den Expertenmeinungen abzuweichen, zumal im Falle eines Misserfolgs, juristische Konsequenzen drohten, was beim Befolgen der Leitlinien nicht der Fall wäre. Sie sind aus meiner Sicht vor allem zu wenig offen für andere Perspektiven und dadurch zu einseitig.  
Einseitigkeiten jedoch bleiben nicht ohne Folgen. So wie jedes Extrem sein Gegenteil fördert, so fördert auch eine einseitig wissenschaftsorientierte Psychotherapie den gegenwärtigen unkontrollierten Psychoboom. So gibt es laut `Focus´ in Deutschland etwa 10.000 Heiler und ca. 500.000 Reiki-Meister.[[528]](#footnote-528)  
 Was kennzeichnet eine gute Metapsychotherapie?

Die absolute Pespektive

Eine gute Metapsychotherapie sollte eine freie Wahl der verschiedenen Psychotherapien, je nach Mensch und Problem, ermöglichen und neue, alternative Methoden zulassen oder gar fördern. Wohl jede Psychotherapieschule spricht wichtige Wahrheiten aus, kommt aber ohne metatherapeutische Sicht an ihre jeweiligen Grenzen. Eine gute Metapsychotherapie jedoch wird auch dann noch weiterhelfen, wenn konkrete psychotherapeutische Maßnahmen versagen. Sie kann aus einer größeren Perspektive die richtigen Relationen herstellen und vordergründige, wenig nachhaltige Therapien vermeiden. Wir verhindern Lösungen, wenn wir den Bezugsrahmen zu eng ziehen. So auch, wenn wir den Lösungsrahmen nur um das Beweisbare ziehen. Wir installieren dann nur eine geschlossene Kiste, in der wir gefangen sind und manche Lösung nicht finden können, weil eine größere Perspektive nicht eröffnet wird.[[529]](#footnote-529)|So erscheinen manche Therapiestrategien wie von der Pharmaindustrie herausgegebene Krankheitsvernichtungspläne.   
Metapsychotherapie bedeutet für mich: von oben/ vom Himmel/ von der höchsten Metaebene her mit der größten Übersicht mit Respekt für die Würde des Menschen zu behandeln.   
Nach Spinoza und Anderen [[530]](#footnote-530) ist es eine Perspektive von der Ewigkeit her („sub specie aeternitatis“). Ich bin der Meinung aus dieser Perspektive entscheidet man manches anders - mehr noch: am besten, wenn der absolute „Bezugspunkt“ stimmt. Welcher das sein könnte, davon werden weitere Abschnitte handeln. Zunächst möchte ich ihn hier nur ganz allgemein +A bzw. „Liebe“ nennen.  
  
Es geht in der Metapsychotherapie v.a. um folgende Fragen?  
Welches ist die stärkste Definition der Person? Was geht uns unbedingt an?   
Welche Weltanschauung vermittelt die meiste Liebe? Was ist der absolute Bezugspunkt/(-system),[[531]](#footnote-531) der uns diese vermittelt? Anders formuliert: Was ist das positive Absolute (+A)? Welche Bezugspunkte können zerstört werden oder machen uns das Leben zu schwer? Welche Bezugspunkte führen zu keinen oder nur zu zweitrangigen Lösungen?  
Diesen Fragen wollen wir in diesen Kapiteln nachgehen. Wieder sei betont, dass die Antworten darauf nur glaubwürdig, aber nicht beweisbar sind.[[532]](#footnote-532)

### Grundprobleme

Man kann fundamentale Grundprobleme so formulieren:[[533]](#footnote-533)  
Wir wollen das Absolute – haben aber nur relativ viel Kraft. Wir sehnen uns danach, dass wir und unsere Welt ganz positiv sind, erleben aber unsere und deren Fehler und Defizite.   
Wir sehnen uns nach Erlösung - sind aber unerlöst; Wir sehnen uns nach Unsterblichkeit - sind aber sterblich. Wir sehnen uns nach unbeschränkter Lust - haben diese aber nur zeit- oder teilweise. Wir möchten um unserer selbst willen geliebt zu werden - werden aber oft nur um unserer Leistungen willen geliebt. Wir sehnen uns nach Freiheit und Allmacht - sind aber öfter gefangen und ohnmächtig. Wir sehnen uns nach Gemeinschaft und Frieden - sind aber im Letzten mutterseelenallein oder im Unfrieden usw.   
Aus christlicher Perspektive kann man sagen: Einst im Paradies waren unsere Sehnsüchte erfüllt, wir aber haben das Paradies verlassen und müssen nun in dieser zwiespältigen Welt leben. Wir sind auf Gott und seine bedingungslose Liebe hin angelegt, aber das reicht uns nicht und wir sind auf Götzen hereingefallen, die uns nur Ersatzliebe geben.   
Alle die genannten existenziell empfundenen Probleme sind zwar durch Gott/ Jesus (das +Absolute) prinzipiell (nicht total) gelöst - aber: Das Relative ist greifbar, messbar und sichtbar - das +Absolute nicht, und fremde Absolutheiten (+fA) haben nur kurzfristig mehr Attraktivität und einen hohen Preis: das eigentliche Ich-Selbst, wird dann dem Ersatz-Selbst (etwa einer verabsolutierten Rolle bzw. Leistung) geopfert. Die Paradoxie besteht dann darin, dass die Person (P) das Ungünstigere für das Günstige und das Günstigere für das Ungünstige hält.  
Frage: lassen sich alle relativen Probleme auf fundamentale Probleme - also auf Inversionsfolgen zurückführen? Ich denke ja.

Systematisiert unterscheide ich folgende Grundprobleme:   
• Probleme der Dimensionen:  
- Der Mensch zwischen dem eigentlichen +A und ‒A (das absolute existenzielle Grundproblem).  
- Die Probleme zwischen diesen eigentlichen A und den Es/fA.  
- Die Probleme zwischen verschiedenen Es/fA.  
- Die Probleme innerhalb verschiedener Es/fA.  
Hier kann man - den `7 Synonymen des Absoluten´ folgend - weiter unterscheiden:  
Existenzielle Probleme der Identität (a2), der Wirklichkeit (a3), der Einheit und Integrität (a4), der Unbedingtheit (a5), der Prioritäten (a6) und Probleme der Autonomie (a7).  
• Probleme in den Differenzierungsbereichen:  
Für die 4 Hauptdifferenzierungsaspekte stehen folgende Grundprobleme:  
1. Existenzielle Probleme des Seins (Sein oder Nichtsein oder `Kontra-Sein´).   
2. Existenzielle Probleme des Lebens (Leben oder Tod oder `Kontra-Leben´, wie `destrudo´).  
3. Existenzielle qualitative Probleme (gut /schlecht, böse/ falsch; bzw. positiv/ negativ/ 0).   
4. Existenzielles Problem Subjekt oder Objekt zu sein (z.B. Täter/ Opfer; Person/ Ding).  
 Für die 23 Einzelaspekte bestehen Probleme entsprechend deren jewieligem Thema.  
Immer geht es dabei um die Frage, ob das entsprechende Problem für den Betreffenden von relativer oder absoluter/ existenzieller Bedeutung ist.   
  
Im Folgenden möchte ich allgemein über die Theorie von Lösungen reflektieren.   
Danach, was die üblichen Weltanschauungen an Lösungsmöglichkeiten zeigen und welche Konsequenzen sich daraus für die Psychotherapie ergeben.

### Lösungen

„Jede Veränderung beginnt mit dem Geist, der sie trägt.“ (Jochen Pohl)

Hypothesen:  
• Ich gehe davon aus, dass durch ein positives Absolutes (+A) letztlich (!) alles gelöst (erlöst) werden kann (außer −A).  
• Diese Absolut-Lösung umfasst auch alle Relativ-Lösungen, benötigt diese aber nicht unbedingt.  
• Relative Lösungen sind erstrangig, wenn sie in +A eingebettet sind. Lösungen, die von einem anderen Absoluten ausgehen, sind zweitrangige Lösungen.  
• Relativ genommene Probleme können manchmal innerhalb desselben (relativen) Systems gelöst werden, während absolut genommene Probleme nur von +A aus gelöst werden können.[[534]](#footnote-534) Auch: Relative Probleme können mit relativen Mitteln nur relativ gut gelöst werden. Probleme des Absolutbereiches können mit relativen Mitteln nicht gelöst werden.  
  
Obwohl von Friedrich Nietzsche bis Paul Watzlawick und anderen die Bedeutung von Metapositionen bzw. Prämissen für Lösungen ähnlich gesehen wird,[[535]](#footnote-535) ist es umso erstaunlicher, dass diesen von psychiatrischer und psychotherapeutischer Seite aus so wenig Bedeutung zugemessen wird.

#### Erstrangige Lösungen

Erlösung ist umsonst,   
 Lösungen werden erarbeitet.  
 Erlöst findet man die besten Lösungen.

Synonym: Lösungen 1. Ordnung.  
  
Ich unterscheide:  
• Eine erstrangige absolute Lösung = unbedingte absolute Lösung = **Erlösung**.   
Sie ist primär eine spirituelle/ „Liebes“-Lösung. Sie ist keine totale, aber eine fundamentale Lösung.[[536]](#footnote-536)

Sie hat zwei Anteile:  
a) Erlösung durch +A (Gott).  
Diese Lösung umfasst und integriert alle anderen Lösungen, selbst die zweitrangigen.  
Sie löst auch alle Dilemmata und Paradoxien auf.[[537]](#footnote-537)  
b) Sie besteht in der +A-Wahl des Menschen = der Mensch will prinzipiell das Gute `[Primärtugend](Primär-_und_Sekundärtugenden#_)´, `[absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle)´).   
Sonst sind wir Menschen (bis auf diese „Absolutwahl“) nur zu relativen Lösungen im Stande.   
 D.h. auch: Kein Mensch kann (und muss nicht) sich selbst oder andere Menschen erlösen.  
• Viele erstrangige relative Lösungen = Lösungen, die in +A integriert sind = `bedingte absolute Lösungen´. Erstrangige relative Lösungen können auch materielle Vollzüge haben, sie bauen dann aber auf dem +A auf. Relative Probleme können mit +A oder in einem übergeordneten relativen System gelöst werden.   
„Erlösung", die mit einem Muss beginnt, ist keine Erlösung, höchstens eine Notlösung.   
  
Kennzeichen erstrangiger Lösungen (Lösungen 1. Ordnung):  
• Sie sind eingebettet in eine absolute Lösung/ Perspektive. (→ [absolute Perspektive](#_Die_absolute_Pespektive)).   
• Freiheit: Ich muss das Problem nicht unbedingt lösen - wie ich auch sonst nichts unbedingt  
 muss!  
• Die Lösung geht nicht auf Kosten anderer Menschen.  
• Erstrangige Lösungen sind besser als zweitrangige Lösungen.  
Warum? Sie kosten weniger Kraft, sind eleganter, stimmiger.  
Auch wenn diese Lösungen aus einer übergeordneten, quasi Metaebene bzw. Absolutebene nicht automatisch zu einer totalen, aber zu einer prinzipiellen Lösung führen, so wäre damit doch der Entstehung von Störungen, die den Absolutbereich der Person, das Selbst, betreffen, die wichtigste Grundlage entzogen. Das wiederum hieße, dass **beim Glauben an ein positives Absolutes, das ich persönlich Gott nenne, von vornherein alle irdischen Probleme nur eine relative Bedeutung hätten und die Person in ihrer existenziellen (geistigen) Grundlage nicht zerstört werden könnte.** Das +A wirkt zudem nicht nur allumfassend lösend oder erlösend, sondern stellt zugleich die optimale Basis für spezielle, relative Lösungen dar.   
Fremde positive Absoluta dagegen sind im besten Falle suboptimal, im schlimmsten Fall überwiegend negativ - in jedem Fall aber ungünstiger als das +A.   
Relative Lösungen sind oft unzureichend, weil ihnen eine übergeordnete Metaebene fehlt.  
Analog dazu Bertrand Russel und Alfred Whitehead in ihrer Theorie der logischen Typenlehre. Diese besagt: „Dass, was immer die Gesamtheit einer Klasse (Menge) betrifft, nicht selbst Teil dieser Klasse sein darf.“ Ähnliches sagen die Unvollständigkeitssätze von K. Gödel: 1. dass es in hinreichend starken widerspruchsfreien Systemen immer unbeweisbare Aussagen gibt und 2. dass hinreichend starke widerspruchsfreie Systeme ihre eigene Widerspruchsfreiheit nicht beweisen können.[[538]](#footnote-538) Anders formuliert: Lösungen von Ungelöstheiten/ Widersprüchen in einem System sind nur bis zu einem bestimmten Punkt mit den Mitteln dieses Systems möglich und ab einem bestimmten Punkt erst von einem übergeordneten System /Ebene aus möglich. Für den Begriff `System´ kann alles stehen, was systemischen Charakter hat, also beispielsweise Welt , Wirklichkeit, Mensch, Psyche , Beziehungen usw.  
[Wenn ich später symptomatische und ursächliche Therapien gegenüberstelle, so ist das eine etwas andere Betrachtungsweise, die sich mit dieser aber überschneidet. Schon jetzt sei gesagt, dass eine symptomatische Therapie durchaus auch eine erstrangige sein kann - dann aber nur eine relative.  
In der deutschen Langfassung habe ich mehr über `Problemhierarchien und Lösungshierarchien´ geschrieben.]

#### Zweitrangige Lösungen

Synonyme für zweitrangige Lösungen: Notlösungen, Schein-, Ersatzlösungen, Lösungen 2. Ordnung oder 2. Lösungen.  
Zweitrangige Lösungen haben ein fremdes Absolutes (fA) zur Grundlage. (→ [Notlösungen](#_Notlösungen)).   
Diese Lösungen sind keineswegs die schlechten, aber gegenüber den erstrangigen Lösungen eben zweitrangig. Je mehr das fremde Absolute, dem die zweitrangige Lösung entstammt, dem eigentlichen Absoluten entspricht, umso besser wird die 2. Lösung sein. Die zweitrangigen Lösungen reichen also vom Suboptimalen bis zum Ungelösten +1. Man kann auch formulieren: die zweitrangigen Lösungen sind weder ganz richtig noch ganz falsch.   
Aber selbst die besten +fA bleiben in ihren positiven Auswirkungen weit hinter den +A zurück, denn **die genannten existenziellen Grundprobleme bleiben bestehen.**  
Zweitrangige Lösungen sind entweder „absolutistisch“ oder relativistisch oder negativistisch.   
Ist die Lösung absolutistisch entstehen vor allem Hyper-Folgen, durch relativistische Lösungen entstehen v.a. fehlerhafte Folgen und durch nihilistische Lösungen v.a. Verluste an erstrangiger Wirklichkeit. Zweitrangige Lösungen haben also Hyper-/ Fehl-/ oder Mangel-Folgen z.B. Hyper-/ Fehl-/ Verlust an: Absolutheit, Identität, Wirklichkeit, Einheit, Sicherheit, Freiheit usw.

Vor- und Nachteile

„Vorteil“ zweitrangiger Lösungen: Möglichkeit der Entstehung von +Hyper-Folgen, z.B. `Kick´.  
„Nachteil“ erstrangiger Lösungen: kein Entstehen von +Hyper-Folgen.

#### Weiteres zu Lösungen

Gehen wir noch einmal von einer Inversion aus, dann stellt sich die Situation so dar:  
Relatives dringt in den Absolutbereich ein und wird Scheinabsolutes und fremdes Selbst.   
Wie erwähnt, ist das +Absolute das Gelöste und Erlösende - das Relative hingegen als Abhängiges ist in sich relativ ungelöst. Wenn nun Relatives in den Absolutbereich der Person eindringt und sich an die Stelle des Absoluten setzt, dann wird an dieser zentralen Stelle, ein ungelöster Komplex (= `Es´) entstehen. Dieser wird uns solange bestimmen, bis er gelöst oder zumindest relativiert wird. Lebt die Person von einer +Absolutpositon, also vom eigentlichen Selbst aus, wird der Komplex gelöst, zumindest relativiert, also entschärft. Das +Absolute ist so zwar kein Totallöser, aber ein prinzipieller Löser und Befreier. Bleibt ein relatives Problem in diesen Fällen ungelöst, so wirkt es auch oft negativ, bestimmt uns aber nicht. Wir stehen darüber. Solange aber ein Problem im Absolutbereich bleibt, kann es ohne Hilfe des +Absoluten nicht endgültig gelöst werden. Wohl aber kann es scheingelöst, etwa verdrängt werden. Wie diese ungelösten Komplexe wirken, hängt von ihrer Art ab. Im Kapitel über die Wirkungen der Fremd-Selbsts sind diese besprochen. Wie gesagt, werden seelische Krankheiten als wesentliche Folge der Wirkung dieser Ungelöstheiten gesehen.  
Metalösung = Erlösung, das heißt schon jetzt und immer erlöst zu sein, wenn man das will - nicht erst dann, wenn man diese oder jene Vorbedingungen erfüllt hat. Also ganz einfach indem man sich „von oben” lieben lässt. Die Person wird dann optimal entlastet, weil im Zentrum keine Forderung an sie steht.  
**Die Erlösung ist wichtiger als die Lösung** und:   
Durch die Erlösung werden auch die Lösungen wesentlich wahrscheinlicher.

[Beispiel: Lösung des Allmende-Problems[[539]](#footnote-539) ist meines Erachtens nur aus einer absoluten Perspektive (+A) möglich. Mehr siehe ungekürzte Fassung.]

Ist die eigentliche Lösung leicht oder schwer zu erreichen?  
Wenn C. G. Jung meint: „Jede wirkliche Lösung wird nur durch intensives Leiden gefunden“[[540]](#footnote-540), so gilt das nur für Lösungen auf der Basis fremder Absolutheiten (fA), denn die eigentliche `Absolutlösung´ (Erlösung) ist, wie gesagt, schon getan, wenn der Betreffende sie will. (→ `[Wahlabsolutes](#_Die_absolute,_existenzielle)´).  
So leicht die absolute Lösung also auch ist, so schwer ist es andererseits auf die Vorteile der fremden Absolutheiten zu verzichten und etwas zu relativieren, das für uns absolute Bedeutung hat und das wir mehr schätzen als uns selbst.[[541]](#footnote-541) (→ [Widerstand](#_Widerstand)). Aber wir *müssen* die fremden Absolutheiten auch nicht relativieren, obwohl wir dann einen Preis bezahlen. Wir können es höchstens (mit Entzugssymptomen) teilweise - dann am besten und am leichtesten, wenn wir Gott die Absolutlösung überlassen.[[542]](#footnote-542) Dann bekommt das Selbst eine absolute und alles andere nur eine relative Bedeutung.

Stichworte zu Lösungen

- Das Lebendige ist wichtiger als das Funktionelle.  
- Materielle/ organische Störungen lassen sich am besten mit materiellen Mitteln beheben, die in +A ruhen - geistig-seelische am besten mit geistig-seelischen Mitteln, die in +A ruhen.  
- Nicht den Patienten an die Therapiemethode, sondern die Therapiemethode an den Patienten anpassen - aber der Wunsch des Patienten ist auch nicht letzte Instanz.  
- Zur existenziellen Frage: „Bin ich oder muss ich erst werden?“ Antwort: „Du bist, versuche auch zu werden!“  
- Der Schlüssel, um die Türen der geschlossenen zweitrangigen Welten zu öffnen, kann häufig nicht ein Schlüssel 2. Ordnung sein, also von WPI² selbst stammen, sondern muss dann ein Schlüssel 1. Ordnung sein, quasi ein Metaschlüssel, ein spiritueller Schlüssel der letztlich nicht im Wissen gefunden werden kann (denn Wissen ist relativ), sondern eher im Glauben, der einen Zugang zum Absoluten hat. (Das stellt keinen Gegensatz von Wissen und Glauben dar, sondern ist eine Prioritätsfrage.)[[543]](#footnote-543)  
[Problemhierarchien und Lösungshierarchien siehe ungekürzte Fassung.]

Weitere Stichworte:  
Erlösung ist wichtiger als Lösungen. Erlöst findet man am leichtesten Lösungen. Wenn keine Lösung möglich ist, ist die wichtigere und einfachere *Erlösung* immer noch möglich:  
Irdische Unfreiheiten werden durch geistige Freiheit kompensiert, irdische Widersprüchlichkeiten werden durch geistige Erlösung aufgelöst usw. Ähnlich argumentiert auch Paul Watzlawick, „der jede Botschaft in Inhalts- und Beziehungsebene unterteilt. Er verortet viele Störungen der alltäglichen menschlichen Kommunikation (insbesondere bei Paaren) auf die Beziehungsebene und sieht Metakommunikation als Lösung an, diese aufzulösen.“[[544]](#footnote-544) Oder Sokrates: Bedenke, dass dieses irdische Leben nicht das letzte ist und dass es hier nicht so drauf ankommt, dann wirst du im Glück nicht manisch und im Unglück nicht depressiv.[[545]](#footnote-545) Aus welchem anderen Grund sonst könnten Menschen trotz existenziell bedrohlicher Situationen eine Befreiung erleben?  
Weiteres zu [ursächliche Therapien](#_Ursächliche_Therapien) und [Notlösungen](#_Notlösungen) siehe im Teil Psychotherapie.

##### Vergleich mit Lösungen anderer Autoren

• **P. Watzlawick** et al. unterscheiden folgende Lösungen:[[546]](#footnote-546)  
- Lösungen 1. Ordnung:  
„Hierbei bleibt das nichtfunktionierende System sich selbst überlassen; für die Problemlösung werden ausschließlich systeminterne Mittel in Betracht gezogen ... Somit werden bei Lösungsversuchen 1. Ordnung nur einzelne problematische Elemente `repariert´ bzw. verschoben ... Von außen betrachtet hat sie aber zu keiner Lösung des eigentlichen Problems geführt, sondern bloß eine Problemverschiebung bzw. eine Verschlechterung der Ausgangssituation herbeigeführt. Lösungen 1. Ordnung sind also höchstens kurzzeitig anwendbar ...”  
*Kommentar*: Diese Lösungen 1. Ordnung entsprechen im Wesentlichen denen, die ich zweitrangige Lösungen genannt habe.  
- Lösungen 2. Ordnung:   
„… um ein Problem dauerhaft zu beseitigen, ist es daher ratsam, eine Lösung 2. Ordnung zu suchen. In diesem Fall bleibt das `kranke System´ nicht mehr sich selbst überlassen, sondern es kann zusätzlich von außen ... in das System eingegriffen werden. Im Gegensatz zu Lösungen 1. Ordnung können so auch die Beziehungen zwischen den Elementen objektiver beurteilt und analysiert werden. Die Behebung des Problems erfordert nämlich eine Umstrukturierung des gesamten Systems ...”  
*Kommentar*: Diese Lösungen 2. Ordnung nenne ich Lösungen 1. Ordnung - also zu versuchen, ungelöste Probleme von einer Metaebene aus zu lösen. Die Autoren heben dabei allerdings nicht auf ein (positives) Absolutes ab.   
  
• Parallelen zur **Psychoanalyse**: Ich sehe die wesentliche therapeutische Wirkung der Psychoanalyse darin, ass alle verdrängten, weil zu peinlichen, „Komplexe“ bewusst gemacht und als zum Menschsein dazugehörig angesehen werden und so der Betroffene mit allen Schattenseiten angenommen wird. Der Psychoanalytiker nimmt so in der Praxis eine liebevolle Metaposition ein, obwohl S. Freud theoretisch andere Positionen vertritt. Es scheint ihm „nicht im Plan der Schöpfung vorgesehen" zu sein, dass die Menschen glücklich seien. An Möglichkeiten, Leid abzuwehren, nennt er, außer krankmachender Triebtötung, die triebbeherrschende Sublimierung, die jedoch nur wenigen erreichbar ist; die Kunst (als „milde Narkose"); die Religion (als „kollektiver Wahn") und schließlich - als „schwächste" Form - die Liebe: „Niemals sind wir ungeschützter gegen das Leiden, als wenn wir lieben...“[[547]](#footnote-547) Das trifft m.E. nur auf die zweitrangige Liebe, die `Libido´, nicht auf die erstrangige Liebe zu, die im Gegensatz dazu die stärkste Kraft gegen das Leiden ist. Die Möglichkeit eines Schutzes durch ein übergeordnetes Positives, durch eine `positive Metaposition´, wie er sie ja selbst auch praktiziert hat, nennt er nicht.  
  
Auf die Dialektik, die auch Aussagen über die Lösung von Gegensätzen macht, kann ich hier nicht näher eingehen. Es gibt dazu eine umfangreiche Literatur. Soweit ich diese kenne, werden dabei aber fast nur zweitrangige Lösungen berücksichtigt.[[548]](#footnote-548)

##### Was ist das Beste für die Psyche?

„Was aber die Liebe gibt und der Geist, das läßt sich nicht erzwingen.“  
 (F. Hölderlin)

Ich glaube, wir Menschen benötigen beides: wissenschaftlich fundierte und aus dem Glauben kommende Hilfen. Aber selbst wenn das gewährleistet ist, bleibt die therapeutische Situation noch schwierig. Auch wenn man davon ausgeht, dass alle Helfer nur das Beste für ihre Klienten wollen, so stellt sich überhaupt die Frage, was das Beste eigentlich ist.

• Ist das subjektiv empfundene Beste auch das objektiv Beste?

Besteht das Beste darin, die subjektiven Bedürfnisse der Patienten zu befriedigen? Das wird in den Fällen falsch sein, wo die Befriedigung der Bedürfnisse dem Patienten schadet, wo es sich um künstliche, manipulierte Bedürfnisse und ihre Befriedigung geht und nicht um eigentliche, die vor allem langfristig nützen, deren Erreichung aber häufig mit negativen Gefühlen oder gar Leid verbunden ist und denen wir meist [Widerstand](#_Widerstand) entgegensetzen.   
• Ähnlich ist es auch mit dem häufigen Rat, der Betroffene möge sich Gutes tun. Aber das langfristig Gute kann gerade darin bestehen, sinnvolle Auseinandersetzungen und Krisen, die oft mit Leid verbunden sind, versuchen zu bestehen.   
• Auch das Therapieziel von Symptombeseitigung oder selbst das von Gesundheit, wie an anderer Stelle ausführlicher dargestellt, ist nicht eindeutig positiv: Man kann durch die Beseitigung eines Symptoms, so sinnvoll dies in Akutsituationen ist, langfristig deren Verursachungen kaschieren und so bleibende Störungen bewirken, die sich auch nicht nur als Krankheiten und auch nicht nur bei den Betreffenden selber äußern müssen, denn man kann Symptomfreiheit auch auf Kosten anderer Menschen oder anderer Lebensbereiche herstellen.  
 (Ich denke an eine 39 jährige Pat. mit Ca, der man, den Leitlinien folgend, mitteilte, sie müsse 10 Jahre lang halbjährlich zu Kontrolluntersuchungen, weil das statistisch die größten Heilungschancen biete. Frage: was hat diese Frau davon, wenn sie tatsächlich einige Jahre länger lebt, aber 20 Krebsnachuntersuchungen über sich ergehen lassen muss, die i.d.R. von wochenlangen schweren Ängsten begleitet sind?).  
• Lebensverlängerung um jeden Preis? Ist das Beste ein langes Leben? Es kann furchtbar sein. Besonders fragwürdig scheint es, unheilbar kranke Menschen gegen ihren wiederholten und prinzipiellen Willen zum Weiterleben zu zwingen.[[549]](#footnote-549)  
• Ist das Beste die Vernunft? Ist es nicht langweilig und auch unmöglich nur vernünftig zu sein?  
• Gelassenheit? Ist es nicht besser für uns, wenn wir auch nicht gelassen sein dürfen und das wird immer wieder der Fall sein? Sind wir nicht in einem höheren Maße gelassen, wenn wir auch nicht gelassen sein dürfen?  
• Authentizität? Sind wir nicht in einem höheren Maße authentisch, wenn wir auch dann wir selbst bleiben, wenn wir nicht authentisch sind?  
• Erfolg? Aber sind wir nicht zum Erfolg verdammt, wenn wir keine Misserfolge haben dürfen?  
• Achtsamkeit? Aber übertriebene Achtsamkeit führt zu Unachtsamkeit.  
• Objektivität? Aber ist nicht unsere Objektivität dann am größten, wenn sie Subjektivität mit umfasst?  
Die Reihe lässt sich beliebig fortsetzen. Im besten Fall sind diese Ziele suboptimal. Denn sie sind alle an Vorbedingungen geknüpft, die wir nur manchmal oder nur teilweise erfüllen können. Die Frage, was das Beste für den Menschen, für seine Seele ist, bleibt. Man kann auch fragen:

Was ist das positive Absolute?

Wie sollte der beste Geist, die beste Geisteshaltung (Philosophie, Religion usw.), kurz: wie sollte ein positives Absolutes (+A) sein? Das ist Glaubenssache. Ich glaube:

Das +A sollte absolut positiv sein: allmächtig, ewig, absolut gut, sodass man sich ihm ganz anvertrauen kann.   
Das +A sollte v.a. liebevoll sein und die Liebe von keinerlei Vorbedingungen abhängig machen.  
Das +A sollte jeden Menschen um seiner selbst willen lieben, (aber nicht unbedingt das lieben, was er tut).  
Das +A sollte umsonst sein - und nicht wie die Ideologien und manche Weltanschauungen einen Preis verlangen.   
Das +A sollte jedem Menschen unbedingte Würde, Wert und Selbstbestimmungsrecht geben.  
Das +A sollte optimistisch und realistisch zugleich sein.   
Das +A sollte den Menschen helfen/ dienen und sie nicht beherrschen, sondern sie zu sich erhöhen.   
Das +A müsste immer stimmen.  
Das +A sollte bedingungslos und jedermann zugänglich sein - also nicht nur den Klugen, Starken und Guten, sondern, vielleicht mehr noch, weil sie es nötiger haben, den Einfachen, Schwachen und Bösen.  
Das +A sollte jedem Menschen die Abwahlmöglichkeit eines jeden Absoluten, so auch die Abwahl Gottes selbst, geben und so in dieser freien Absolutwahl den Menschen selbst eine absolute Position geben.  
Das +A sollte stärker sein als die Menschen selbst.  
Das +A sollte den Menschen in ihrer Not beistehen, ohne sie zu entmündigen oder ohne ihnen ihre Verantwortung abzunehmen.   
Das +A sollte alles verzeihen, wenn Derjenige das will.   
Das +A sollte die Menschen orientieren, aber nicht dirigieren.  
Das +A sollte den Menschen einen Sinn geben, der nicht verlorengehen kann.  
Das +A sollte nicht manipulierbar sein, sondern souverän.   
Das +A sollte alle irdischen Probleme relativieren und dadurch ihre Lösung erleichtern.   
Das +A sollte alle Not wenden können, sodass wir nichts anderes notwendig benötigten.   
Das +A sollte den Menschen Hoffnung in jeder Lebenslage, so auch über den Tod hinaus, geben, ohne sie aufs Jenseits zu vertrösten.   
Das +A sollte mit den Menschen mitleiden können und uns trösten, wie einen die beste Mutter trösten kann.  
Das +A sollte den Menschen vor allem Freiheit und Freude geben und sie entlasten, aber nicht alles abnehmen, wenn sie dadurch schwach würden.   
Das +A sollte den Kern eines jeden Menschen, das Selbst, unangreifbar und unzerstörbar machen, indem es dieses Selbst von nichts Anderem abhängig macht, das selbst zerstörbar ist.   
Das +A sollte das sein, wo sich jeder jederzeit wiederfinden kann.  
Das +A sollte für alle Menschen gut sein.   
Das +A sollte das sein, „was die Welt im Innersten zusammenhält.“ (Goethe, `Faust´ Kap.4).  
Das +A sollte der gemeinsame Nenner von allem + sein.

Das Beste für unsere Psyche, das +A, ist, so glaube ich, die Liebe[[550]](#footnote-550) (oder, wenn man religiös ist, Gott). Ich bin zutiefst überzeugt, dass die stärkste heilende Kraft die Liebe/ Gott ist - auch wenn sie unter anderen Namen wie Respekt, Sympathie, unbedingte Anerkennung und Wertschätzung usw. oder in verschiedenen Religionen, Ideologien oder Therapieverfahren „verdünnt“ oder versteckt erscheint.

Ich glaube, [Gott ist das +A](#_Ist_Gott_das)  und auf der anderen Seite das [+Selbst](#_Zusammenfassung_über_das), beide in Liebe verbunden.[[551]](#footnote-551)  
  
Im Folgenden versuche ich skizzenhaft, wichtigste Weltanschauungen daraufhin zu untersuchen, wie weit sie diesem Ideal eines +A entsprechen. Dabei handelt es sich nur um die wichtigsten Weltanschauungen, zu denen sich die Glaubenssysteme einzelner Menschen mehr oder weniger gut zuordnen lassen. Deren Beurteilung natürlich subjektiv und im besten Fall glaubwürdig.

## Weltanschauungen - Grundlagen der Psychotherapien (kritische Übersicht)

##### Einleitung

Definition: „Als Weltanschauung bezeichnet man die Gesamtheit aller Auffassungen eines Individuums oder einer Gruppe von Individuen von der Welt, von ihrer grundsätzlichen Beschaffenheit, ihrer Herkunft, ihrem Ziel, Sinn, Wert etc. und die Stellung des Menschen in ihr. Weltanschauungen beinhalten im Unterschied zu Erkenntnissen auch nicht begründbare Elemente, wie Deutungen, Ideale und grundsätzliche Vorstellungen der Lebensgestaltung, eventuell auch metaphysische und religiöse Auffassung.“[[552]](#footnote-552)  
Warum sollten wir nicht verschiedenste Glaubenssysteme auf ihre Wirkung auf die Psyche hin untersuchen -   
in diesem Kapitel insbesondere, wie sehr sie als Grundlagen für Psychotherapien infrage kommen?   
Die eher ungünstigen Weltanschauungen bzw. Ideologien habe ich im Teil `Metapsychiatrie´ besprochen.  
Nachfolgend bespreche ich stichwortartig einige, im Wesentlichen humane Anschauungen, die Grundlagen für verschiedene Psychotherapierichtungen sind, aber als solche selten hinterfragt werden.   
 Ausnahme z.B. John R. Peteet; Zitat: „Die Einstellungen der Therapeuten in der Psychotherapie sind von großer Bedeutung ... Unter den individuellen und kulturellen Faktoren, die die Einstellungen eines Therapeuten prägen, sind spirituelle Traditionen ... Darunter fallen unter anderem für Juden soziale Verantwortung und kritisches Denken; für Christen Liebe und Gnade; für Muslime Ehrfurcht und Gehorsam; für Buddhisten Gleichmut und Mitgefühl; für Hindus Wertschätzung von Dharma und Karma und für Säkularisten Respekt für wissenschaftliche Beweise und Verständlichkeit. Diese haben unterschiedliche Auswirkungen auf die Behandlung ...“. [[553]](#footnote-553) Diese sollen hier diskutiert werden.  
  
 Ich behandle hier nur die bekannten, quasi offiziellen Weltanschauungen stellvertretend für unzählige individuelle Weltanschauungen. Wichtigstes Kriterium für diese Prüfung ist für mich, wie weit sie dem oben genannten positiven Absoluten entsprechen, anders gesagt, wieviel Liebe sie vermitteln. Es geht aber auch darum, als Therapeut den Patienten aus dessen Weltsicht heraus zu begreifen.[[554]](#footnote-554)  
Die Weltanschauungen stehen miteinander in Konkurrenz, wobei vor allem jede der Weltreligionen für sich in Anspruch nimmt, die richtigen Antworten auf die existenziellen Fragen der Menschen zu geben.   
Man kann natürlich sagen: Jeder soll nach seiner Fasson glücklich werden und warum sollte ich den Glauben eines Anderen infrage stellen? Sicher wäre es verkehrt, die Glaubensfreiheit in Frage zu stellen. Andererseits könnte man die Gegenfrage stellen: Warum soll ich mit meinen Mitmenschen nicht um glaubwürdige Antworten auf die Frage ringen, was das Beste für uns Menschen ist? Warum sollte ich nicht den Glauben meiner Mitmenschen respektieren und gleichzeitig einen eigenen Standpunkt vertreten?  
**Die nachfolgenden Beurteilungen der verschiedenen Weltanschauungen habe ich vor allem in Bezug auf ihre Wirkung auf die Psyche vorgenommen. Es sind nur stichwortartige Ausführungen ohne Anspruch auf Vollständigkeit, die meine persönliche Meinung darstellen.** Als Quellen für die folgenden Ausführungen habe ich, wenn nicht extra vermerkt, vor allem verwendet:   
Brockhaus Enzyklopädie; Schischkoff: Philosophisches Wörterbuch; Lexikon der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen;[[555]](#footnote-555) Evangelischer Erwachsenen Katechismus; E. Kellerhals: Der Islam; K. Jaspers: Die großen Philosophen; Wikipedia; Koran; Die Bibel.[[556]](#footnote-556)

##### Anthropozentrische/ theozentrische Weltanschauungen

Ich unterscheide hier anthropozentrische, theozentrische und christozentrische Weltanschauungen.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Anthropozentrische | | Theozentrische | |
| Materialismus, Idealismus, Esoterik und die meisten anderen Ideologien, z.T. Buddhismus | | Islam z.T. Judentum | |
| Vorteile | Nachteile / Gefahr | Vorteile | Nachteile / Gefahr |
| Der Mensch steht im Mittelpunkt. | Spiritualität fehlt. abs. Liebe/ Gott fehlt. Zu enges Weltbild. | Gott steht im Mittelpunkt. | Der Mensch wird zu unwichtig. Zu wenig Selbstbestimmungs-recht. |
| Der Mensch ist frei und emanzipiert. | Mensch wird zu groß („Übermensch“)  oder zu klein gesehen. | Der Mensch ist geborgen. | Der Mensch wird zu abhängig, zu klein. |
| Der Mensch hat letzte Verantwortung.  Der Mensch strebt und leistet.  Fortschrittsglaube. | Überforderungen!  Er muss Leistungen erbringen / sich selbst erlösen. Seine Taten entscheiden über ihn. →Fortschritts-, Erfolgszwang. | Gott hat letzte Verantwortung. Gott macht das Wichtigste. | Gott zu willkürlich, der Mensch ihm ausgeliefert.  Der Mensch überlässt das Existenzielle Gott. Er muss aber an Gott glauben. |
|  | Er ist nicht um seiner selbst willen geliebt. |  | Nur in der eigenen Religion gäbe es Heil und andere WA seien dadurch ausgeschlossen (Exkluvismus). |
| Nachteile beide: Der Mensch muss Bedingungen erfüllen. | | | |

**Anthropozentrische:** „Im Zusammenhang mit Religion bezeichnet Anthropozentrismus den Standpunkt, dass nicht Gott bzw. Gottheiten im geistigen Zentrum der Welt stehen (wie im Theozentrismus), sondern der Mensch.“[[557]](#footnote-557)

Hauptkritikpunkte

Der Mensch ist das Maß aller Dinge (Protagoras)  
 – und mit diesem Maßstab erhöht er sich und schlägt sich tot.

Weiter: Der Mensch muss Vorbedingungen erfüllen.  
Der Mensch trägt die alleinige Verantwortung und ist als solcher überfordert.  
Man findet eine Überbetonung des Erwachsenen-lchs bzw. bestimmter menschlicher Leistungen.  
Immanenter Glaube an den menschlichen Fortschritt (Progressivismus).  
 **Theozentrische:** „Der Begriff Theozentrismus ... bezeichnet eine religiös geprägte Weltanschauung, die Gott oder eine oder mehrere Gottheiten im geistigen Zentrum der Welt sieht ... die Lebens- und Denkweise der Menschen ist religionsorientiert. Gegenteil des Theozentrismus ist der Anthropozentrismus ... “[[558]](#footnote-558)  
Diskussion: s. obige Tabelle und unter Religionen.  
  
„Das **Christentum** ist christozentrisch und damit theozentrisch und anthropozentrisch zugleich, denn es hat Jesus Christus als Zentrum, der zugleich göttlich und menschlich ist. Anthropozentrismus und Theozentrismus sind also im Christentum kein Gegensatz, sondern stehen in untrennbarer Beziehung zueinander.“[[559]](#footnote-559)|

### Philosophien

Die Philosophien haben das gleiche Problem wie die Religionen:   
Sie behandeln Nichtzubeweisendes.   
Dafür geht es ihnen, wie den Religionen, um das Ganze. „Während wissenschaftliche Erkenntnisse auf die einzelnen Gegenstände gehen … handelt es sich in der Philosophie um das Ganze des Seins, das den Menschen als Menschen angeht; um Wahrheit, die, wo sie aufleuchtet, tiefer ergreift als jede wissenschaftliche Erkenntnis. ... Nicht dieser oder jener Kausalzusammenhang wird erforscht, sondern der Sinn, der dem Ganzen überhaupt beigelegt werden kann.“ Im Gegensatz zur Theologie, der „Gottesweisheit“, könne man Philosophie als „Weltweisheit“ verstehen.[[560]](#footnote-560)|

[Allgemeine geistesgeschichtliche Strömungen und Beziehungen von Philosophie, Religion und Naturwissenschaft siehe ggf. ungekürzte Fassung.]

#### Materialismus

Materialismus ist „eine Grundrichtung der Philosophie, die - im Gegensatz zum Idealismus - die Materie als die eigentliche Realität und das alle anderen Phänomene Bestimmende ansieht.“[[561]](#footnote-561) Der Materialismus ist in der Regel atheistisch. Zum Materialismus sind Naturalismus, Empirismus und Positivismus zu rechnen.[[562]](#footnote-562)  
**Diese stellen für die meisten heute verbreiteten Psychotherapien die philosophische Grundlage dar.**

###### Kritik am Materialismus

„Seht! Ich zeige euch den letzten Menschen. Was ist Liebe? Was ist Schöpfung? Was ist Sehnsucht? ...  
 so fragt der letzte Mensch ... Die Erde ist dann klein geworden, und auf ihr hüpft der letzte Mensch,   
 der alles klein macht." (F. Nietzsche, `Also sprach Zarathustra´ Kap.6).

Mir scheint, die Grundannahmen der heutigen Psychologie und Psychiatrie sind noch die gleichen atheistisch-materialistischen wie zur Zeiten von Marx und Lenin.   
Zitat Lenin: *„Es geht nicht an, über die Seele zu räsonieren, ohne die psychischen Prozesse im Einzelnen erklärt zu haben: der Fortschritt muss hier gerade darin bestehen, dass man die allgemeinen Theorien und philosophischen Konstruktionen über die Seele aufgibt und es versteht, die Untersuchung der diese oder jene psychischen Prozesse kennzeichnenden Tatsachen auf den Boden der Wissenschaft zu stellen … Die marxistisch-leninistische Philosophie lehnt den Apriorismus ab und beweist, dass der ganze Inhalt und alle Formen der Erkenntnis empirischer Herkunft sind ... und die objektiven Eigenschaften und Beziehungen der materiellen Dinge widerspiegeln.“*[[563]](#footnote-563)  
Ob Lenin, Marx oder ihre Nachfolger es wahr haben wollen oder nicht: Sie gehen selbst von nur zu glaubenden Grundannahmen aus. Sie setzen auch diese absolut und lassen ihre eigenen Apriori selten kritisieren.  
H. Hempelmann dazu: „Die Position eines naturalistischen Reduktionismus ist selbst metaphysisch, insofern selbstwidersprüchlich, insofern selbstaufhebend.“[[564]](#footnote-564)   
Peter Möller: „Mich überzeugt das Primat des Geistes mehr, als das Primat der Materie.   
Mit dem Primat der Materie und dem Bewusstsein als bloßem Spiegelbild lässt sich schöpferische Intelligenz, Kreativität, Phantasie nicht erklären.“[[565]](#footnote-565) [[566]](#footnote-566)  
Materialisten lassen den Menschen in dieser Welt letztlich mutterseelenallein. Grundsätzlich fehlt eine liebende, übergeordnete Kraft, Gott. Der Himmel ist leer oder ein Spiegel, in dem der Mensch nur sich selber sieht - sehen will, aber auch sehen muss. Was aber ist, wenn wir nicht mehr weiter wissen? Der Mensch ist dann auf sich selbst verwiesen und damit ab einem bestimmten Punkt überfordert. Das Leben als Materialist oder Atheist erscheint mir auf Dauer zu anstrengend,[[567]](#footnote-567) zu wenig glaubwürdig, wenig sinnvoll und befriedigend.   
Es erscheint zu einseitig, kursichtig, hyperrealistisch/ unrealistisch, steril und seelenlos.[[568]](#footnote-568) Für einen Materialisten haben „vom Fach her“ Träume, Glaube, Liebe, Hoffnung, Trost, Gnade, Erlösung, Spiritualität, Ewigkeit, Paradies, Seele, Gott usw. wenig Bedeutung, weil sie immateriell erscheinen und nicht beweisbar sind.[[569]](#footnote-569) Er ähnelt F. Nietzsches oben genannten `letztem Menschen´. Psychotherapie auf dieser Grundlage hat dann gleiche Tendenzen.  
Auch wenn es Materialisten nicht intendieren, so ist ihre Geisteshaltung, wie die aller Ideologen, anfällig gegenüber totalitären Anschauungen und Systemen. Sie werden gegebenenfalls dann selbst mehr oder weniger totalitär, ausgrenzend usw.  
Zum Kriterium wird schnell die materielle Ausstattung des Menschen, seine Funktionalität, seine Nützlichkeit und Effizienz. Das ist ein gesamtgesellschaftliches Phänomen, das nicht nur die Psychologie betrifft, dem aber letztlich jeder von uns ausgesetzt ist. Die Leistungen sollen immer mehr gesteigert werden, die Wirtschaft soll immer weiter wachsen. Wachstum um des Wachstums willen ist jedoch „die Ideologie einer Krebszelle“ (Edward Abbey). Ähnelt dem nicht die Einstellung `Wissen um jeden Preis´?

Kritik speziell an materialistischer Wissenschaft und Psychologie

Einstein: ”Erst die Theorie entscheidet darüber, was man beobachten kann.“

Dazu Mephisto in Goethes Faust:

„Daran erkenn´ ich den gelehrten Herrn!  
Was ihr nicht tastet, steht euch meilenfern,  
Was ihr nicht faßt, das fehlt euch ganz und gar,  
Was ihr nicht rechnet, glaubt ihr, sei nicht wahr,  
Was ihr nicht wägt, hat für euch kein Gewicht,  
Was ihr nicht münzt, das, meint ihr, gelte nicht.“[[570]](#footnote-570)

Eine rein materialistisch-wissenschaftliche Psychologie reduziert den Menschen auf das Beweisbare, letztlich Materielle und geht so am eigentlichen Leben vorbei.[[571]](#footnote-571) Sie entgeistigt, entseelt und verdinglicht den Menschen damit nicht nur, sondern raubt ihm dadurch auch sein Recht auf unbedingte Würde, unbedingtes Selbstbestimmungsrecht und Freiheit.[[572]](#footnote-572) Wenn die Psychologie alles Menschliche letztlich nur als Reaktion, als Produkt usw. sieht, dann verneint sie auch die primäre Verantwortlichkeit und Einzigartigkeit eines jeden Menschen.  
Diese Wissenschaftler werden, so glaube ich, Subjektives oder gar Chaotisches, wie es die psychischen Krankheiten auch sind, wenig verstehen. Sie neigen dazu dualistisch bzw. digital zu denken und kennen dadurch wenig Zwischentöne, und wenn, dann mit dem Ziel, diese weiter zu digitalisieren. Wenn S. Freud, wie ich meine, zu Recht feststellte: „Die logischen Gesetze gelten im Unbewussten nicht“ - dann bedeutet das für mich, dass auch dem Unbewussten mit Wissenschaft kaum beizukommen ist.|  
Ein weiterer Schwachpunkt der materialistischen Wissenschaft ist deren letztlich geschlossenes Denksystem. Der Mensch wird in den Begrenzungen Input-Output und nicht als ein, zumindest im Absoluten, Freier gesehen. Eine `reine Wissenschaft´ wird so nicht die Grenze überschreiten können, die das Beweisbare, Berechenbare vom Unbeweisbaren, Unberechenbaren, aber eben auch dadurch Einzigartigen trennt. Dieses aber ist das Ureigenste, Persönlichste des Menschen, das, das ihn letztlich von den Maschinen oder allen anderen Dingen unterscheidet. Sonst wird man vielleicht denken: Nicht ich als Person bin krank oder meine Seele leidet, sondern meine Synapsen oder mein Stoffwechsel sind krank - und wird damit höchstens die Hälfte der Wahrheit und der Therapiemöglichkeiten erfassen; Letztere vor allem in Form von Psychopharmaka, die dann entsprechende Funktionsstörungen korrigieren.  
Anders gesagt: Materialismus und reine Wissenschaft enthalten per se weder Trost noch Liebe und sind so, für sich genommen, schwache Psychotherapiegrundlagen.  
Es ist auch fragwürdig, Wissenschaft wertneutral und voraussetzungslos betreiben zu wollen. Das ist ja schon beim Bau der Atombombe sichtbar geworden. Was nützt alles Wissen, jeder Wachstum, die beste Erfindung, der größte Fortschritt, wenn sie nicht in ein +A (+Metaebene) eingebettet sind - denn, isoliert gesehen, können sie alle missbraucht werden.|

Wissenschaftskritik allgemein

• Erwin Schrödinger: In der Welt der Naturwissenschaft „fehlen alle Sinnesqualitäten ...". Besonders schmerzlich ist aus Sicht Schrödingers „das völlige Schweigen unseres ganzen naturwissenschaftlichen Forschens auf unsere Fragen nach Sinn und Zweck des ganzen Geschehens ... Der persönliche Gott kann in einem Weltbild nicht vorkommen, das nur zugänglich geworden ist um den Preis, dass man alles Persönliche daraus entfernt hat. Wir wissen: Wenn Gott erlebt wird, so ist das ein Erlebnis, genauso real wie eine unmittelbare Sinnesempfin-dung oder wie die eigene Persönlichkeit."[[573]](#footnote-573)   
• "Die […] Wissenschaft, ursprünglich einmal angetreten gegen kirchlichen Dogmatismus, ist längst selbst zu einem neuen Glaubenssystem verkommen, das von neuen Schriftgelehrten gepredigt und von weiten Teilen der Öffentlichkeit nachgebetet wird." (Bernd Senf).[[574]](#footnote-574) Ähnlich Wolfgang Pauli: „Wir befinden uns heute an einem Punkt, wo die rationalistische Einstellung ihren Höhepunkt überschritten hat und als zu eng empfunden wird."[[575]](#footnote-575)  
•„Naturwissenschaft bietet den Zugang zur Materie; Religion und Philosophie aber den Zugang zum Geist.“ „Der Machermensch (von heute) asphaltiert nicht nur seine äußere Umgebung, sondern auch die Seelen.“[[576]](#footnote-576)  
• Richard Lewontin: Die heute vorherrschende empirische Selbstbeschränkung der Wissenschaft „beruht auf einer schon früher eingegangenen Verpflichtung, nämlich einer Verpflichtung auf den Materialismus. Nicht, daß die Methoden und Institutionen der Wissenschaft uns auf irgendeine Weise zwingen würden, die materialistische Erklärung der Phänomene der Welt zu akzeptieren. Wir sind im Gegenteil durch unsere a priori getroffene Grundsatzentscheidung für den Materialismus dazu gezwungen, Forschungsansätze und Erklärungs-konzepte zu entwickeln, die sich auf materialistische Erklärungen beschränken. Dabei spielt es keine Rolle, wie sehr sie der Intuition der Nichteingeweihten entgegenstehen … Darüber hinaus ist dieser Materialismus absolut, denn wir können keinen göttlichen Fuß in der Tür zulassen.“[[577]](#footnote-577)  
• Arthur Eddington: „Fast alle großen klassischen Philosophen - sicherlich Platon, Aristoteles, Descartes, Leibniz, Spinoza, Kant, Hegel, Locke und Berkeley - sahen den Ursprung des Universums in einer transzendenten Wirklichkeit begründet." Bezüglich einseitiger Wissenschaftlichkeit stammt von ihm das Gleichnis, jenes Fischers, der nur die Fische, die er in *seinem* Netz fängt, als Fisch akzeptiert.[[578]](#footnote-578)  
• Gerhard Grössing: Man wird oft „mit der Feststellung Albert Einsteins konfrontiert, dass das Setzen von Prinzipien (Axiomen), die Elemente der Erfahrung sinnvoll verknüpfen sollen, durch keinen logischen Weg, sondern nur durch eine `intuitive (psychologische) Verbindung´ zustande käme, womit die `freie Schöpfung des menschlichen Geistes´ ein unabdingbarer Bestandteil der Theoriebildung wäre.“[[579]](#footnote-579)  
• Heinzpeter Hempelmann: „Wissenschaftliche Erkenntnis lebt von einer Reduktion des umfassenden Erkenntniswunsches auf eine einfache, eingeschränkte Fragestellung … Ihr Erfolg ist freilich erkauft um den Preis des Verzichtes auf die Frage nach dem Ganzen.“[[580]](#footnote-580)  
• Noam Chomsky: „Es ist durchaus möglich ... dass wir allemal mehr über menschliches Leben und menschliche Persönlichkeit lernen werden durch Romane als durch wissenschaftliche Psychologie.“[[581]](#footnote-581)  
• Gegen die Verabsolutierung des Wissens wie bei F. Bacon („Wissen ist Macht“), später ähnlich bei Lenin,  S. Freud („unser Gott Logos“), Maturana („to live is to know") und dem Kognitivismus wandte sich (m.E. auch zu einseitig) der Nonkognitivismus, nach dem der Bereich des Subjektiven keiner wissenschaftlichen Erkenntnis zugänglich sei, denn das Subjektive, *die Psyche, entzöge sich den beiden Wahrheitskriterien der empirischen Wissenschaften, dem logischen oder mathematischen Beweis und der Überprüfung durch Beobachtung oder Experiment.*[[582]](#footnote-582)Genauer müsste man wohl sagen: Der Bereich des Subjektiven, wie der Psyche, ist durch die Methoden der empirischen Wissenschaften *nur relativ gut* zu erfassen.  
• F. Nietzsche: „Die `Vernunft´ ist die Ursache, dass wir das Zeugnis der Sinne fälschen.“[[583]](#footnote-583)  
• I. Kant hatte schon in seiner `Kritik der reinen Vernunft´ darauf hingewiesen, dass sich Fragen der Metaphysik nicht mithilfe der menschlichen Vernunft beantworten lassen.  
• Neuere Diskussion bietet Rupert Sheldrake in seinem Buch: `Der Wissenschaftswahn: Warum der Materialismus ausgedient hat´.

• In diese Zusammenhang gehören wohl auch die Erkenntnisse der `intuitionistischen Logik´[[584]](#footnote-584) (K. Gödel) und der Fuzzy-Logik; L. A. Zadeh: „Wenn die Komplexität eines Systems zunimmt, wird unsere Fähigkeit geringer, präzise und signifikante Aussagen über sein Verhalten zu machen [...] Je genauer man sich ein Problem der realen Welt anschaut, desto fuzziger [~ unklarer] wird seine Lösung.“[[585]](#footnote-585)   
Frage: Was könnte komplexer sein als unser Seelenleben?[[586]](#footnote-586)

• Die Tatsache, dass mit jedem Wissenszuwachs auch das Nichtwissen wächst - oder beides ineinander umschlagen kann.[[587]](#footnote-587)  
Ich möchte in diesem Zusammenhang ganz kurz auf den Realismus und Funktionalismus eingehen, weil sie in der materialistischen Philosophie und entsprechenden Psychotherapien eine große Rolle spielen.

Realismus

„Denkrichtung, nach der eine unabhängig vom Bewusstsein existierende Wirklichkeit angenommen wird, zu deren Erkenntnis man durch Wahrnehmung und Denken kommt.“[[588]](#footnote-588)  
Wie ich im Teil `Metapsychiatrie´ ausgeführt habe, glaube ich, dass unsere Welt, so auch wir Menschen, als erst- und zweitrangigen Wirklichkeiten/ Realitäten existieren. Nur die erstrangige Wirklichkeit wäre eindeutig, die zweitrangigen aber nur relativ eindeutig bis uneindeutig. Mit dem Begriff `Realismus´ würde man diese beiden Wirklichkeitsbereiche aber nicht unterscheiden, sodass es zu Missverständnissen kommt.  
Was heißt etwa: „Ich bin Realist“? Wohl: „Die Realität ist für mich die entscheidende Instanz.“ Aber die Realität ist nicht eindeutig. Ebenso fragwürdig ist die Aussage: „Ich bin realistisch.“ Wäre es etwa nicht realistisch gewesen, im 3. Reich mit `Heil Hitler´ zu grüßen?   
Der „Realist“ wird dazu neigen, die Realität entweder hyperrealistisch durch Ignorieren ihrer Unschärfen und Widersprüchlichkeiten oder zu unklar darzustellen.   
Materialistische Psychotherapien haben in der Regel die `Realitätsanpassung´ zum Therapieziel. (Diskussion dazu s. Kapitel Psychotherapie.)

Funktionalismus

Definitionen:   
„Funktion: Veränderliche Größe, die in ihrem Wert von einer anderen abhängig ist.“[[589]](#footnote-589)  
Der Funktionalismus hält insbesondere das Bewusstsein für eine Funktion der Sinnesorgane.[[590]](#footnote-590)  
„ ... zentrale These (des Funktionalismus) ist, dass mentale Zustände funktionale Zustände sind ... Ein funktionaler Zustand ist dadurch definiert, dass er auf einen bestimmten Input mit einem bestimmten Output reagiert.“[[591]](#footnote-591) Materialisten sind in der Regel auch Funktionalisten. Deshalb neigen sie, wie Psychotherapeuten dieser Provenienz, auch dazu, Menschen nach ihrer Funktionalität zu beurteilen, bzw. diese als primäres Therapieziel anzustreben. Die Menschen sind jedoch nicht primär Funktionäre. Funktionär ist nach Schischkoff, jemand, „dessen Tätigkeit darin besteht, dass er Funktionen ausübt, d.h. dass er `funktioniert´.“ „Funktionär gilt vom Persönlichkeitstypus her als übermäßig konform und Risikoscheu mit einem Hang zur Routine.“[[592]](#footnote-592)  
Schischkoff zitiert Alfred Weber, der den Funktionär den „vierten Menschen“ nennt, der Spezialist ist, dessen Ehrgeiz ihn dazu antreibt „sich mit seinen Funktionen, selbst wenn sie ihm vom fremden Willen aufgezwungen werden, zu identifizieren. Es erfolgt eine Aufspaltung der Persönlichkeit in ein Funktionärswesen und einen … Restmenschen. Das Funktionärswesen ist imstande, Dinge zu vollziehen, die von äußerster Unmenschlichkeit sind. So erklärt Weber die Möglichkeit totalitärer Staatsführung.“[[593]](#footnote-593)  
Ich glaube, wenn wir nicht das Leben, das auch A- oder Dysfunktionalitäten mit einschließt, wichtiger als die Funktionalität nehmen, werden wir unser Leben, aber auch die Funktionalität selbst stören, denn der Funktionalist wird entweder hyperfunktional oder öfter a- und dysfunktional reagieren.  
Ganze Gesellschaften können daran zugrunde gehen, wenn Funktionalität und Effizienz wichtiger als das Leben werden. Ebenso werden wir langfristig unseren Patienten schaden, wenn wir glauben, sie primär auf Funktionalität trimmen zu müssen. Mit Grauen denke ich an eine mögliche Zukunft, in der wir nur noch funktionieren, aber nicht mehr leben und uns nur an die Realität anpassen, statt diese zu gestalten.

Wissenschaftssprache und Wissenschaftsbetrieb

„...ich halte dafür, dass alles, auch das Beste, einseitig wird, wenn die Opposition fehlt.“   
 (Brief Eugen Bleulers an S. Freud.)[[594]](#footnote-594)

Sowohl in Theologie als auch Psychologie und Psychiatrie versteht der „Normalbürger“ ab einem bestimmten Punkt nichts mehr. Man stelle sich vor, man besucht ein psychologisches oder theologisches Kolleg und man versteht nichts mehr und denkt: „Dabei reden die doch über dich als Mensch und du verstehst sie nicht.“   
Dabei geht es hier nicht um spezielle Fragen, wie etwa in der Astrophysik, sondern um Fragen, die uns alle angehen. Das heißt, es findet eine Diskussion statt unter Ausschluss der Öffentlichkeit, insbesondere der Betroffenen. Sicher sind bestimmte Fachtermini notwendig, aber viele sind vermeidbar und es würde die Verbindung zur Basis, zum Volk, nicht verloren gehen, wenn man häufiger, wie Luther, „dem Volk aufs Maul schaut“ oder Einsteins Rat befolgt: „Klug ist jener, der Schweres einfach sagt.“   
Treffend dazu Manfred Bleuler zu Studenten: „Die Psychiatrie ist ihrem Wesen einfach und menschlich. Mit gesundem Verstand etwas Lebenserfahrung und mit warmem Herzen sind ihre Grundlagen leicht zu erfassen. Alles, was Ihnen in der Psychiatrie kompliziert vorkommt, Ist nicht gar so wichtig, und oft ist es bloß übertrieben kompliziert ausgedrückt.“ [[595]](#footnote-595)  
Viele der Publikationen sind befangen. Beispiel: Während 99 % aller Studien mit positiven Ergebnissen für Antidepressiva veröffentlicht werden, ist das bei Studien mit negativem Ergebnis nur bei 26 % der Fall.   
Aber es geht nicht nur um Unabhängigkeit von der Industrie oder anderen Interessenverbänden, sondern vor allem um eine innere Unabhängigkeit des Arztes/ Psychotherapeuten. Wer Karriere machen will, muss heutzutage viel veröffentlichen. So wurden etwa zahllose Artikel über die Wirkung von Psychopharmaka veröffentlicht und nach Jahren liest man die überraschende Feststellung, dass ein Forscherteam „bei leichten und mittelschweren Depressionen keine Effektivitätsunterschiede zwischen Placebos und Antidepressiva nachweisen konnten.”[[596]](#footnote-596)  
Bezüglich des Wissenschaftsbetriebs in den Psychologie-Fachbereichen siehe auch die Kritik von G. Vinnai:   
„Die Austreibung der Kritik aus der Wissenschaft: Psychologie im Universitätsbetrieb“ im Abschnitt: „Wer ist für die Psyche zuständig?“ in der der ungekürzten Fassung dieser Veröffentlichung.  
{Zu `Fragen an die Neuropsychologie´ siehe ungekürzte Fassung und im Abschnitt `[Neurowissenschaft](#_Neurowissenschaft)´).

#### Idealismus

Es gibt nicht eine Philosophie des Idealismus, sondern verschiedenste Strömungen.   
Gemeinsam ist ihnen „die Ansicht, die das objektiv Wirkliche als Idee, Geist, Vernunft bestimmt (sieht) und auch die Materie als eine Erscheinungsform des Geistes betrachtet.“[[597]](#footnote-597)  
Idealistische Grundpositionen spielen gegenwärtig in den Wissenschaften allgemein und der Psychologie speziell kaum eine Rolle und wuchern „außerhalb“ umso stärker in Form von [Esoterik](#_Esoterik_und_ähnliche), fanatischen Ideologien und spiritistische Strömungen.

Materialismus und Idealismus

• Gegenüberstellung in Stichworten

Materialismus gegenüber Idealismus  
 positiv: konkreter, `realer´, beweisbarer, anschaulicher, erdverbundener  
 negativ: zu kurzsichtig, flach, steril, kopflastig bzw. fehlende Vorteile des Idealismus.  
Idealismus gegenüber Materialismus   
 positiv: weitsichtiger, ideenreicher, gefühlvoller, intuitiver  
 negativ: abstrakter, weltflüchtiger, abgehobener (Beispiel: → [Hölderlin](#_Konkrete_Beispiele:_Hölderlin,))  
 bzw. fehlende Vorteile des Materialismus.

Während der Mensch im „Flachland des Materialismus“ (Franz Werfel) keine Höhe hat, verliert der Idealist eher die Bodenhaftung.

• Materialismus ↔ Idealismus

Befinden sich in Opposition. Aber sie sind nicht nur vordergründig Gegner, sondern bedingen sich auch. In der Geistesgeschichte findet man häufig, wie sich beide Weltanschauungen abwechseln. (→ [Zusammenspiel gegensätzlicher fA als Ideologien](#_Beispiel:_Zusammenspiel_gegensätzli))  
[Frage: Ist nicht letztlich jeder Material ein Idealist, denn er glaubt/ hat die Idee, dass die Materie das Primat hat.]

#### Humanismus

Zwei sich überschneidende Definitionen lege ich diesem Abschnitt zugrunde:[[598]](#footnote-598)|  
• Humanismus „zielt ... auf ein Idealbild des Menschen, der seine Persönlichkeit auf der Grundlage allseitiger theoretischer und moralischer Bildung frei entfalten kann.“[[599]](#footnote-599)  
• „Humanismus … ein reflektierter Anthropozentrismus‎, der vom menschlichen Bewusstsein ausgeht und die Wertschätzung des Menschen zum Objekt hat ...“[[600]](#footnote-600)  
„Als verbindendes Element alter und neuer Ansätze [des H.] kann der [Anthropozentrismus](http://de.wikipedia.org/wiki/Anthropozentrismus) gelten ...“[[601]](#footnote-601)

##### Formen des Humanismus

Goethes Humanismus

A. Keyserling charakterisiert Goethes Humanismus wie folgt: „Nicht das Werk oder die Frucht, sondern das Fruchtbringen ist der Entfaltungsweg der Entelechie ... Die Persönlichkeitswerdung durch Objektivierung und Gestaltung der Anlage war der goethesche Lebensweg ... Der Faust klingt aus mit dem Satz `Wer immer strebend sich bemüht, den können wir erlösen´.“[[602]](#footnote-602)  
Goethe hatte, nach W. Leppmann, das „Bildungsideal des auf sich selbst gestellten, sich selbst vollendenden Menschen.“[[603]](#footnote-603) C. G. Jung hat sich bzgl. der `[Individuation](#_Individuation)´ ähnlich geäußert.[[604]](#footnote-604)|

Immanuel Kant

Kants kategorischer Imperativ lautet: „Handle nur nach derjenigen Maxime, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde.“   
Ist Kants kategorischer Imperativ eine Fehlverabsolutierung von Pflicht und Vernunft?   
Ich denke ja. Einige typische Zitate dazu. Kant: „Pflicht! du erhabener großer Name, der du ... Unterwerfung verlangst ...“[[605]](#footnote-605) Kant forderte „eine Vernunftreligion, deren Grundsätze prinzipiell allein auf Vernunft ... beruhen. ... (Selbst) Gott ist für Kant ... ein notwendiges `Postulat´ der Vernunft, ohne dass ihr deswegen auch objektive Realität zukäme ... `Die wahre, alleinige Religion enthält nichts als Gesetze ... deren unbedingter Notwendigkeit wir uns bewusst werden können, die wir also als durch reine Vernunft (nicht empirisch) offenbart anerkennen.´“[[606]](#footnote-606)

Beispiel der Gegenwart

Rudolf Kuhr: „Der Humanismus ... ist Weg und Ziel in einem und hält wie keine andere Orientierung den Menschen an zur Arbeit an sich selbst. Deshalb, weil dieses anstrengend ist, haben bisher die meisten Menschen eine Religion gewählt, die ihnen Erlösung von außen verspricht wie das Christentum ... (Es) verführt den Menschen dazu, seine inneren Konflikte außerhalb seiner Person auszutragen. Also bittet er Gott um Hilfe (Gott mit uns!), anstatt mit Hilfe der Psychologie seine eigenen Konflikte ... zu lösen ... Der Mensch ist das Problem der Menschen und der Welt - und auch die Lösung.“[[607]](#footnote-607)|

###### Kritik am Humanismus

Gemeint ist die Kritik am anthropozentrischen, säkularen Humanismus, der als solcher eine wichtige Grundlage der vorherrschenden Psychotherapien ist.  
Diese Humanisten haben an die Stelle Gottes ein Über-Ich (+fA „Humanum“) gesetzt, das weniger liebevoll als das +A (Gott) ist, ja sogar ab einem bestimmten Punkt mit den Menschen gnadenlos umgehen wird.  
Wenn Humanität die letzte Instanz ist, was ist dann mit meiner, auch vorhandenen Inhumanität? Wenn die menschliche Vernunft die letzte Instanz ist, was ist dann mit meiner Unvernunft? Können sie integriert werden oder müssen sie verdrängt, abgespalten oder gar bekämpft werden?  
Der säkulare Humanismus überfordert den Menschen, weil er das Inhumane, Böse sublimieren, tabuisieren, abspalten oder auch bekämpfen muss. Weil aber das Inhumane, Böse uns Menschen auch immanent ist und sich nur partiell, aber nicht prinzipiell „besiegen“ lässt, entsteht in uns, wenn wir den Humanismus ganz ernst nehmen, ein unlösbarer Konflikt, der auch potenziell krankmachend wirkt. Der englische Philosoph John Gray kritisiert diesen Humanismus wie folgt: Die Grundüberzeugung der Humanisten, die Geschichte der Menschheit sei eine Fortschrittsgeschichte, sei ein Aberglaube. „Die Humanisten sagen: Das Ziel mag einstweilen unerreichbar sein, aber wir können darauf zuhalten. Das sind Sirenengesänge ... Jeder vermeintliche Fortschritt ist ambivalent. Wissen kann man kumulieren, ethische Verbesserungen nicht ... Die Mehrung des Wissens erhöht die Macht des Menschen, zum Guten wie zum Bösen ... Das selbstbestimmte Leben ist ein moderner Fetisch. Wer die Welt durch Willenskraft verändern will, kommt dem Terrorismus im Namen der Vernunft oder des Guten gefährlich nahe, wie die Jakobiner während der Französischen Revolution oder die Bolschewiken unter Lenin, Trotzki und Stalin gezeigt haben ...“[[608]](#footnote-608)  
 Es geht meines Erachtens nicht darum `Abschied vom Humanismus´ zu nehmen, wie es der gleichnamige Buchtitel von John Gray nahe legt, sondern Abschied von seiner Verabsolu-tierung zu nehmen, was aber nur möglich ist, wenn das Inhumane, das Aggressive, das Böse, das Egoistische und alles andere Negative im Menschen, das wir ja alle in uns tragen, nicht zur Todsünde, nicht zum Unverzeihlichen und so nicht zu einer wesentlichen Krankheits-ursache gemacht wird. Das ist aber nur dann möglich, wenn man die humanistische Ideologie in ein größeres Ganzes einbettet, das diese negativen menschlichen Eigenschaften integrieren und kompensieren kann, ohne sie gut zu heißen. Dieses größere Ganze könnte man zunächst am ehesten Liebe nennen. Nun hat man aber das Problem, dass diese Liebe, wenn sie nur vom Menschen kommt, also anthropozentrisch ist, als letzte Instanz ebenfalls wieder zu einer Verabsolutierung wird und sich dann wieder gegen die Menschen wenden kann. Müssten wir im ersten Fall unbedingt human und fortschrittlich seien, so wären wir nun dazu verdammt, voller Liebe und Vergebung sein zu müssen. Ich glaube, ohne eine den Menschen übersteigende, also transzendente liebevolle Instanz, die ich auch +A/ Gott nenne, wird jede andere Geisteshaltungen wieder zu einer verabsolutierten Ideologie und damit im besten Falle nur suboptimal für uns.

###### Humanismus und Christentum

Wichtig sind für beide: Die Würde des Menschen und die Grundrechte der Menschen: Gleichheit vor dem Gesetz, Schutz vor Willkür, Religions- und Gewissensfreiheit - Werte, wie sie auch in der Erklärung der Menschenrechte der Vereinten Nationen verankert sind.   
Aber: „Über viele Jahrhunderte hinweg haben sich freilich die christlichen Kirchen weniger an der Würde des Menschen orientiert als an seiner Sünde ... Würde eignete nur dem getauften rechtgläubigen Christen, während die Ketzerei, Unglaube oder Heidentum jede Art von Verfolgung, Folter und Unmenschlichkeit erlaubten. Erst Renaissance, Humanismus und Reformation rückten die Menschenwürde wieder ins Licht ... Das leistet der modernen Menschenrechtsidee Vorschub: jeder Mensch ist mehr als seine Leistungen. Er kann zwar selbst gegen seine Würde verstoßen, aber keine staatliche oder kirchliche Macht darf sie ihm absprechen. Immer bleibt es bei dem Unterschied zwischen Personen und Tat.”[[609]](#footnote-609)  
Was unterscheidet nun Humanismus vom Christentum? Der Humanismus ist anthropozentrisch. Die christliche Botschaft ist anthropozentrisch und theozentrisch zugleich. So wichtig Liebe und Humanismus unter uns Menschen sind, so sind sie doch unvollkommen und bedürfen der Liebe Gottes zu den Menschen. Für den Humanismus als Ideologie ist der göttliche Humanismus irrelevant. Er muss mit dem menschlichen Humanismus auskommen, für den das Humane zur letzten, aber problematischen Instanz wird. „Die christliche Botschaft enthält nicht nur die göttliche Forderung zur Nächstenliebe, ... sondern auch und vor allem die Zusage der bedingungslosen göttlichen Liebe und Vergebung ... Der christliche Glauben relativiert das sittliche Handeln. Das bedeutet: Gott, das Evangelium ist stärker als das Gesetz, die Gnade ist stärker als unsere Sünde, wir sind befreit von dem Zwang, gut sein zu müssen. Und dennoch: Das radikale Liebesgebot sorgt dann immer noch dafür, dass man sich nie mit dem Erreichten zufrieden geben kann, aber es bewirkt nicht, dass der Wert eines Menschen abhängig gemacht wird von dem, was er für die Gesellschaft geleistet hat [wie human er ist].”[[610]](#footnote-610) „Karl Barth meinte, man müsse in erster Linie von einem Humanismus Gottes sprechen: von der Liebe Gottes zum Menschen ... Die weltlichen Humanismen seien eigentlich überflüssig. Sie seien nur `abstrakte Programme´ gegenüber der von den Evangelien verkündeten Gotteskindschaft des Menschen."[[611]](#footnote-611)  
Ich halte allerdings die weltlichen Humanismen keineswegs für überflüssig. Aber auch nicht für so gefährlich, wie das durch das bekannte Zitat „Humanität ohne Divinität endet in Bestialität“[[612]](#footnote-612) zum Ausdruck kommt. Damit ist wohl gemeint, dass eine verabsolutierte Humanität, die auf Dauer alles Animalische und Böse im Menschen unterdrückt, in `Bestialität‘ umschlagen kann, weil eine *solche* Humanität uns unterjocht und aggressiv macht.[[613]](#footnote-613) Genauer gesagt: Diese Verabsolutierung des Humanismus hat „Hyper-Humanismus“ (Pro-Position), Anti-Humanismus (Kontra-Position) oder Indifferenz (0-Position) zur Folge. In jedem Fall lebt der Mensch gegen seine Natur, denn diese ist weder nur human noch nur böse.

###### Zum anthropozentrischen Fortschrittsglauben

Hier nur einige Hypothesen:  
• Fortschrittsglaube im Sinne eines Progressivismus findet sich sowohl im Materialismus als auch im Idealismus.   
• Der Mensch ist nicht imstande einen solchen (verabsolutierten) Fortschrittsglauben umzusetzen. Solche Fortschrittsideologien erzeugen erst Utopien und dann Leid.  
• Ich glaube, dass wir Menschen nur relative Fortschritte erreichen können. Genauer: Fortschritt ist ein positives Relativum und hat die Charakteristika eines solchen: er ist weder absolut noch nichtig, sondern unterschiedlich, teilweise, bedingt, sekundär und abhängig (Asp. a1-a7). Das heißt auch: alle diese relativen Fortschritte haben auch Nachteile. Daher ist eine wichtige Frage, ob die Vorteile oder Nachteile überwiegen.  
• Mit jedem Fortschritt entsteht die Möglichkeit seines Missbrauchs - umso mehr, wenn der Fortschritt absolut gesetzt ist (Dynamik der Pro- und Anti-Positionen). Beispiele: man tötet heute „besser“ und schneller; die digitale Welt hat große Vorteile, aber auch Nachteile. Medikamente allgemein und Psychopharmaka speziell können viel Leid verhindern, werden aber auch massiv missbraucht usw.   
• Angemessen wäre also ein Fortschrittsglaube weder im Sinne eines Progressivismus, noch kein Fortschritts-glaube, sondern es käme darauf an, um welchen Fortschritte es sich handelt, welchen Preis er hat usw.   
• Medizinischer Fortschritt, der nur Lebensverlängerung oder Gesundwerden um jeden Preis zum Ziel hat, wäre ebenso fragwürdig wie analoge technische Fortschritte.  
• Anthropozentrische Einstellungen haben einen Fortschrittsglauben, der einen humanen und vernünftigen Menschen erfordert. Aber wir sind, wie gesagt, nicht immer human und vernünftig (und wollen es auch nicht immer sein). Sie appellieren einseitig an die Ich-Stärke des Menschen, aber wir sind oft schwach und manchmal ohnmächtig. Wir sollen uns emanzipieren, individuieren, endlich erwachsen werden und Verantwortung übernehmen. Aber wir sind und bleiben oft abhängig, unreif und scheuen gewisse Verantwortungen - und das kann bisweilen sogar das Richtigere sein.

### Religionen und spirituelle Strömungen

###### Übersicht

Religionen sind stärkste geistige Kräfte, weil es bei ihnen um das Unbedingte, Absolute geht. Deshalb können sie sich überaus positiv, aber, vor allem im Falle ihres Missbrauchs, auch äußerst negativ auswirken. Gemeinsam ist wohl allen Weltreligionen eine humane Grundtendenz. (STW „Weltethos“, H. Küng).  
Mir wichtig erscheinende Punkte bezüglich der drei Weltreligionen habe ich in folgender Tabelle zusammengestellt:[[614]](#footnote-614)|Tab. 20

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Islam | Buddhismus | Christentum |
| Offenbarung /Heilige Schriften | Koran, ist wörtlich zu nehmen, da direkt von Allah. | Die Reden Buddhas. | Neues Testament, selbst nicht heilig, stellt aber Gott/ Jesus dar. |
| Verkündiger | Mohammed | Buddha | Jesus |
| Heil durch: | Allah / eigenes Tun | eigenes Tun, Selbsterlösung | Jesus und eigener Wunsch |
| Muss / Unbedingtheiten | „Fünf Säulen“: Glaubensbekenntnis (5x /Tag) Gebet, Almosen, Hadsch. | Jede Tat erzeugt Karma, schlechtes Karma muss abgearbeitet werden. | freier Wille |
| Beitritt durch: | 1x Sprechen des Glaubensbekenntnisses | wohl frei | Freiwillig ohne Vorbedingungen. Offiziell: Taufe.[[615]](#footnote-615) |
| Austritt durch: | Kaum möglich,  z.T. mit dem Tod bedroht. | wohl frei | frei |
| Leben nach dem Tod | Sehr weltliche Vorstellungen,  für Frauen wenig attraktiv. | Reinkarnationen  (für mich zu anstrengend.) Zuletzt Nirwana (für mich zu entindividualisierend.) | ewig und gut. |
| Vorteile | Im Prinzip humanistisch  und sozial. | Im Prinzip humanistisch und sozial. | Jesus als Orientierender und Dienender. Kein Muss, aber gute Orientierungen.  Alle Menschen haben gleichen u. höchsten Wert; Gott liebt alle Menschen. Freie „Absolutwahl“. Alles verzeihbar, was P. bereut. |
| Nachteile | Allah zu fern, zu willkürlich.  Eigenes richtiges Tun zu wichtig, überfordernd. Zum Teil aggressive Aussagen im Koran.  Zu wenig Gleichberechtigung. | Kein Gott, wenig Halt, eigenes richtiges Tun zu wichtig; zu anstrengend. | Scheinbarer Nachteil: eigenes richtiges Tun hat nur relative Bedeutung. |

###### Eine Geschichte

Drei Brüder (welche die drei monotheistischen Religionen repräsentieren) ziehen aus, um das Glück zu suchen. Nach einigen Jahren treffen sie sich wieder.   
Der erste berichtet: „Ich bin König eines Reiches voller Ordnung, mit 700 Regeln und Gott ist mit mir.”  
Der zweite sagt: „Ich bin König eines Reiches mit einer weltumspannenden Idee von sozialer Gerechtigkeit und Gottesherrschaft auf dieser Erde.”  
Der dritte Bruder sagt: „Ich lebe im Reich der Liebe.”[[616]](#footnote-616)  
Es ist gut, dass freie Wahl besteht. Keiner von den Drei kann beweisen, dass es in seinem Land am besten ist. Ich persönlich würde in das Land des dritten Bruders ziehen.  
Vorschlag: Man lese das Alte Testament, den Koran und die Biografie Mohammeds, das Neue Testament und die Biografie von Jesus - und urteile dann.

#### Zum Islam

Islam bedeutet unbedingte Ergebung in den Willen Gottes. Im Zentrum des Heilsgeschehens steht der **Koran**.   
Der Koran wird als wörtliche Offenbarung Allahs an Mohammed vermittelt durch den Erzengel Gabriel angesehen („Diktatverständnis“ des Koran). Neben dem Koran spielt die **Sunna** (s.u.) eine wichtige Rolle. [[617]](#footnote-617)   
Der Islam legt fünf grundsätzliche Pflichten fest, die alle Muslime einzuhalten haben und die `Säulen´ seines Glaubens ausmachen = die „**Fünf Säulen**“ des Islam:[[618]](#footnote-618)

1. Der Glauben an Allah und Mohammed als seinen Gesandten.  
2. Die fünf täglichen Gebete.[[619]](#footnote-619)  
3. Die Wohltätigkeit gegenüber den Mitmenschen.  
4. Das Fasten während des Ramadan.  
5. Die Pilgerfahrt nach Mekka.

Polygamie ist erlaubt. **Mohammed** hatte neun Frauen. Mit der Dritten, seiner Lieblingsfrau, Aischa, vollzog er, selbst über 50 J. alt, die Ehe als diese 9 Jahre alt war.[[620]](#footnote-620) Er ließ zu seinen Lebzeiten viele seiner Gegner hinrichten. „Das Familienrecht (Eheschließung, Scheidung, Vormundschaft) ist streng zu Gunsten des Mannes geregelt.“[[621]](#footnote-621) „Am **Jüngsten Tag** richtet er (Allah) die Menschen: Ungläubigen droht das Höllenfeuer, den Gläubigen winkt das schattige Paradies mit seinen Paradiesjungfrauen (Huris) ... Der Koran versucht, alle Bereiche des Lebens in gesetzlichen Vorschriften zu erfassen.“[[622]](#footnote-622)  
„Der **Dschihad** stellt als eines der Grundgebote des islamischen Glaubens und eine allen Muslimen auferlegte Pflicht ein wichtiges Glaubensprinzip des Islam dar. Manche sunnitische Gelehrte rechnen den Dschihad als sechste zu den fünf Säulen des Islams.“[[623]](#footnote-623) In der Literatur hat „Dschihad“ unterschiedliche Bedeutung: bewaffneter Kampf (v.a. gegen `Ungläubige´ und Abtrünnige) oder nur friedliche Anstrengung. Ungläubig sind alle, die nicht an Allah und Mohammed glauben.

###### Persönliche Meinung

• Positiv empfinde ich:  
Den starken sozialen Charakter, vor allem die Sorge für Arme und Schwache.  
Die Darstellung eines insgesamt den Menschen zugewandten Gottes.   
Dass Allah oft als der „Erbarmer“ dargestellt wird.  
Es gibt eine Vorstellung von einem guten Leben nach dem Tod (die allerdings nicht ganz der meinen entspricht.)  
• Schwer nachvollziehbar bzw. negativ sind für mich folgende Punkte:  
Ich kann mir schwer vorstellen, dass ich mich als Mensch als Ebenbild Allahs ansehen dürfte oder dass Allah vom Himmel herabsteigt und mir dient oder dass Allah am Kreuz für mich stirbt. Andersgläubige, Homosexuelle, Atheisten werden ausgeschlossen. Ich kann mir nicht vorstellen, dass ich von Allah auch dann noch geliebt bin, wenn ich an andere Götter glaube, so auch, dass er mir, wenn ich Muslim wäre, verziehe, dass ich Christ würde. Dass ich sogar meine Feinde lieben soll. Jesus starb für die Menschen - Mohammed?  
Die Rolle der Frau erscheint mir im Islam zu negativ.  
Allah wäre mir ein zu ferner und zu willkürlicher Gott.  
Ich empfinde zu viele Muss und zu wenig Freiheit und Selbstbestimmungsrecht in dieser Religion. Der Austritt aus der Religion wird z.T. mit dem Tod bedroht. Wenn der Koran als das endgültige letzte Wort Gottes angesehen wird (im Gegensatz zum Neuen Testament), wird eine kritische Auseinandersetzung kaum möglich sein.  
Wenn ich im Koran lese, dann finde ich darin - wie im Alten Testament - Tröstendes, aber auch viel, was mir als, aus dieser Sicht „Ungläubigem“ Angst macht. (Siehe z.B. Sure 2: 24, 89, 190-193; Sure 8: 12, 55; Sure 29, Sure 47: 4, 10 und andere Verse gegen „Ungläubige“.)[[624]](#footnote-624) Jesus hingegen macht mir und Un- oder Andersgläubigen keine Angst.[[625]](#footnote-625) Muslime können aufgrund ihrer Lehre, im Gegensatz zu Christen, keine Glaubensgewissheit haben.  
Jesus sehe ich auch als Vorbild. Mit der Lebensweise Mohammeds (v.a. in der Zeit in Medina) könnte ich mich kaum identifizieren. Diese, „**Sunna**" genannt, ist aber neben dem Koran die zweite Grundlage des Islam.  
Ich möchte Ch. Schirrmachers Meinung: „So lange die Kampfaufrufe Mohammeds und der Kalifen nicht für alle Zeiten für ungültig erklärt werden, wird der Islam sein Gewaltproblem nicht loswerden.“ [RP.online 9.1.2015] ergänzen: „Solange auch die christliche Theologie Kampfaufrufe nicht für ungültig erklärt, wie sie teilweise dem Gott des Alten Testaments und (selten) des Neuen Testaments (Lk 19:27) zugeschrieben werden, wird das Christentum ähnlichen Anschuldigungen ausgesetzt sein.“

#### Zum Buddhismus

Der Buddhismus kennt keinen Gott. Der Buddhismus versucht mit anthropozentrischen Mitteln den Anthropozentrismus zu überwinden.   
„Der Buddhismus lehrt: Das Leben ist eine endlose Kette von Wiedergeburten, in denen gute und schlechte Taten abgearbeitet werden. Seine Hauptgebote sind: nicht töten, nicht stehlen, nicht lügen, nicht die Ehe brechen.“[[626]](#footnote-626) „Das Selbst ist aus buddhistischer Sicht keine konstante Einheit, sondern ein von beständigem Werden, Wandeln und Vergehen gekennzeichneter Vorgang ... Achtsamkeit (auch Bewusstheit, Vergegen-wärtigung) ist die Übung, ganz im Hier und Jetzt zu verweilen, alles Gegenwärtige klarbewusst und nicht wertend wahrzunehmen. ... Karma bedeutet `Tat, Wirken´ und bezeichnet das sinnliche Begehren und das Anhaften an die Erscheinungen der Welt (Gier, Hass, Ich-Sucht), die Taten, die dadurch entstehen, und die Wirkungen von Handlungen und Gedanken in moralischer Hinsicht, insbesondere die Rückwirkungen auf den Akteur selbst. ... All das erzeugt entweder gutes oder schlechtes Karma ... [und das] erzeugt die Folge der Wiedergeburten, das Samsara. Höchstes Ziel des Buddhismus ist es, diesem Kreislauf zu entkommen, indem kein Karma mehr erzeugt wird - Handlungen hinterlassen dann keine Spuren mehr in der Welt. Im Buddhismus wird dies als Eingang ins Nirwana bezeichnet.“[[627]](#footnote-627)  
Buddhistische Ansichten und Techniken haben in den letzten Jahrzehnten in einigen Psychotherapierichtungen größere Bedeutung gewonnen.

„Der Weg ist das Ziel“

Das Motto ‚Der Weg ist das Ziel‘, das im Buddhismus eine besondere Rolle spielt, könnte auch ein Motto für viele andere Weltanschauungen sein, wenn etwa für den Einzelnen Selbstverwirklichung, Individuation (C. G. Jung) oder für die Gesellschaft Fortschritt, Wachstum usw. zur Maxime werden. Es sind aus meiner Sicht Selbsterlösungsprogramme, die den Menschen nie zur Ruhe kommen lassen. Laufen nicht die meisten Weltanschau-ungen darauf hinaus, dass der Mensch ein Ziel erreichen *muss*.  
Was aber ist, wenn der Mensch nicht weiterkommt oder gar zurückgeht/ zurückgehen muss, weil er zurückgestoßen wird - und die Maxime, er müsse weitergehen, in seinem Herzen weiter besteht? Muss er dann nicht verzweifeln? Nun könnte man sagen, auch wenn er zurückgeht, so bleibt er doch auf dem Weg. Gut. Aber er muss zumindest versuchen, weiter zu gehen. Aber auch das ist manchmal nicht möglich, denn manchmal ist man völlig ohnmächtig und sieht auch keinen Weg.[[628]](#footnote-628) Vielleicht stellt sich im Alter das Problem besonders scharf, wenn man feststellt, wie es mir geht, dass man kein bisschen weiser geworden ist, auch wenn man klüger und erfahrener geworden sein sollte.   
PS: Hier auch das Problem des sogenannten `Pilgertods´, wenn der Weg zuende gegangen ist.

Harmonie und seelisches Gleichgewicht als Ziel

Im Buddhismus, aber auch In der chinesischen Philosophie spielen diese Ziele eine große Rolle. Es geht vor allem um das Gleichgewicht und die Harmonie zweier polar sich gegenüberstehender und voneinander abhängiger Kräfte. Übliches Symbol: Yin-Yang ☯. (Näheres siehe M. Lurker, Wörterbuch der Symbolik).  
  
**Kritik**• Positiv empfinde ich am Buddhismus:  
Er erscheint undogmatisch und friedliebend.  
Er ist für die Überwindung v.a. von Gier, Hass und Verblendung (drei „Geistesgifte“).  
Er gibt dem Innenleben des Menschen einen hohen Stellenwert (Meditationspraxis).  
Er scheut sich nicht davor, das Leid der Menschen beim Namen zu nennen.  
Er nennt eine Perspektive über den Tod hinaus. Das irdische Leben ist nicht das Letzte.[[629]](#footnote-629)  
Ich sehe eine Parallele zwischen dem Charakter des hier geschilderten Zweitrangigen (WPI²) und der buddhistischen Lehre von der Ich- und Wiirklichkeitsillusion.   
• Schwer nachvollziehbar bzw. negativ sind für mich v.a. folgende Punkte:  
Es gibt keinen liebenden Gott (Anthropozentrik).  
Als Philosophie, die er eigentlich ist, ist er zur pessimistisch.  
Der Mensch muss sich letztlich selbst erlösen. Der richtige Lebenswandel entscheidet über das Karma beim nächsten Leben, das, je nach Schule, bei schlechtem Karma auch als Tier, Dämon u.ä. möglich ist. Die Vielzahl von Reinkarnationen und das permanente Sich-bemühen-Müssen würden mich völlig überfordern. Die Auflösung des Wesenskerns der Person im Nirwana empfinde ich negativ.[[630]](#footnote-630) Das Streben nach Gleichgewicht wäre für mich wie ein Balanceakt, das nach Harmonie machte mich zu aggressionsgehemmt.

#### Hinduismus

Seinem Wesen nach ist der Hinduismus polytheistisch und kennt viele Götter ... In der `Einen Gottheit in drei Gestalten´ (Trimurti) sind die drei Hauptgötter vereint: Brahma stellt das schöpferische Prinzip im Universum dar, Vishnu das erhaltende und bewahrende und Shiva das zerstörerische. Neben den Hauptgöttern gibt es unzählige andere hinduistische Gottheiten, von denen viele nur lokal verehrt werden ... Allgemein ist der Glaube an die Wiedergeburt in den indischen Religionen Hinduismus, Buddhismus und Jinismus. Die Art der Wiedergeburt richtet sich nach dem Karma, d. h. der moralischen Qualität der begangenen Taten. Aus dem Glauben an Wiedergeburt entstand das indische Heilsziel der Erlösung aus dem Daseinskreislauf (samsâra), der endlosen Wiederkehr von Tod und Wiedergeburt, als man sich des leidvollen Charakters der irdischen Existenz bewusst wurde.[[631]](#footnote-631)  
 Persönliche Meinung: Ähnlich wie bei den anderen besprochenen Religionen, hat für mich auch diese Religion zu viele Vorbedingungen für mein unbedingtes Selbstsein. Das immer noch nicht überwundene Kastensystem in Indien wurde durch den Hinduismus gefördert.

#### Esoterik und ähnliche Ideologien

Esoterik steht hier für verschiedenste spirituelle, nichtchristliche Strömungen.   
M. Poehlmann formuliert die Gründe für ihre Zunahme: „Zahlreiche weltanschauliche Bewegungen sind darum bemüht, die im Rahmen kultureller Säkularisierung verlorengegangene Einheit von Weltbild und Religion, von Vernunft und Glaube wiederherzustellen. In ihrem Anspruch auf umfassende Sinndeutung und universale Geltung gleichen sie den Religionen.“ Derselbe bzgl. der Esoterik: „Der Mensch wird gedacht als potenziell spirituelles Wesen, dessen innerster Kern göttlich ist. Er ist Motor und Impuls für die spirituelle Evolution. Die Esoterik hält Ausschau nach Methoden und Praktiken, die dem Menschen höhere Erkenntnis, Bewusstseinserweiterung und spirituelles Wachstum ermöglichen.“[[632]](#footnote-632)  
Esoterische Inhalte und Praktiken spielen vor allem für spirituelle Heiler, aber auch für manche Psychotherapeuten eine große Rolle. Sie stellen für mich, wie erwähnt, einen Gegenpol zur offiziellen, wissenschaftsorientierten Psychotherapie dar und füllen, wenn auch mit vielen abergläubischen Inhalten, deren Defizite. Ähnlich ist wohl auch der Rückzug in Fantasy- und mediale Welten zu sehen.

#### Zum Christentum

Hier finde ich mich am ehesten wieder. Man stelle sich einen Menschen vor, der - im Idealfall - auf eine unbedingte Geborgenheit, Liebenswertheit und Unvergänglichkeit vertraut und für den alles Relative nur relative Bedeutung hat. Was sollte diesen Menschen umwerfen? Wie viel besser würde er wohl seelischen Krisen meistern! Wie viele teure Abwehr- und Erfüllungsmechanismen würden überflüssig, wenn wir uns schon erlöst glauben, wenn wir uns um unserer selbst willen geliebt wissen, wenn wir darauf vertrauen, so sein dürfen, wie auch immer das ist, dann werden wir kein +fA mehr benötigen und kein −fA mehr fürchten müssen.[[633]](#footnote-633)  
Dieter Claessens und Erik Erikson und andere haben die Bedeutung eines solchen `Urvertrauens´ beschrieben.[[634]](#footnote-634) Urvertrauen entsteht durch Liebe (religiös: Gott). Fast alle bekannten Psychotherapeuten, wie etwa S. Freud, Eugen und Manfred Bleuler, G. Benedetti, A. Gruen u.a. sehen in der Liebe (zum Patienten) oder in seiner vorurteilslosen Annahme die wesentliche therapeutische Grundhaltung bzw. in ihrem Fehlen in der Kindheit das entscheidende pathogene Defizit. Jeder gute Psychotherapeut anerkennt die Würde und Freiheit seines Patienten ohne irgendwelche Vorbedingungen das heißt trotz aller Schattenseiten und Fehler des Betreffenden.   
Umso erstaunlicher ist es, dass in der mir bekannten Literatur keine Auseinandersetzung mit verschiedensten psychotherapeutischen Schulen oder dahinterstehenden Ideologien oder Religionen stattfindet, ob sie nicht, dem entgegen, Vorbedingungen postulieren, von deren Erfüllung eine solche unbedingte Liebe, ein solches unbedingtes Selbst-Sein abhängt und deren Nichterfüllung ein ähnliches pathogenes Defizit wie das in der Kindheit hervorruft. Solange nur reine Wissenschaft betrieben wird und nur das Beweisbare gilt, kann allerdings eine solche Auseinandersetzung auch nicht stattfinden, weil diese Grundannahmen wie Liebe, Urvertrauen oder Gott nicht beweisbar sind. Sie erscheinen dann irrelevant, auch wenn sie es in der Praxis nicht sind.   
Es ist aber wichtig, das, was man `christlich´ nennt, auch kritisch zu hinterfragen.

##### „Christliche“ Einseitigkeiten und Fehlinterpretationen

Vielleicht ist die größte Gefahr für das Christentum eine falsche Kirche.

Stichwortartig meine Meinung zu einigen Punkten:[[635]](#footnote-635)  
• Wie alle Menschen, so blenden auch Christen gerne bittere Wahrheiten aus oder verabsolutieren oder verfälschen gar das Eine oder Andere. Die Motive dafür reichen von Angst bis Überheblichkeit und sind allemal menschlich. Kirche selbst neigte schon immer dazu, Anpassung und Moral oder sich selbst (!) zu verabsolutieren. Protestanten überbetonen Leistung, Freikirchler das buchstabengetreue Bibelverständnis und die Bekehrung und ganz allgemein neigen Christen dazu, sich für andere aufzuopfern und die Selbstliebe zu vernachlässigen. Statt Selbstliebe wird Selbstverleugnung gepredigt.   
Ich habe erst nach Jahrzehnten einmal eine Predigt über den Sinn der Selbstliebe gehört, aber wahrscheinlich hundert andere darüber, dass wir zu wenig für die Mitmenschen tun.   
Der ideale Christ, so scheint manchmal die Botschaft zu sein, muss fromm, fleißig, altruistisch, moralisch, brav und etwas asexuell sein und er darf auf keinen Fall aggressiv oder gar böse sein. Die Reihe der Vorschriften hat sich, soweit ich das beurteilen kann, zum Glück reduziert. Wahrscheinlich auch deshalb, weil viele Menschen aus der Kirche austraten und weil die verkündete Botschaft eine belastende und keine befreiende mehr war.  
• Häufige irrtümliche Einstellung in christlichen Kreisen: Viele Sünden sind verzeihbar, nur die absichtlich begangenen nicht. M.a.W. das unbewusst Böse ist verzeihbar, das bewusst Böse nicht.  
• Manche glauben, jeder Böse käme in die Hölle, weil Kirche es manchmal so gelehrt hat - aber Jesus starb für die Sünder und der erste Mensch, dem er den Himmel versprach, war kein Guter, sondern ein Verbrecher, der, der mit ihm am Kreuz hing und ihn anrief. Ähnliches sagt das Gleichnis vom verlorenen Sohn.  
• Kirche wird mit Gott gleichgesetzt bzw. Kirche mit Religion verwechselt.  
• Christentum wird mit Humanismus und Pazifismus gleichgesetzt. Christentum ist zwar humanistisch und friedfertig, verabsolutiert diese Werte jedoch nicht. Deshalb können auch die „bösen" und aggressiven Anteile der Menschen integriert werden.   
• Missverständnisse bei manchen Begriffen wie: `Demut´, `Selbstlosigkeit´, `Selbstverleug-nung´. (S.a. Abschnitt über das [Selbst](#_Selbst_-_das)).  
• Jesus Nachfolge wird als Unbedingtheit angesehen.  
• Der Glaube an Gott wird verabsolutiert. (Auch durch Luther?) Oder der Glaube an Gott wird zu einer Leistung gemacht. Ich persönlich glaube, dass der [prinzipielle Wille](#_8._Absoluter_und) zum Guten hin das menschliche Absolute darstellt.  
 (S. auch Abschnitte „[Wahlabsolutes](#_Die_absolute,_existenzielle)“ und `[Primärtugend](Primär-_und_Sekundärtugenden#_)´).   
• Man versucht, Gott zu beweisen, weil seine Glaubwürdigkeit nicht ausreichend erscheint.  
• Wenn man nur richtig glauben und genug beten würde, würden alle guten Wünsche in Erfüllung gehen (Gesundheit, keine Kriege usw.) „Wer krank ist, glaubt nicht richtig.“   
• Manche sagen: „Gott ist für uns gestorben“ - oder gar „Gott hat seinen Sohn für uns geopfert - damit wir leben." Missverständliche Auffassungen, denn Gott hat weder Selbstmord begangen, noch hat er Jesus umgebracht. Ich glaube, beide leben noch.   
• Die frohe Botschaft wird zur Leidensbotschaft, wenn vom Leiden-müssen die Rede ist.  
• Der Glaube, Gott regele alles.|  
• Jesus könne man nur unter Bedingungen verstehen. Etwa, dass man richtig glaubt, dass man das Alte Testament kennt usw.  
• Inflation des Begriffs `heilig´: Von vielen Christen wird manches für heilig gehalten, was höchstens von Gott ***ge***heiligt wurde, aber von sich heraus nicht heilig ist, wie etwa: Heiliges Land, heiliges Volk, heilige Menschen, heiliger Vater (Papst), heilige Schrift usw.  
• Die Bibel wird (wie der Koran) wörtlich genommen (Biblizismus). Damit zusammen-hängend:  
• Alle Bibelstellen werden gleich wichtig angesehen: Altes und Neues Testament, die Evangelien und die Briefe usw. Ich habe wenig Zweifel, dass Paulus sich „das Hemd zerreißen“ würde, wenn man seine Aussagen mit denen von Jesus gleichsetzte.   
Die Reihenfolge der Glaubwürdigkeitskriterien ist für mich folgende: Jesus > Liebe bzw. Heiliger Geist > Neues Testament > Erfahrung > Vernunft > Paulus und andere Briefe > Altes Testament.[[636]](#footnote-636)  
Die Kirche wagt nicht, einige fragwürdige Bibelstellen, die Jesus zugeschrieben werden, zu korrigieren, obwohl sie seiner sonstigen Botschaft eindeutig widersprechen und schon immer Stein des Anstoßes waren. Es geht vor allem um vier Stellen im Matthäus-Evangelium (Mt 8,12; 18,8ff; 22,13; 25,41) und Lukas 19,27, die Drohungen und keine Aussagen im Sinn einer Liebe sind.[[637]](#footnote-637) Ebenso fehlt eine eindeutige Distanzierung von ähnlichen, viel häufigeren Schriftstellen des Alten Testaments.  
• Manche nennen sich Christen und missbrauchen seinen Namen. Im Namen „Gottes“ wird dann Krieg geführt, Menschen unterdrückt usw. (Stichwort: `Christianismus´). Leider wird häufig nicht bedacht, dass der Wolf im Schafspelz ein Wolf und kein Schaf ist und nicht jeder der sich Christ nennt, auch Christ ist. Wie oft hört man das Argument, die „Christen“ hätten die Kreuzzüge, die Inquisition usw. zu verantworten. Aber solche „Christen“ können sich nicht auf Jesus berufen, der sogar zur Feindesliebe aufrief, während in manchen Religionen Gewalt gegen Feinde und `Ungläubige´ durchaus nicht ausgeschlossen wird.  
• Alleinvertretungsanspruch in dem Sinn, dass nur im Christentum Gotteserfahrung und Wahrheit zu finden seien. Oder: Erlösung gäbe es allein im Glauben an Jesus Christus. Im Gegensatz dazu: Alle Religionen seien gleichwertig (theologischer Pluralismus).   
Ich persönlich habe allerdings im Christentum am meisten Liebe gefunden. (Das entspricht etwa der sog. `inklusivistischen Theologie´).

###### Christlicher Fundamentalismus, Religionismus

Christliche Fundamentalisten fordern, man müsse ein praktizierender, bibeltreuer, wiedergeborener, bekehrter, echter, gläubiger Christ sein, sonst wäre man kein Christ.[[638]](#footnote-638) Man müsse so und so oft beten, man müsse die Bibel ganz wörtlich nehmen und andere unbedingte Muss, die letztlich auch auf eine Selbsterlösung hinauslaufen. „Nur wir sind die Auserwählten und Erlösten - die Anderen nicht!", glaubt man. Der christliche Fundamenta-lismus nähert sich dann anderen Fundamentalismen.|

##### Religionskritik

Im Folgenden geht es vor allem um die Kritik an der christlichen Religion. Hauptquellen:[[639]](#footnote-639)   
**Kurze Bemerkungen von mir dazu kursiv und in eckigen Klammern [ ]**.

Bekannte Religionskritiker

Ludwig **Feuerbach** (1804 - 1872)  
- Gott ist eine **Projektion** des Menschen. Forderung: Projektion auflösen und die somit freiwerdende Energie für die Humanisierung der Menschheit anwenden.  
***[****Man kann nicht beweisen, dass Gott oder Liebe eine Projektion ist. Man kann aber auch nicht beweisen, dass das Gegenteil der Fall ist. Im Zweifel glaube ich lieber an das Bessere.****]***- Religion ist **Vertröstung aufs Jenseits**; Weltflucht. ***[****Bemerkung dazu siehe unten.****]***  
Entwicklung der Gottesvorstellung nach Feuerbach: Leid des Menschen → Wünsche des Menschen (Glück, Seligkeit) und Selbsterhaltungstrieb und Fantasie→ Projektion: Gott.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Karl **Marx** (1818 - 1883)  
- bezieht sich auf Feuerbachs Theorien, Religion ist Schöpfung des Menschen, Religion ist Ausdruck des Elends der Menschen, und gleichzeitig Protest gegen dieses Elend,  
- die Religion macht passiv und lässt die Menschen eben dieses Elend ertragen =   
„**Opium** fürs Volk“ - diese Passivität steht **im Dienste der Besitzenden** und Mächtigen.  
***[****Jesus hat aber das Volk eher aufgerüttelt und harte Worte gegen die Besitzenden und Mächtigen gefunden.****]***- Forderung: Bessere gesellschaftliche Besitzverhältnisse (Kommunismus) würden die Religion überflüssig machen und sie würde automatisch wegfallen.   
***[****Das Projekt ist schon gescheitert.****]***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Friedrich **Nietzsche** (1844 - 1900)  
- Naturwissenschaften und Geschichtswissenschaften haben Religion unglaubwürdig gemacht, - Christentum fordert „**Sklavenmoral**".  
***[****Der Mensch aber ist das Ebenbild Gottes und Jesus hat die Verabsolutierung der Moral, das „Gesetz“, verurteilt****.]***- Anstelle von Gott soll der Wille des Menschen treten. ***[****s. Abschnitt `freie Absolutwahl‘ des Menschen.****]***  
- Der „**Tod Gottes**" - ein langwieriger Prozess, in dem Gott im Bewusstsein des Menschen ausstirbt. ***[****Ich glaube nicht, dass es so kommt.****]***- Forderung: durch Überwindung der Religionsoll der ensch zum „**Übermensch**" mit neuen schöpferischen Fähigkeiten werden.   
***[****m.E. utopischer Fortschrittsglaube, außerdem missverständlich und missbrauchbar → NS-Ideologie****.*** *Z.T. aber berechtigte Kritik Nietzsches: Wo sind die erlösten Christen?****]***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Sigmund **Freud** (1856 - 1939)[[640]](#footnote-640):  
- Religion ist `**Kindheitsneurose**´: Verhältnis Kind zu Eltern ist wie das Verhältnis von Menschen zu Gott.   
***[****Ich finde den Vergleich gut, aber nicht pathologisch, denn als Erwachsener bin ich manchmal wie ein Kind und finde es schön, dass es da, hoffentlich, einen gibt, der mich wie eine Mutter tröstet.****]***- Der Mensch leidet unter Schicksalsschlägen, über die er keine Kontrolle hat. Diese personifiziert er in „Gott".→ Seelische Entlastung. ***[****Das erscheint mir sinnvoll.****]***  
- Religion **hindert den Menschen daran, erwachsen** zu werden, da er immer Übernatürliches für alles verantwortlich machen kann.  
***[****Trifft m.E. nur für missverstandene Religiosität zu - im anderen Falle integriert sie unsere kindlichen Anteile.****]***- Forderung: **Reifung** des Menschen, so dass er selbst für sein Leben einstehen kann.  
***[****Siehe dazu Abschnitt über die Fragwürdigkeit des* [*Individuationskonzepts*](#_Individuation)*.****]*** - Erziehung zur **Realität** sei nötig ***[****Siehe dazu Abschnitt `*[*Realismus*](#_Realismus)*´ im Kapitel über den `Materialismus´.****]***

Neuzeitliche

• R. Dawkins legt in seinem Buch „Der Gotteswahn“ nahe, dass viele Missstände in der Welt religiösen Ursprungs seien: „Stellen wir uns doch ... eine Welt vor, in der es keine Religion gibt - keine Selbstmordattentäter, keinen 11. September, keine Anschläge auf die Londoner U-Bahn, keine Kreuzzüge, keine Hexenverfolgung, keinen Gunpowder Plot, keine Aufteilung Indiens, keinen Krieg zwischen Israelis und Palästinensern, kein Blutbad unter Serben/ Kroaten/ Muslimen, keine Verfolgung der Juden als ‚Christusmörder‘, keine ‚Probleme‘ in Nordirland ...“.[[641]](#footnote-641)  
***[****1. Es gibt ohne Zweifel Religionen, die Aggressionen fördern oder sich nicht genügend davon distanzieren. Dawkins müsste hier differenzieren. 2. Nicht jeder, der sich Christ nennt, ist ein Christ. 3. Auch eine friedliebende Religion kann missbraucht werden.****]***

• Undifferenziert und theologisch nicht haltbar sind selbst die Ausführungen aus einem neueren Lehrbuch für Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik von 2008.[[642]](#footnote-642) Zitat: „In der Tradition der christlichen und … jüdischen Religion ist der Mensch seit der Vertreibung aus dem Paradies `auf das Böse gerichtet von Jugend an´. Im Wandel der Erbsünde tut er das Böse, obwohl er das Gute sieht, wie Paulus sagt, und er muss dafür mit der Strafe Gottes rechnen. Es bleibt ihm nur zu bekennen, dass er ein Sünder ist, sich immer wieder um das Gute zu bemühen und zu hoffen, dass Gott ihn erlöst. Die Themen der Schuld, der Erwartung von Strafe, der Angst vor Strafe, der Hoffnung auf Vergebung und Erlösung sind in abendländische Menschen eingepflanzt und spielen im Falle psychischer Störungen eine besondere Rolle. Hinzu kommt die christliche Forderung, auf Triebbe-friedigung zu verzichten, insbesondere in der Nachfolge Christi zu dulden, statt aggressiv zu sein, keine Rache gegen Angreifer zu üben, sondern vielmehr die Feinde zu lieben. Die menschlichen Tugenden Armut, Demut, Keuschheit beschreiben den Triebverzicht in umfassender Weise."  
• H. Schnädelbach spricht sogar vom „Fluch des Christentums“ und beklagt eine Abwertung des Diesseits und des Körperlichen und ihre Folgen: repressive Sexualmoral, Zölibat, Selbstverstümmelung.[[643]](#footnote-643)

Zur Kritik an der christlichen Religion

1. Die Kritiker haben mit ihrer Kritik sicher in den Fällen recht, wo sie die o.g. oder andere „christliche“ oder kirchliche Einseitigkeiten und Fehlinterpretationen kritisieren.   
2. Viele Kritiker setzen sich aber nur mit der jeweiligen kirchlichen Lehre und Praxis auseinander oder mit Aussagen des Alten Testaments, selten mit der Person Jesus selbst. Ich vermute, dass die meisten Kritiker das Neue Testament nicht gelesen haben.[[644]](#footnote-644)   
3. Sehr viele Menschen nehmen es Gott übel oder glauben gar nicht an ihn, weil er so viel Leid zulässt (→ [Theodizee](#_Gott_und_Leid)). Aber:  
a. Wir lassen es als Eltern auch zu, dass sich unsere Kinder Leid zufügen - womit aber nur ein Teil des Leids, das menschengemachte, erklärt wäre.  
b. Bezüglich des übrigen Leids (Umweltkatastrophen usw.) glaube ich, dass mit Adam und Eva wir alle gemeint sind und wir uns einmal, wie diese, entschieden haben, Gottes Paradies zu verlassen, um unser eigenes Ding zu machen und nun in einer nichtparadiesischen Welt leben müssen (die sogenannte Vertreibung aus dem Paradies und ihre Folgen).[[645]](#footnote-645)   
c. Gott ist allmächtig, aber nicht allwirksam. Genauer: Er ist allmächtig und wirkt auch immer, aber nicht überall, denn er lässt aus o.g. Gründen auch andere Kräfte zu. Ähnlich sind die Gründe, warum nicht alle unsere Gebete erhört werden.  
4. Manche werfen dem Christentum Leib- und Sinnenfeindlichkeit vor (wie es Kirche oft interpretierte). Dafür finde ich aber in der Bibel keine Aussagen von Jesus. Im Gegenteil: Das erste Wunder von Jesus bestand darin, Wasser in Wein zu verwandeln.   
5. Manche werfen dem Christentum die Vernachlässigung irdischer Dinge und eine Vertröstungen auf das Jenseits vor. Jesus aber hat sich sehr wohl um die Verbesserung unseres irdischen Daseins gekümmert, aber darüber hinaus neue, `himmlische´ Perspektiven eröffnet.  
6. Weil Kirche (auch Paulus) oft die Vernunft bekämpfte, glaubt man, dass Jesus das auch tat. Er hat sich aber nur gegen die Vergötzung der Vernunft gewandt.  
7. Ich gehe davon aus, dass Gott weder bewiesen, noch widerlegt werden kann, dass aber diese offene Frage von fast allen Kritikern nicht offen gelassen wird, sondern die eigene Meinung, ähnlich den religiösen fundamentalistischen Meinungen, ebenfalls fundamentalistisch vorgetragen wird. Was dann fehlt ist die Einstellung: „Das ist mein Glaube bzw. meine Erfahrung, es könnte aber sein, dass ich unrecht habe.“ Stattdessen wird der Glaube Andersdenkender als „neurotisch“ (Freud), „wahnhaft“ (Dawkins), „illusionär“ usw. diskreditiert.   
8. Fehlidentifikation: Die Vorstellungen, die Menschen von Gott haben, stimmen nicht mit der Person Jesu überein. Wie alles andere kann auch der Name Gottes aus verschiedensten Gründen missbraucht werden. Aber in solchen Auseinandersetzungen wird oft nicht gesagt: „*Missbräuchlich* wurde im Namen Gottes dieses oder jenes Verbrechen begangen.“ Sollte man, wie gesagt, den Wolf im Schafspelz nicht Wolf nennen, auch wenn er sich als Schaf ausgibt?  
9. Kritiker unterscheiden oft nicht zwischen den Aussagen des Alten und des Neuen Testaments. Für Christen sind aber die Aussagen des Neuen Testaments entscheidend. [[646]](#footnote-646)  
10. Kritiker unterscheiden oft nicht zwischen den Aussagen, die von Jesus überliefert sind und denen, die man Paulus zuschreibt. Paulus ist aber nur ein Interpret und nicht Jesus selbst. Seine Aussagen sind deshalb untergeordnet.   
11. Es wird oft kritisiert, dass der Mensch einseitig als Sünder dargestellt wird - was kirchlicherseits teilweise geschieht. Dass wir aber alle Fehler machen, ist eine Binsenwahrheit. Ich finde es jedoch schön, dass mir einer sagt, dass alle meine Fehler verziehen werden und sie absolut nichts mit meinem persönlichen Wert zu tun haben. Das sage ich meinen Kindern auch.  
12. Es wird oft kritisiert, die Christen glaubten an die Erbsünde (ähnlich dem Karma-Gesetz). Von Jesus sind solche Aussagen nicht überliefert.[[647]](#footnote-647)  
13. Manche kritisieren, der Mensch werde durch das Christentum unmündig und passiv.   
Andere wiederum kritisieren das Gegenteil: der Mensch werde durch Forderungen von Jesus (Bergpredigt, Feindesliebe usw.) total überfordert.   
14. Manche kritisieren, wie ich glaube zu Recht, wenn das Neue Testament oder gar die Bibel insgesamt als (direktes) Wort Gottes angesehen wird. Letzteres glauben ja die Muslime vom Koran, aber nicht die Christen von der Bibel. Ich glaube die Bibel zeugt von Gott, aber darin findet sich auch mancher menschliche Geist.  
15. Manche kritisieren zu Recht, wenn sie den Tod von Jesus so interpretiert hören, als es müsste Gott durch den Tod eines Menschen, noch dazu seines eigenen Sohnes, versöhnt werden. Ich glaube, dass Jesus sein irdisches Leben freiwillig opferte, aber nicht sein himmlisches Leben/ sein Selbst, sowie ich auch (hoffentlich) etwas Wertvolles von mir für Menschen, die ich mag, opfern würde, ohne mich selbst aufzugeben.  
16. Viele verwechseln die christliche Botschaft mit der Kirche. Die Kirche hat viele Fehler gemacht, ist aber mit der christlichen Botschaft nicht identisch. Niemanden hat Jesus so stark kritisiert, wie die etablierte Kirche der damaligen Zeit - und vielleicht auch der heutigen? Und man kann mit Recht wie R. Reich u.a. die Frage stellen, ob das Christentum „nicht nur wegen der Kirche, sondern *trotz* der Kirche überlebt“ hat?[[648]](#footnote-648)  
17. Viele glauben, als Christ müsse man ganz fromm sein und jeden Sonntag in die Kirche gehen. Die Freiheit aber, so sein zu dürfen, wie auch immer man ist - also auch gegenteilig zu allen Geboten, steht über allen Geboten.  
18. Viele glauben, als Christ muss man den Nächsten lieben und sich aufopfern. Es heißt aber: „Liebe den Nächsten *wie dich selbst*.“  
19. Frage an Kritiker: Was würden Sie als Gott anders machen als er es gemacht hat?  
Häufige Antwort: Man würde kein Leid zulassen (also paradiesische Zustände um jeden Preis aufrechterhalten). Was aber, wenn wir nicht in dem Paradies leben wollten, wie Sie, der fiktive Gott, es geschaffen haben - selbst wenn sie die beste aller Welten wäre? Wäre es dann nicht gut, uns die Wahlfreiheit zu lassen, selbst wenn damit Leid verbunden ist?

## Kriterien suboptimaler Weltanschauungen

##### Allgemein

Eine Weltanschauung erscheint mir suboptimal (oder gar als `stressige Selbsterlösungsstrategie´ schlecht), wenn folgende Kriterien vorliegen: (Tab. 21)

• wenn sie nur anthropozentrisch oder nur theozentrisch oder atheistisch ist,  
• wenn sie Menschen schadet oder ausschließt,  
• wenn sie nur Menschen mit gleicher Weltanschauung für gut, aber die anderen für böse hält,  
• wenn sie irgendeine Ideologie darstellt,   
• wenn sie Teile des irdischen Lebens oder das irdische Leben insgesamt verabsolutiert und nicht  
 darüber hinaus weist,  
• wenn die sie dem Menschen Unbedingtheiten auferlegt und ihn unfrei macht,  
• wenn sie mit Belohnung bei folgsamem Verhalten ködert - oder relativ Negatives tabuisiert und  
 damit droht,  
• wenn sie nicht dem Geist der Liebe entspricht,  
• wenn sie Objekte über den Menschen und die Heilung über das Heil stellt.

Umfassend: Eine Weltanschauung erscheint nicht optimal, wenn sie sich auf etwas anderes als das +A gründet bzw. dieses negiert oder relativiert. Der Mensch hat dann kein oder ein fremdes positives Absolutes, das ihm keine oder zu wenig Liebe geben wird. Im Einzelnen hat eine suboptimale Weltanschauung Charakteristika zweitrangiger Wirklichkeiten, wie ich sie in den Spalten I und K der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) aufgeführt habe.

##### Beispiele

Das MUSS von Weltanschauungen

Viele Weltanschauungen enthalten Vorbedingungen, die erfüllt werden müssen, bevor der Mensch er selbst sein darf. (Folge: `Muss-Menschen´.) Sie enthalten dann keine vorbedingungslose Liebe zum Menschen, sondern ein (oder viele) MUSS.[[649]](#footnote-649)   
Genauer: Es handelt sich um Weltanschauungen oder Konzepte, denen Vorbedingungen innewohnen, die einer unbedingten Akzeptanz und Liebe zum Menschen nur mehr oder weniger entsprechen oder gar entgegen-stehen und dadurch nur suboptimale oder gar ungünstige Grundlagen für ein darauf aufbauendes Leben oder darauf aufbauende psychotherapeutische Maßnahmen sind. Es handelt sich hier vor allem um alle Ideologien oder ideologisch fundierte Haltungen und auch um eine Reihe von Religionen.[[650]](#footnote-650) Wie gesagt, halte ich sie nicht für *das* Schlechte oder gar Böse, sondern eher für das weniger Günstige oder relativ Ungünstige.   
So wird eine für uns Menschen günstige Hierarchie durch Inversionen verdreht: Wir sind nicht mehr frei, sondern wir müssen etwas leisten, um frei zu werden. Wir werden `Muss-Menschen´. Wir müssen etwas oder die große Leere droht. Georg Büchner dazu: „Das MUSS ist eins von den Verdammungsworten, womit der Mensch getauft worden (ist)."[[651]](#footnote-651) Auch das Beste, wie die Liebe, wird fragwürdig oder gar schlecht, wenn man dazu gezwungen wird. Man könnte das Büchner-Wort aus christlicher Sicht ergänzen: „Eins von den *Erlösungsworten*, mit denen wir eigentlich getauft sind, ist: `Du musst nichts - Gott liebt Dich immer!´, `Du sollst das Gute versuchen, aber Du musst nicht´.“[[652]](#footnote-652)

Störung der Selbstdefinition des Menschen

Der Materialismus definiert den Menschen über die Materie. Im Idealismus wird der Mensch über eine idealisierte Geisteshaltung bzw. über zu erfüllende Ideale definiert. Im Humanismus muss der Mensch von der Kernidentität her human sein. Auch die meisten Religionen haben fixierte und einengende Definitionen vom Menschen: Im Islam wird der rechte Mensch u.a. als der definiert, der sich Gott hingibt[[653]](#footnote-653) und im Buddhismus löst sich das Selbst, als absolute personale Identität, im Nirwana auf.  
Weitere mögliche Nachteile entsprechen den in der Spalte I der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) aufgeführten Störungen.

Selbsterlösungskonzepte

Definition: Mit `Selbsterlösung´ meine ich eine Erlösung, die ausschließlich vom Menschen abhängt - von ihm also mehr als eine grundsätzliche Gutwilligkeit (→ `[absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle)´) abverlangt. Viele Weltanschauungen machen die Hauptlösungen (Absolutbereich) am Menschen selbst fest.[[654]](#footnote-654) Der Mensch wird dann alleiniger Erlöser/ Löser seiner selbst und seiner Probleme. Er überfordert sich, hat jedoch das trügerische Gefühl, bei genügender Anstrengung, alles in den Griff bekommen zu können: Je nach Methode müssten wir danach nur genügend analysiert werden oder genügend positiv denken oder genügend meditieren und glauben usw., um gesund und glücklich zu werden. Der Mensch kann dann zwar hoffen (besser: wähnen), irgendwann einmal alles in den Griff zu bekommen, überfordert sich so aber prinzipiell. Nichts Kindliches, nichts Spielerisches gibt es noch. Anstrengung, Konkurrenz und Kämpfe bestimmen das Leben und werden nur von vereinzelten Hochs unterbrochen. Der letzte metaphysische Halt eines Menschen liegt dann in ihm selbst. Am besten und leichtesten wäre es m.E. jedoch, die Hauptverantwortung Gott zu überlassen, erst danach käme unsere, auch wichtige (!) Verantwortung.[[655]](#footnote-655)  
Alle Psychotherapien aber, die ohne eine übergeordnete liebende Instanz (Gott) arbeiten, müssen die Ich-Stärke (die eigene oder die anderer Menschen) ins Zentrum ihrer Bemühungen stellen. Das ist bis zu einem bestimmten Punkt OK. Was aber, wenn diese Ich-Stärke, unsere menschliche Kraft nicht ausreicht, unsere Probleme zu bewältigen, was häufig in existenziellen oder sehr belastenden Situationen der Fall ist?   
Der Betreffende hat insgesamt in Bezug auf das verabsolutierte Relative zu viel Verantwortung, in Bezug auf andere Relativa manchmal auch zu wenig Verantwortung und hat gleichzeitig kein +A, das eine adäquate Verantwortlichkeit vermittelt, ohne ihn zu überfordern.

„Vorteile“ und Nachteile

Der Mensch, der geforderte Leistungen erbringt, hat, v.a. kurzfristig viele Ersatzvorteile.   
So kann er sich im Gegensatz zu anderen auserwählt, emporgehoben, besonders sicher usw. fühlen (= „+Hyper-Folgen“).[[656]](#footnote-656) „Vorteil“: Man wird von fast allen Ideologien nicht an negative `letzte Dinge´ erinnert, die Religionen aber weisen uns auf sie hin.  
Langfristig überwiegen aber die Nachteile der fA.  
Die Vorteile der Weltanschauungen entsprechen auch den (scheinbaren) Nachteilen der erstrangigen Wirklichkeit bzw. des +A.|

## Optimale Weltanschauung

|  |
| --- |
| „Es ist sehr gut denkbar, dass die Herrlichkeit des Lebens um jeden und immer in ihrer ganzen Fülle bereit liegt, aber verhängt, in der Tiefe, unsichtbar, sehr weit. Aber sie liegt dort …  Ruft man sie mit dem richtigen Wort, beim richtigen Namen, dann kommt sie.“  (Franz Kafka, Tagebücher, 1921) |

##### Revision der Inversionen

Wenn ich im Teil `Metapsychiatrie´ Inversionen als Hauptursache für seelische Krankheiten beschrieben habe und darunter die Verdrehung von Absolutem und Relativem verstand, so müsste eine optimale Weltanschauung diese Inversionen dadurch revidieren, dass wieder ein eigentliches positives Absolutes (+A) etabliert wird, das alles Relative relativ nimmt und integriert - gleichzeitig jedoch die Person (P) nicht beherrscht und frei gewählt werden kann.

##### Ist Gott das positive Absolute?

„Gott, das ist jener Große, Verrückte, der immer noch die Menschen liebt.” (Nach Kurt Marti)[[657]](#footnote-657)  
  
Im Teil `Metapsychologie‘ schrieb ich über die Zusammenhänge des Absoluten und Relativen (A und *R*).   
Eine Hypothese lautete: Das Absolute ist entscheidend, wie es dem Relativen geht.   
Je nachdem, um welches Absolute es sich handelt, wird es dem Relativen unterschiedlich gut oder schlecht gehen. D.h. je nachdem, welcher Geist das Irdische, so auch uns Menschen bestimmt, wird es uns gehen - am besten, wenn dieser Geist die Kriterien eines positiven Absoluten erfüllt, wie ich sie im Abschnitt `[Was ist das positive Absolute](#_Was_ist_das)?´ aufgezählt habe. Gott erfüllt meines Erachtens als Einziger alle Kriterien, die ich an das +A stelle.[[658]](#footnote-658)  
Dabei ist Jesus für mich der glaubwürdigste Repräsentant Gottes, so auch einer solchen Liebe. Diese Liebe zeigt sich vor allem in Freiheit und Orientierung. Die Freiheit steht aber über der Orientierung. Anderes gesagt: Freiheit und Orientierung sind zwei Kinder der Liebe - die Freiheit ist das größere und die Orientierung das kleinere Kind. Religiös: Gott, der die Liebe ist, lässt auch die Freiheit, seine Orientierungen, ja ihn selbst abzulehnen; Denn: Liebe ohne Freiheit und ohne Wahlmöglichkeit ist keine Liebe. Aber in Anlehnung an das französische Sprichwort L'amour est l'enfant de la liberté, glaube ich, dass die Freiheit ein Kind der Liebe ist und nicht, wie das Sprichwort sagt, umgekehrt.

##### Gott und der Mensch; das Paradies und die Welt

Gott sehe ich, wie gesagt, absolut positiv. Nur das absolut Negative (−A) steht ihm völlig konträr gegenüber. Das Irdische, unsere Welt, so auch wir, befinden sich zwischen +A und −A. Der Mensch hat, wie oft erwähnt, ein `Wahlabsolutes´, ist aber sonst in einer relativen oder zweitrangigen Position. Was ist damit gemeint?   
Ursprünglich, im Paradies waren Gott und wir Menschen in Harmonie miteinander verbunden. Wir waren seine Geschöpfe, wie auch jetzt noch, aber damals ganz eigentlich und nicht, wie jetzt, entfremdet. Wir waren Teil Gottes, mit ihm eins - aber absolut frei, gegen ihn zu sein, ihn abzuwählen. Nachdem wir das, in Symbolgestalt von Adam und Eva, getan und entschieden hatten, unsere eigenen Götter zu sein, kamen wir aus der ursprünglichen erstrangigen Wirklichkeit in die jetzige zweitrangige Wirklichkeit, in die „Welt"; D.h. wir Menschen, die wir ursprünglich unmittelbar mit Gott verbunden waren und so im „Paradies“ lebten, leben nun in einer Welt, in der uns fremde Absolutheiten, die wir gewählt haben, beherrschen. Wir selber nehmen dadurch eine überwiegend zweitrangige Position in dieser Welt ein, obwohl wir nach wie vor die absolute Wahlmöglichkeit behalten haben. D.h. wir haben glücklicherweise die Verbindung zur Gott nicht verloren, ansonsten, sind wir aber vorwiegend, wie die übrige Welt, in einer zweitrangigen Situation mit ihren entsprechenden Charakteristika: d.h. wir sind sterblich, erlösungsbedürftig usw. solange wir durch fremde Absolutheiten (fA) bestimmt sind.[[659]](#footnote-659)|  
 Gott schließt unsere Welt und uns Menschen nicht aus. Gott schließt nur das −A aus. Nur *wir* haben Gott teilweise oder ganz ausgeschlossen. Ist also Gott in der Welt und in uns, noch vorhanden? Ich denke ja, aber wir unterdrücken ihn durch unsere fA. Die fA jedoch lieben die Welt und uns nicht um unserer selbst willen! Gott aber liebt uns um unserer selbst willen und durch Jesus geschieht die Rückverwandlung zweitrangiger Wirklichkeiten in die erstrangige Wirklichkeit. Sören Kierkegaard scheint es ähnlich gesehen zu haben:   
„Die Verzweiflung als Nicht-selbst-sein-Wollen, die eine `Krankheit zum Tode´ darstellt, kann durch das Ergreifen des Selbstseins im wahren Glauben überwunden werden.“[[660]](#footnote-660)  
Ich würde aber, im Gegensatz zu ihm, das Nicht-selbst-sein-Wollen nicht als die eigentliche Krankheit zum Tode bezeichnen, sondern die schon mehrfach erwähnte absolute Negativeinstellung eines Menschen, d.h. seinen prinzipiellen Willen zum −A.

###### Keine Angst vor falschen Göttern und Teufeln

„Sündige tapfer und umso tapferer glaube an die Vergebung Gottes.“ (M. Luther)   
  
[Anmerkung: Luthers Erklärung wendet sich an diejenigen, die zu gewissenhaft sind und zu viel Angst haben, zu sündigen. Seine Worte sind nicht für diejenigen gedacht, die weder an Gott glauben noch Verantwortung kennen.]  
Wir sollten keine Angst vor falschen Göttern und Teufeln haben, denn, wie öfter gesagt, aus der Sicht Gottes gibt es nur ein einziges absolut Negatives: das eigentliche –A und es liegt in unserer Hand, ob wir es wollen oder nicht. Alles andere Negative ist letztlich in Gott gelöst. Das kann man nur glauben, nicht beweisen, aber erfahren. Keine noch so große Sünde, kein seelisches Trauma, keine noch so schwere Erkrankung, kein Unglück, keine Vergewaltigung, kein Tod ist aus dieser Sicht das Letzte, das Unverzeihliche oder Unheilbare.  
**Heißt Metapsychotherapie, dass wir die fA unbedingt meiden müssen, weil sie gefährlich sind und uns krank machen können? Fast das Gegenteil ist der Fall: Wir sollten sie nicht zu wichtig nehmen, denn gerade dadurch, dass wir sie zu wichtig nehmen, werden sie für uns bestimmend.** Aber dann, so könnte jemand sagen, ist es am wichtigsten, sie nicht zu wichtig zu nehmen. Auch das ist nicht der Fall, denn auch nicht die Relativierung einer Fehlver-absolutierung ist am wichtigsten - aber klug. Die wichtigste Lösung vonseiten des Menschen ist durch ein prinzipielle Einstellung zum Guten hin schon geschehen. Klug, aber kein Muss, wäre es, sich dann immer wieder auch an die damit verbundenen Absolutzusagen Gottes zu erinnern, um etwas davon zu haben. Die fA kommen dann an die Stelle, wo sie hingehören: Sie sind relativiert und haben nicht mehr die Bedeutung, die sie vorher hatten. Wir müssten nicht mehr von der Substanz leben, um dies oder das unbedingt zu erreichen oder anderes unbedingt zu vermeiden und zu bekämpfen. Wir hätten dann mehr Gelassenheit, weniger Stress und weniger Angst - und aus dieser Position heraus wird es uns eher gelingen, die noch ungelösten relativen Probleme zu lösen, andere aber, ohne in eine Krise zu geraten, ungelöst zu lassen.   
Auch Christen vergessen oft diese „Metalösung”. Dann heißt es etwa: „Du musst mehr beten!“; oder „Du musst mehr an die anderen denken!“; oder „Du musst dankbarer sein!“ oder „Du musst an Gott glauben!“ oder „Du musst dich bessern!“ oder noch andere Imperative. Wohlgemerkt diese Ratschläge sind oft gut, werden sie aber absolut genommen, erreicht man das Gegenteil - dann werden diese gut gemeinten Ratschläge uns beherrschen und vielleicht krank machen.

##### Widerstand gegen die „Revision“[[661]](#footnote-661)

• Widerstand durch Angst vor der Wahlfreiheit:  
Was eine Lösung oft behindert, ist die Angst vor einer Entscheidung und deren Konsequenzen. Auch nach Kierkegaard macht die Freiheit dem Menschen Angst. Freiheit sei zugleich höchstes Gut und größte Bürde des Menschen. Dostojewskis Großinquisitor will den Menschen diese Angst nehmen und die Freiheit abschaffen.   
Er will ihnen das Glück der unmündigen Kinder, die Unschuld der Unfreien geben, die Last der Selbstverant-wortung, die Qual der Wahl nehmen.[[662]](#footnote-662)  
• Widerstand, weil unsere Macht relativiert wird. Es macht Menschen Angst, sich Grenzen, Schwächen und Ohnmacht einzugestehen.   
• Widerstand, weil der Mensch auch Angst bekommt, wenn er sich auf etwas verlassen soll, das unsichtbar ist, auch wenn es glaubwürdig erscheint.  
• Widerstand, weil Revision, wie auch andere Änderungen und Therapien, wehtun können. Die Geburt des Selbst macht Schmerzen, aber wie bei jeder Geburt geht es nicht ohne diese.  
• Widerstand wegen Missverständnissen, Missbrauch und Fehlinterpretationen (wie ich sie auch oben aufgeführt habe).  
• Ganz allgemein: Die Inversionen bieten kurzfristig Vorteile, die bei einer Revision aufgegeben werden müssen. (Zum [Widerstand](#_Widerstand) in der Psychotherapie siehe Teil `Psychotherapie´.)

###### Wer ist ein Christ?

`Liebe den Nächsten wie dich selbst´ oder `Liebe den Nächsten und dich nicht´?  
  
Es gibt häufig die Vorstellung, Christen sind immer ganz lieb und brav, eher asexuell, trinken am besten keinen Alkohol, ordnen sich Papst oder der Bibel unter; Sie sind aufopfernd und müssen dauernd die `Erbsünde´ und ihre eigenen Sünden abarbeiten und wiedergutmachen; Sie müssen leiden und wenn sie ganz konsequent sind, werden sie am Ende totgeschlagen - aber sie kommen dafür in den Himmel.  
„Menschen, die an Jesus glauben, sind nicht besser als andere. Aber sie sind besser dran. Sie müssen sich nicht selbst rechtfertigen, sie sind schon gerechtfertigt in der Liebe Jesu. Sie müssen sich nicht selbst beweisen, sie sind schon bewiesen ... Sie müssen sich nicht größer machen, als sie sind. Sie sind das Größte, was ein Mensch werden kann, ein Kind und Erbe des lebendigen Gottes. Sie müssen sich nicht selbst bemitleiden, sie haben jemanden, der mit ihnen leidet. Sie müssen sich nicht selber trösten, ermutigen und stark machen, sie haben jemanden, der sie aufbaut. Sie müssen nicht Erklärer, Erlöser und Liebhaber ihres Lebens sein. Sie haben den besten Löser und Liebhaber des Lebens ... Sie sind nicht vollkommen, aber vollkommen geliebt!“   
(Axel Kühner).[[663]](#footnote-663)  
Christen sind Menschen, die sich auf Christus berufen. Sie können sich frei und unbedingt geliebt fühlen. Nichts kann sie von der unbedingten Liebe Gottes trennen: Sie dürfen Säufer, Diebe, Prostituierte, Zöllner, Versager sein. Sie dürfen aggressiv, böse und egoistisch sein - wobei sie jedoch, um ihretwillen gesagt bekommen, sie sollten auf sich und die Anderen gut aufpassen, denn obwohl ihnen alles erlaubt sei, so sei doch nicht alles gut.  
Fragen: Sollen wir nicht als Erstes nach dem Himmel streben und nicht als Erstes nach der guten Tat? Wenn ich die Erlösung bei mir festmache, gerate ich dann nicht in Gefahr, zu versuchen, mich selbst zu erlösen, statt mich einfach erlösen zu lassen?   
Ist die Liebesbeziehung zwischen Gott und uns nicht ähnlich der zwischen Eltern und Kindern? Sind Kinder nicht auch erst um ihrer selbst willen geliebt und dann kommt die Moral?[[664]](#footnote-664)

# P S Y C H O T H E R A P I E

|  |
| --- |
| „Sei überzeugt, dass diese fremden Gestalten über Dich nichts vermögen; nur der Glaube an ihre feindliche Gewalt kann sie Dir  in der Tat feindlich machen.“ (E.T.A. Hoffmann : Der Sandmann) |

Hinweise/ Einführung

In diesem Kapitel gehe ich nur auf bestimmte psychotherapeutische Themen ein, die sich zudem mit den „meta-psychotherapeutischen” Themen aufgrund des Konzepts dieser Arbeit überschneiden. Bzgl. konkreter therapeutischer Hinweise siehe Abschnitt `Beispiele für Patienten´ in diesem Teil und im Teil `Psychiatrie´.   
Ich propagiere eine „primäre” Psychotherapie, die das Selbst der Patienten stärken und sie entlasten sollen - also insbesondere den Patienten gilt, die keine Ich-Stärke haben, um ihre Probleme aus eigener Kraft zu bewältigen.

Definition

• Übliche Definition: „Psychotherapie ... ist das gezielte Behandeln einer psychischen Erkrankung, psychischer Folgen körperlicher Erkrankungen oder von Problemen der Lebensführung mit Hilfe verbaler Interventionen auf der Grundlage einer therapeutischen Arbeitsbeziehung. Dabei finden wissenschaftlich anerkannte Verfahren systematische Verwendung.“[[665]](#footnote-665)  
• Ich fasse den Begriff Psychotherapie weiter, so, wie er ursprünglich gemeint war:   
psychḗ = `Seele‘ und therapeúein = `pflegen, sorgen‘. Ich verstehe unter Psychotherapie also alles, was unseren Seelen gut tut - egal ob wissenschaftlich deshalb auch nur teilweise mit wissenschaftlichen Methoden behandelt werden kann. Deshalb sollte Psychotherapie auch seelsorgerische und existenzielle Probleme mit umfassen. Die nachteilige Trennung beider: auf der ein Seite `wissenschaftliche´ Psychotherapie, auf der anderen Seite von Kirchen betriebene Seelsorge und den damit zusammenhängenden Esoterikboom habe ich schon erwähnt.

## Schwierigkeiten in der Psychotherapie (PT)

Wie müsste die optimale Therapie sein?   
Einfach, glaubwürdig, kostenlos und nachhaltig - wie die Liebe und, wie diese, vor allem erlösend.  
So einfach das klingt, so treten allerdings zwei Schwierigkeiten auf, die ich  
1. „Chronizitätder fremden Absoluta (fA)“ nennen und  
2. unter dem Begriff „Widerstand“ besprechen möchte.  
Die damit zusammenhängende Problematik des `[Krankheitsgewinns](#_Krankeitsgewinn)´ habe ich im Abschnitt ` Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit´ im Teil `Metapsychiatrie´ erörtert.

### Persistenz der fremden Absoluta (fA)

"Die ich rief die Geister, werd´ ich nun nicht los." (Goethe, `Der Zauberlehrling´)

Die früher genannte „Erlösung“ ist zunächst eine geistige und, wie gesagt, an sich ganz einfach. Die den psychischen Krankheiten zugrunde liegenden Es/fA-Komplexe sind jedoch materialisiert, verkörpert. Sie haben Eigenleben und Eigendynamik gewonnen, die sie meistens nur langsam verlieren. Die Situation, in der wir uns ihnen gegenüber befinden, ist vergleichbar mit einem Gefangenen, der nach jahrelanger Haft freigelassen wird, aber noch durch alte Mächte und Gewohnheiten gebunden ist.[[666]](#footnote-666) Zwar sind durch eine geistige „Revision“ die Es/fA prinzipiell, aber nicht total entmachtet, denn durch ihre Materiali-sierung dauert es, ähnlich wie beim Drogenentzug, manchmal Monate oder Jahre bis sie ihren Einfluss verloren haben.[[667]](#footnote-667)

### Widerstand

„Ich fürchte zu sterben, wenn ich wage, zu sein, wie ich wirklich bin.“ (Eine Patientin)

###### Sicht der Psychoanalyse

Die Psychoanalyse hat viel zur Erhellung dieses Phänomens beigetragen.[[668]](#footnote-668)  
• Unter `Widerstand´ versteht man nach S. Freud die „Abneigung gegen die Bewusstmachung unbewusster psychischer Inhalte und damit gegen die Besserung der Symptome und Heilung.“   
• Andere Definition: Widerstand zeigt sich „in der unbewussten Gegenwehr gegen die Verbesserung der eigenen Lage, die sich aus dem sekundären Krankheitsgewinn wie auch aus Sicherheitsgründen und Angstabwehr speist.“[[669]](#footnote-669)

###### Eigene Auffassungen

Ich verstehe den Widerstand - vor allem aus einer metatherapeutischen Perspektive - umfassender als die Psychoanalyse. Es geht mir nicht nur um den Widerstand des Kranken gegen seine Gesundung bzw. gegen die Therapie, sondern, in einem weiteren Sinne, um den Widerstand von uns Menschen gegen das Sinnvolle überhaupt, denn letzterer Widerstand umfasst den ersteren. Bezüglich des Widerstandes im engeren, üblichen Sinn, sehe ich große Übereinstimmungen mit der Psychoanalyse, leite aber auch diesen Widerstand aus der Rolle der fA (und A) ab.  
Widerstand kann sowohl vonseiten des Patienten als auch vonseiten des Therapeuten bestehen.[[670]](#footnote-670)  
Widerstand entsteht - nach dem Verständnis dieser Arbeit - überall dort, wo fremdes Absolutes (fA) bzw. Fremd-Selbst (fS) relativiert werden soll.[[671]](#footnote-671) Genauer: Wo es um den möglichen Verlust der Vorteile der +fA/fS oder um die Akzeptanz eines −fA/fS geht.   
Das ist für das Verständnis des Widerstands wichtig.   
Versucht man ein fA oder fS zu relativieren, so wäre das an sich nicht so schwierig, wenn nicht für den Einzelnen wegen spezieller Gründe diese oder jene fA/fS absolut wichtig erschienen. D.h. dieser Widerstand ist nicht alleine aus dem möglichen Verlust von positiven Seiten von Irgendetwas zu verstehen, sondern eben dadurch, dass dieses Etwas verabsolu-tiert wurde. Auch wenn es sich um etwas Negatives handelt, kann es dem Betroffenen unmöglich erscheinen, es zu relativieren. In beiden Fällen hat das Verabsolutierte (fA/fS) für den Betreffenden eine wichtige Funktion. Anders gesagt:  
**Weil für den Betreffenden seine Fremd-Selbsts bzw. fremden Absolutheiten wichtiger als sein eigentliches Selbst (Absolutes) wurden, wird er deren Relativierung und der Stärkung seines Selbst paradoxerweise Widerstand entgegensetzen.**   
So wird er auch das Gesundmachende torpedieren und das Krankmachende fördern.   
Die Person (P) soll das, was sie für *das* Leben hält, relativieren („sterben“ lassen = Entzug) und das, was sie für den Tod hält, akzeptieren. Beides kann Todesangst auslösen.   
Das Symbolbild soll die Orte des Widerstandes verdeutlichen: (Abb. 74)

Widerstand entsteht an zwei „Stellen“:   
1. Dem subjektiv empfundenen Qualitätsverlust vom verabsolutierten Positiven\* (+fA) zum objektiv nur relativ Positiven hin (Pfeil nach oben) wird Widerstand (Querbalken) entgegengesetzt.   
2. Widerstand entsteht auch, wenn man das absolut negativ Empfundene (−fA), das man unbedingt vermieden hat, nur relativ negativ und damit akzeptabel nehmen soll. (Pfeil und Querbalken unten). (0 hier nicht berücksichtigt).

+fA

–fA

Die Person muss so lange den Widerstand aufrechterhalten, so lange sie nicht mit einem stärkeren Selbst die empfundenen Qualitätsverluste ausgleichen kann. Anders gesagt: die Person (P) muss so lange der Therapie (bzw. +Veränderungen) Widerstand entgegensetzen, so lange sie nicht ein besseres Absolutes als das bisherige hat.[[672]](#footnote-672)  
Wird der Druck, den Widerstand aufzugeben, zu groß, kann die Person auch auf ein Gegen-fS oder ein anderes fS ausweichen. Je größer der äußere oder innere Druck wird, die Widerstände aufzugeben, desto mehr wird P in die Enge getrieben. Sie wird immer teurere [Abwehrmechanismen](#_Abwehr_und_Gegenbesetzung) einsetzen, um ihre fA zu erhalten. Widerstand und auch teure Abwehr sind so wichtige/ verständliche Notlösungen, solange keine eigentliche Lösung gefunden wird. Sie sollten deshalb vom Betroffenen und Therapeuten akzeptiert werden. Gleichzeitig sollte aber auf die Möglichkeit tieferer Lösungen hingewiesen werden.   
Ich komme im Kapitel `[Psychotherapie der Schizophrenie](#_Zur_Psychotherapie_der)´ auf diese Thematik noch einmal zurück.

##### Widerstand wogegen?

1. Widerstand gegen Verlust der Vorteile der fA/fS. Widerstand gegen den Verlust etwa des Kicks, des Verlustes eines, wenn auch labilen, Gleichgewichts;   
W. gegen Verlust von nötig erachteten Ersatz-Selbsts, Ersatzidentitäten, Ersatzsicherheiten, Ersatz-Ganzheit, Ersatzwirklichkeiten, Ersatzautonomie usw. Insgesamt:   
W. gegen Verlust **aller** +\* (also auch der +Kehrseiten von –fA und 0) aller Aspekte.  
2. Widerstand gegen `Nachteile´ des +A bzw. Selbst.[[673]](#footnote-673)  
= W. gegen die Liebe, Gott, eigenes Selbst, richtige Therapie, Wahrheit usw.  
Wenn es mir besser geht, bekomme ich vielleicht weniger Zuwendung, habe ich mehr zu verlieren, bekomme Schuldgefühle, mehr Verantwortung, die „Fallhöhe“ wird größer usw. Statt Droge und Kick erwarten den Patienten Entziehung, Katharsis,[[674]](#footnote-674) Schmerz und Verantwortung. Es bestehen deutliche Parallelen bezüglich des Widerstands gegen Gott, gegen das Selbst, gegen Gesundung, gegen Therapie usw. Jörg Müller: „~Viele Menschen suchen Gott, aber viele fürchten auch, ihn zu finden.“ [[675]](#footnote-675) Oder `Gebet´: „Gott nimm´ mir die Krankheit, aber rühre nicht an die Ursachen.“  
3. Widerstand gegen Relativierung eines −fA.  
Widerstand entsteht auch, wenn ein −fA, ein absolut negativ Empfundenes, das man unbedingt vermieden hat, nur relativ negativ und damit akzeptabel genommen werden soll.[[676]](#footnote-676) (Näheres siehe ungekürzte Fassung.)  
Aus der Sicht unterschiedlicher Wirklichkeiten kann man formulieren: Versucht P aus einer zweitrangigen in eine erstrangige Wirklichkeit zu kommen, so muss sie häufig durch einen Nullpunkt (ein Punkt voller Ohnmacht und Unsicherheit), der Angst macht.

##### Widerstand und Abwehr

Abwehr ist gerichtet gegen negativ Empfundenes.   
Widerstand ist gerichtet gegen subjektiv Negatives, aber objektiv Positives.  
Nun könnte man Widerstand auch eine spezielle Art der Abwehr (ABW) nennen, also Widerstand als `Abwehr‘ gegen das negativ Empfundene, aber eigentlich Positive. Das führt aber zu Missverständnissen.   
Beispiel Schulden. ABW: Verdrängen der Schulden. Widerstand gegen Sparen.[[677]](#footnote-677)

##### Wunsch und Widerstand

Der Doppelcharakter der hinter den Krankheiten stehenden Inversionen verursacht in uns ambivalente Tendenzen, denn wir setzen dem Widerstand entgegen, das objektiv besser für uns ist und wünschen das, was objektiv ungünstiger ist; Daneben bleiben glücklicherweise die ursprünglichen „gesunden" Strebungen und Wünsche bestehen. In bestimmten Phasen sind die widersprüchlichen Tendenzen in einem teuren Gleichgewicht: Wir wünschen das objektiv Bessere - und wir wünschen gleichzeitig das objektiv Ungünstigere. Wir wollen und fürchten das Gute wie das Schlechte gleichermaßen. Wir wollen das Krankmachende gleichzeitig behalten und loswerden, wir wollen gesund werden und doch nicht. Wir wollen befreit werden und zugleich gefangen bleiben. Wir bekommen Angst, wenn wir versuchen, das Gleichgewicht, auch wenn es teuer ist, zu verändern. Wir haben keinen Mut zu jenem `stirb und werde´.   
Aber wir sollten keine Angst haben. Wir fürchten zu sterben, aber wir sterben nur einen Nebentod und kommen danach in das eigentliche Leben.  
Wunsch und Widerstand treten vor allem dann zusammen auf, wenn wir uns nicht um unserer selbst willen lieben. Warum? Wir lieben uns dann vor allem um unserer Leistungen willen. Erfüllen wir diese Leistungen, dann fühlen wir uns super und haben das Verlangen nach weiteren Leistungen. Gleichzeitig wird deren Erfüllung auf die Dauer zu anstrengend und wir werden den Leistungsanforderungen nun Widerstand entgegensetzen. So pendeln wir zwischen dem Wunsch um unserer selbst willen oder um unserer Leistungen Willen geliebt zu werden und dem Widerstand gegen das eine oder das andere hin und her. So können wir zwischen verschiedensten Widersprüchen hin und her pendeln oder diese bestehen gleichzeitig und können uns dann zerreißen.  
Das Problem ist aus der zweitrangigen Perspektive unlösbar. P² müsste eine erstrangige Perspektive einnehmen, um zu einer Lösung zu kommen, damit aber auch auf die Vorteile einer P²-Position verzichten.

### Schwierigkeiten und Widerstand seitens des Therapeuten

Was ist der Unterschied zwischen einem Neurotiker, einem Psychotiker und einem Psychiater:  
Der Neurotiker baut Luftschlösser, der Psychotiker lebt in ihnen und der Psychiater kassiert die Miete. (Anonym) Frage: Könnte es sein, dass einige Psychiater auf diese `Miete´ nicht verzichten wollen?

Es bestehen zunächst allgemeine Schwierigkeiten für die Psychotherapie in Konkurrenz zu esoterischen Strömungen, die schon erwähnt wurden, schließlich auch in Konkurrenz zu Psychopharmaka-Therapien, auf die ich noch eingehen werde.   
Im Übrigen können Schwierigkeiten und Widerstände in Bezug auf eine optimale Psychotherapie in der Person des Therapeuten genauso liegen wie in der Person des Patienten, wie sie zuvor berichtet wurden.[[678]](#footnote-678)   
Eine Hypothese lautet: **Wie der Patient, so wird auch der Therapeut im Wesentlichen durch seine Weltanschauung bestimmt.**   
Zusätzlich wird sich aber der Therapeut in der Regel, im Gegensatz zum Patienten, einer bestimmten Psychotherapieschule verpflichtet fühlen, die möglicherweise auch bestimmte Schwierigkeiten in der Therapie mit sich bringt.[[679]](#footnote-679)   
Balthasar Staehelin dazu am Beispiel Freuds: „ Dieses … Gezwungensein Freuds, nur Diener einer solchen wissenschaftlichen Einseitigkeit und Ausschließlichkeits sein zu müssen, trieb ihn in seinen wahrscheinlich größten Fehler: er konnte nicht mehr dem Patienten unvoreingenommen zuhören, sondern er vernahm aus dem Gehörten nur das, was er als seine philosophische Überzeugung über das Wesen des Menschen an diesen selbst herantrug.“[[680]](#footnote-680)

Die gegenwärtigen Psychotherapieschulen sind stark rationalistisch und empiristisch geprägt und haben entsprechende Vor- und Nachteile. Während die Menschen früher - insbesondere und dem unter dem Einfluss missverstandener Religiosität - moralisch sein mussten, sollen wir jetzt selbstoptimiert, vernünftig und erwachsen werden.   
Typisch für uns Therapeuten ist die Verabsolutierung von möglichst schnellem Erfolg, der Rolle als Helfer, von Gesundheit, Funktionalität - und manchem von uns männlichen Therapeuten wird es zu wichtig sein, dass sein weibliches Gegenüber hübsch, klug, jung und vielleicht auch privat versichert ist usw.  
Bezüglich der `Situation von Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie heute´, ihren Ängsten und Widerständen vor Veränderungen siehe gleichlautendes Kapitel später.  
Im Folgenden will ich kurz darstellen, welche Psychotherapierichtungen es gibt und welche Vor- und Nachteile sie haben können.

## Psychotherapierichtungen (Kritische Übersicht)

**Die wichtigsten Richtungen der Psychotherapie (PT) werden hier lediglich ganz kurz reflektiert,   
um nur grundlegende Ähnlichkeiten oder Unterschiede zu meinem Konzept aufzuzeigen.**[[681]](#footnote-681)

ÜBERSICHTSTABELLE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Anthropozentrische Grundlagen | | |
| anthropozentrisch säkular | | |
| Richtung | Methode | Gründer/ Vertreter |
| analytisch- tiefenpsychologisch | Psychoanalyse (PsyA)  Individualpsychologie  Analytische Psychologie  Psychoanalytische Selbstpsychologie  Objektbeziehungstheorie  Bindungstheorie Strukturale Psychoanalyse  Relationale und Intersubjektive PsyA  Neuropsychoanalyse  Daseinsanalyse  Hypnose  Katathym-Imaginative Psychotherapie  Transaktionsanalyse | Sigmund Freud  Alfred Adler  C. G. Jung  Heinz Kohut  Melanie Klein John Bowlby, Mary Ainsworth Jaques Lacan R. D. Stolorow u.a.  M. Solms, M. Mancia u.a.  L. Binswanger, M. Boss  Milton Erickson  Hanscarl Leuner  Eric Berne |
| verhaltens- therapeutisch | klassische Verhaltenstherapie (VHT) | Thorndike, Watson, Skinner u. a. |
| kognitive Verhaltenstherapie (KVT) | A. Ellis, Beck, Kanfer, Lazarus u. a. |
| systemisch | Systemische Therapie | Satir, Haley, Jackson u. a. |
| humanistisch | Rational-Emotive VHT  Existenzanalyse und Logotherapie  Gestalttherapie  Gesprächspsychotherapie  Psychodrama  Integrative und Körperpsychotherapie | A. Ellis  Viktor Frankl  F.S. Perls, P. Goodman  Carl R. Rogers  Jakob L. Moreno  Siehe Text |
| anthropozentrisch - spirituell | | |
| humanistisch  spirituell | analytisch | z.T. C. G. Jung, Viktor Frankl |
| transpersonale PT | S. Grof, F. Vaughan, A. Maslow, R. Walsh, R.D. Laing, Ch. Tart,  R. Assagioli, K. Wilber |
| **Christozentrisch** (anthropozentrisch-theozentrisch) | | |
| christlich | analytisch  tiefenpsychologisch  biblisch  beratende Seelsorge-Angebote Pastoralpsychologie | Wilfried Daim  Eugen Drewermann  Michael Dieterich  Seelsorger Pastoralpsychologen |

### Anthropozentrische, säkulare Psychotherapien

„Wenn ihr's nicht fühlt, ihr werdet's nicht erjagen,  
Wenn es nicht aus der Seele dringt ...  
[Ihr werdet] nie Herz zu Herzen schaffen,  
Wenn es euch nicht von Herzen geht.“ (Goethe, Faust.)

Es geht um Psychotherapierichtungen, die von einem anthropozentrischen Menschenbild ausgehen und deren philosophische Grundlage in der Regel der Materialismus ist. Erkennt-nistheoretisch gesehen sind sie i.d.R. rationalistisch und empiristisch. Man könnte sie auch `säkular fundierte Psychotherapien´ oder, genauer, `säkularistische Psychotherapien´ nennen.

###### Diskussion

• Die absichtliche Selbstbegrenzung der Psychologie auf ein anthropozentrisches, nur wissenschaftlich fundiertes Menschenbild führt automatisch zu einer begrenzten Therapie. Nach Karl Jaspers geht das Denken der Philosophie auf das Ganze, das Denken der Wissenschaft auf das Partikulare.[[682]](#footnote-682) So sind auch säkulare Psychotherapien in gewisser Weise unrealistisch, da sie nur den Teil der Wirklichkeit erfassen, der beweisbar ist. Alles andere ist für sie wenig oder nicht relevant.   
Ein weiteres Problem bleibt: Der Mensch kann sich nicht selbst erlösen, er kann nur im Rahmen seiner Möglichkeiten Probleme lösen. Mir scheint, dass uns alles Irdische, inklusive uns Menschen, nur bedingt helfen, retten, erlösen und lieben kann und wir im Letzten mutterseelenallein sind.   
Diese bittere Wahrheit wird aber von den meisten Ideologen bemäntelt. Wer gibt denn dem Volk Opium? Doch nicht Christus, bzw. ein sich wirklich auf ihn gründendes Christentum, sondern die meisten Ideologien, auch materialistische, indem sie illusionär verkünden, der Mensch oder der Fortschritt werde irgendwann einmal die Menschheitsprobleme lösen. Tatsächlich wird eine nackte, trostlose, kalte und sterile, weil nur materialistische Weltanschauung verkündigt, die den Menschen auf Materie reduziert und ihm nimmt, was ihn eigentlich erst zum Menschen macht.  
• Ein einseitiger Anspruch auf reine Wissenschaftlichkeit macht blind für eine Metaebene, das heißt für Lösungen, die außerhalb des Beweisbaren liegen. Diese Psychotherapien bleiben im rein Rationalen und Objektiven stecken.   
• In säkularen Psychotherapien werden sich Patienten mit existenziellen und spirituellen Problemen schlechter verstanden fühlen.[[683]](#footnote-683)  
• Anthropozentrische Psychotherapien machen die Lösung aller Probleme am Menschen selbst fest (Selbsterlösungen). D.h. säkulare Psychotherapien setzen letztlich auf Ich-Stärke, die m.E. der Selbst-Stärke unterzuordnen ist. Dadurch werden Therapeut und Patient zu sehr unter Druck gesetzt. Beide müssen bestimmte Leistungen unbedingt erfüllen.  
• Säkulare Psychotherapien stellen selten ihre eigenen philosophischen Grundlagen dar.[[684]](#footnote-684)  
• Es fehlt das Optimum des Zusammenspiels von maximaler Orientierung („Gesetz“) und noch größerer Liebe (Gnade). Anders formuliert: Es fehlt die Absolutsetzung der Liebe (religiös: Gottes), die optimale Orientierung gibt, aber diese der Liebe unterordnet - eine Einstellung, wie wir sie, in der Beziehung zu unseren Kindern versuchen einzunehmen. Wenn die Orientierungen einseitig oder erstrangig werden, drohen sie, den Patienten zu überfordern. Eine häufige Notlösung, besteht dann darin, diese Orientierungen zu negieren - in diesem Fall unterfordern wir den Patienten.  
• Säkulare Psychotherapien enthalten oder erzeugen Paradoxien, wenn sie durch reine Wissenschaft dem Menschen rationale Macht über das Irrationale, Metaphysische geben wollen oder wenn sie nur mit Objektivität das Subjektivste des Menschen, seine Psyche, behandeln wollen. Wo solche Paradoxien entstehen, sind sie krankheitsfördernd. Sie fördern ungewollt spiritische Strömungen (→ `[Esoterik](#_Esoterik_und_ähnliche)´).  
• Säkulare Psychotherapien kämpfen zu sehr gegen nur relativ Negatives und für relativ Positives und geben andererseits bei existenziellen Problemen zu schnell auf oder verdrängen diese.  
• Säkulare Psychotherapien neigen dazu, psychische Gesundheit und Funktionalität zu verabsolutieren.  
• Säkulare Psychotherapien gehen von einem zu relativen bzw. zweitrangigen Menschenbild aus, das keine optimale Therapiegrundlage bietet.[[685]](#footnote-685)  
• Säkulare Psychotherapien neigen dazu, Leid und Krisen vermeiden. Zu wenig Trauerarbeit.   
• Unbewusstes soll bewusst werden, ungünstiges Verhalten durch günstiges ersetzt werden usw., ohne dass eine relativierende Metaebene genannt wird. Das ist nachteilig, denn erstens ist Unbewusstes manchmal besser als Bewusstes und ungünstiges Verhalten manchmal besser als günstiges; und zweitens: Selbst wenn in unserem Falle das Bewusste und das günstige Verhalten auch objektiv die besseren Alternativen sind, so ist der Betroffene oft nicht imstande, diese Ziele zu erreichen.  
• Die dem Materialismus immanente Leugnung eines freien Willens wirkt sich auf Psychotherapien lähmend aus. Täter werden so schnell zu Opfern.   
• Säkulare Psychotherapien neigen zu Normierungen. Selbst so eine banale Frage wie: „Wie komme ich am besten in die nächste Stadt?" kann nicht schematisch beantwortet werden, geschweige denn Lebensfragen.  
Die konkreten Antworten/Lösungen sind immer individuell, trotz aller Erfahrungen.   
• Säkulare Psychotherapien sind gefährdet, manipulativ zu werden. Der Patient wird schnell zum Fall und der Psychiater zum Techniker.   
• Säkulare Psychotherapien verschieben die eigentliche Lösung in die Zukunft. Es heißt nicht: „Du bist schon“, sondern: „Du wirst, wenn du das oder das erreichst."  
• Säkulare Psychotherapien zeigen selber Abwehrmechanismen, die sie für ihre Patienten reduzieren möchten: Verdrängung existenzieller Fragen, Rationalisierung, Regression auf einen Alleinvertretungsstandpunkt, Projektionen, Ausgrenzung (Zusammenarbeit nur mit anderen Wissenschaften) usw.  
  
 Ich halte es jedoch für falsch, säkulare bzw. atheistische Auffassungen von vornherein abzuwerten. Ein humanistisch orientierter Atheismus ist oft besser als ein missverstandener Glaube an Gott. Außerdem haben die meisten Therapeuten so viel Empathie, dass dadurch manche Schwachstelle ihrer Theorie ausgeglichen wird. Dennoch kann eine stringent angewandte säkulare Psychotherapie im besten Fall nur suboptimal sein, denn sie muss, wie gesagt, dazu neigen, irgendwelche Forderungen an die Existenzberechtigung des Menschen zu stellen und ihn (sowohl den Patienten als auch den Therapeuten) zu überfordern, weil die Existenz einer unbedingten positiven spirituellen Kraft verneint wird und der Mensch letztlich aus eigener Kraft mit seinen Problemen fertig werden muss. Ein Urvertrauen, das über den Menschen hinausweist, wird verneint und dem Menschen selber die letzte Verantwortung aufgebürdet. Das funktioniert nur solange, solange die Beteiligten genügend Kraft haben, mit den Problemen fertig zu werden. Werden die Probleme jedoch größer als die vorhandenen Kräfte, kommt das System in eine Krise. Das trifft auf entsprechende intrapersonale wie auch interpersonale, also auch therapeutische Situationen zu.  
Während atheistische Auffassungen sowohl das Menschenbild als auch die entsprechende Therapie entgeistigen und stattdessen technisieren, besteht andererseits auch die Gefahr missverstandener Spiritualität vor allem in realitätsfremden spiritistischen Auffassungen. Während atheistische Therapeuten dazu neigen, Fragen zu vermeiden, die uns Menschen voller Ohnmacht zeigen, wie unheilbare Krankheit oder Tod, werden manche spirituelle Therapien oder Auffassungen dazu neigen, die Menschen einseitig auf das Jenseits zu vertrösten und vorhandene Eigenverantwortung zu unterschätzen oder gar zu lähmen.   
(Sonst siehe auch die Kritik [materialistischer Standpunkte](#_Kritik_am_Materialismus) im Teil `Metapsychotherapie‘.)

###### Materialistische oder idealistische PT?

Eine weitere Unterteilung der anthropozentrisch orientierten Psychotherapien in materialistische oder idealistische, ist für manche PT-Richtungen etwas willkürlich, hat aber eine gewisse Bedeutung insofern, weil die Psychotherapien mit idealistischer Grundlage auch Unbeweisbares (Ideen, Geist usw.) mitberücksichtigen. Während analytisch orientierte Psychotherapien (Psychoanalyse, Tiefenpsychologie) und Verhaltenstherapien eine materialistische Ausgangsposition einnehmen, neigen die Psychotherapien, die ich unter „spirituell-integrative“ aufgeführt habe, eher zum Idealismus und/ oder beziehen teilweise religiöse Positionen.

#### Analytisch-tiefenpsychologische PT

**Ich behandle hier nur ganz kurz einzelne Themen, die für das Verständnis dieser Arbeit notwendig sind. [**Dabei nehme ich zu einigen Punkten schon in eckigen Klammern Stellung und erläutere anderes in einem gesonderten Abschnitt**.]**

##### Psychoanalyse

Die Psychoanalyse geht davon aus, dass psychische Konflikte, die nicht gelöst werden, krank machen können. Der ungelöste psychische Konflikt bzw. das unverarbeitete Trauma geht ins Unbewusste, verwandelt sich und erscheint in anderer Gestalt (chiffriert, symbolisiert) - etwa als Traum oder Symptom. Das Symptom wird so zum Symbol der ungelösten/ unverarbeiteten unbewussten Konflikte/ Traumata.   
In der Psychoanalyse erkannte man früh, dass die Unterdrückung von wichtigen Trieben (wie etwa dem Sexualtrieb) zu psychischen Störungen führen kann[[686]](#footnote-686) und umgekehrt eine Bewusstmachung und Aufhebung dieses Verbots auch dessen negative Folgen beseitigt.   
 **[**Nach meiner Terminologie entspricht Letzteres einer Relativierung eines negativen fremden Absoluten (−fA). Ich glaube, das entscheidende `Therapeutikum´ der Psychoanalyse besteht aber weniger darin, unbewusste Komplexe zu entdecken und bewusst zu machen, sondern jedem Menschen das Schlimmste zu unterstellen - wie etwa den Vater töten zu wollen, um mit der Mutter schlafen zu können - und diese scheinbar abnormen Wünsche als normal anzusehen und den Patienten so zu akzeptieren. Denn selbst wenn es nicht diese Wünsche sind, so sind doch, so die Theorie, ähnliche Abgründe in jedem von uns. Darin ist sich Sigmund Freud durchaus mit Jesus einig, auch wenn Freud das nicht intendierte**.]**  
Nach Th. Auchter und L. V. Strauss geht es bei Freud vor allem um das Ziel der Einsparung seelischer Energie und die Aufrechterhaltung des seelischen Gleichgewichts. Bei Freud sei das Gleichgewicht zwischen Lustprinzip und Realitätsprinzip zentral. Die Psychoanalyse „sensibilisiert den Menschen dafür, in einer `unendlichen Analyse´, das heißt, einem fortwährenden Fragen und Nachdenken, dem Sinn und der Bedeutung seines Handelns und Lebens forschend auf die Spur zu kommen. Insofern ist die Psychoanalyse eine Form der unaufhörlichen Wahrheitssuche, wie Freud es formulierte.“[[687]](#footnote-687)  
 **[**Diese „unaufhörliche Wahrheitssuche“, dieses Nie-endgültig-an-ein-Ziel-Kommen, das dem konfuzianischen und buddhistischen Motto `Der Weg ist das Ziel´ gleicht, erscheint mir persönlich - und wohl auch den meisten Menschen, die das ernst nähmen - zu anstrengend und frustrierend**.]**  
S. Freud sah, seinem Dreiinstanzenmodell folgend, diese Grundkonflikte:

a) Ich gegen Es  
b) Über-Ich gegen Es  
c) Ich gegen Über-Ich und Es

Nach Mentzos wiederum sind alle psychischen Konflikte Variationen des Grundkonfliktes zwischen Autonomie und Abhängigkeit.[[688]](#footnote-688)  
 **[**Ich unterscheide einen absoluten Grundkonflikt zwischen +A und –A und relative Konflikte vor allem zwischen +A und den fAs, den fAs untereinander und Konflikte innerhalb eines jeden fA bzw. Es**.]**

###### Kritiker der Psychoanalyse

Literaturauswahl

Ich nenne hier nur die Kritiken, denen ich mich auch anschließe.  
• Die `Neue Wiener Schule´ sieht die Person als leiblich-seelisch-geistige Einheit. Sie wirft der Psychoanalyse Freuds vor, die geistige Dimension der Person zu vernachlässigen, ohne die die Person keine menschliche Ganzheit darstellen könne. „Das Ganze der menschlichen Seele wird innerhalb der Psychoanalyse atomistisch gesehen, indem es gedacht wird als zusammengesetzt aus einzelnen Teilen, den diversen Trieben, und diese wiederum aus Partialtrieben ... Dadurch jedoch wird die Seele, die menschliche Person, wird deren Ganzheit irgendwie zerstört: Die Psychoanalyse depersonalisiert den Menschen geradezu; freilich nicht ohne die einzelnen ... Instanzen ... ihrerseits zu personifizieren (nämlich zu selbständigen, eigenmächtigen, pseudopersonalen Entitäten zu machen) ...“. Außerdem: „Menschliches Sein wird von der Psychoanalyse so von vornherein als Getriebensein interpretiert.“ Weiter: Freud habe das Ich an das Es sozusagen verraten, weil er das Ich zu einem bloßen Epiphänomen des Es gemacht habe. Die Psychoanalyse behaupte letztlich: `Das Ich zieht sich selbst am Schopf des Über-Ich aus dem Sumpf des Es.´[[689]](#footnote-689)  
• H. Wahl: Freud propagierte eine „Erziehung zur Realität“. Freud käme „über das tapfer resignierende Festhalten am Realitätsprinzip nicht hinaus …“[[690]](#footnote-690)  
• Ernst Bloch: Die Psychoanalyse sei zu rückwärtsgewandt.  
• „Gute Geschichte, aber schlechte Wissenschaft“ (Zimbardo).[[691]](#footnote-691)  
• „Psychoanalyse ist Beichte ohne Absolution.“ (G.K. Chesterton)[[692]](#footnote-692)  
• Sonst siehe z.B. E. Wiesenhütter: „Freud und seine Kritiker“.[[693]](#footnote-693)

Weitere Kritikpunkte[[694]](#footnote-694)

Siehe auch die Kritik an der [säkularen PT](#_Diskussion).  
• Die Psychoanalyse kennt keine Transzendenz, so auch kein +A.   
Freud dazu: „Wer nach dem Sinn des Lebens fragt, ist krank, denn den Sinn des Lebens im objektiven Sinn gibt es ja nicht.”[[695]](#footnote-695)  
• Liebe wird als Libido dargestellt. Gott gibt es nicht, er ist eine Illusion.   
• Die Psychoanalyse beschreibt im Grunde genommen die Vorgänge des zweitrangigen Personalen. Das, was ich erstrangiges Personales nenne, finde ich nicht.   
• Auch die Weiterentwicklungen der Freud´schen Psychoanalyse stellen für mich in ihrer Anthropozentrik Selbsterlösungskonzepte dar, die den Menschen überfordern.   
Die Menschen müssen mit ihren Problemen selber fertig werden. Vor allem in Bezug auf schwere psychische Erkrankungen, wie den Psychosen, scheinen mir diese therapeutischen Konzepte zu schwach, da sie auf Ich-Stärke und weniger auf Selbst-Stärke aufbauen. S. Freud hat sich deshalb vielleicht nicht ohne Grund skeptisch bezüglich einer Psychotherapie von Psychosen geäußert. (Dazu a.a.O. mehr).   
• Die Psychoanalyse geht in der Charakteristik der Person vom Pathologischen aus. Die drei Hauptinstanzen sind letztlich Instanzen einer verfremdeten bzw. kranken Person. Sie sind auch dementsprechend definiert. Nach der Psychoanalyse hat das Ich die Aufgabe das seelische Gleichgewicht zwischen den Instanzen herzustellen, Es und Über-Ich in den „Griff" zu bekommen. Freud: „Eine Handlung des Ichs ist dann korrekt, wenn sie gleichzeitig den Anforderungen des Es, des Über-Ichs und der Realität genügt, also deren Ansprüche miteinander zu versöhnen weiß."[[696]](#footnote-696)  
 **[**Was für eine Anstrengung und Gratwanderung (!), wenn das Ich zwischen Über-Ich, Es und Realität vermitteln muss. Günstiger ist es, wenn Ich, Es und Über-Ich dem Selbst der Person untergeordnet sind. Das ist nur dann möglich, wenn ihnen keine absolute Bedeutung zukommt.[[697]](#footnote-697) Die Person bekommt dann keine Panik, wenn das Es über die Stränge schlägt, sie lässt sich auch nicht vom Über-Ich falsche Schuldgefühle machen und fordert kein Ich, das alles in den Griff oder ins Gleichgewicht bringen müsste. Es, Über-Ich und Ich sind so Akzente aber keine Dominanten**.]**  
• Die Feindschaft zwischen Vater und Sohn, wie sie Freud im Ödipus-Komplex beschrieben hat, ist nur eine Möglichkeit einer ungelösten Problematik zwischen Vater und Sohn, eine Art Anti-Komplex. Eine weitere Möglichkeit ist die Symbiose zwischen Vater und Sohn und die dritte Möglichkeit ist die Indifferenz zwischen beiden. Vor allem die beiden letzteren Möglichkeiten sind heute verbreiteter als der Ödipuskomplex. Diese Möglichkeiten gelten zudem zwischen allen Bezugspersonen und nicht nur zwischen Vater und Sohn.  
• Theorieimmanente Dilemmata: Es ist ein Widerspruch, wenn Freud mit seinem „Gott Logos“ das Unbewusste erhellen will, von dem er andererseits meint, es unterliege nicht den Gesetzen der Logik. Wenn vor Freud die Triebe durch die Moral\* unterdrückt wurden, wurden sie nach ihm durch die Vernunft\* unterdrückt. S. Freud hat sich auch unterschiedlich zu dem Phänomen der Freiheit geäußert und es i.d.R. als unwissenschaftlich gekennzeichnet.  
• Freuds Psychoanalyse ist pessimistisch.   
 **[**Warum sollte man sich mit einer letztlich pessimistischen Therapie behandeln lassen?**]**

Stichwortartige Zusammenfassung

**Positiv**: Alte Götter, wie sie Moral und Eltern, vor allem zur damaligen Zeit darstellten, wurden von der Psychoanalyse zu Recht entlarvt und entthront und die Menschen von ihnen befreit. **[**Dafür aber der „Gott Logos“ etabliert.**]** Die Psychoanalyse propagiert die unbedingte Annahme aller Schattenseiten des Patienten; Sie ist sehr differenziert mit vielen neuen Erkenntnissen und trotz des Anspruchs auf Wissenschaftlichkeit über diese hinausgehend.[[698]](#footnote-698) Sie ist gegen falsche Tabus und kennt keine Unterwerfung unter den Zeitgeist.  
**Negativ**: z.T. pseudoreligiös, zu pessimistisch, zu überfordernd, als Analyse nie endend, fehlende Spiritualität, fehlendes +A, zu zurückblickend. Die Person (P) wird vom Negativen her erklärt und positive, gesunde Seiten zu wenig berücksichtigt; zu einseitige Berücksichtigung der Sexualität und Aggressionen (Freud); Vernachlässigung des Subjekts. Sprache zu materialistisch, mechanistisch usw. - so werden Personen z.T. wie Objekte oder Dinge bezeichnet (z.B. psychischer `Apparat´, `Objekte´) und Dinge personifiziert.

(Zum Vergleich von `Gegenbesetzungen´ in der Psychoanalyse und in dieser Arbeit , siehe [Abwehr durch „Gegenbesetzung“](#_•_Abwehr_durch) und ungekürzte Fassung.)

###### Spätere Psychoanalytiker

Dazu einige Stichworte:[[699]](#footnote-699)  
Bei **Freud** stand v.a. die Triebtheorie im Mittelpunkt.  
Sandor **Ferenczi**, Michael **Balint** und Melanie **Klein** stellten die frühkindlichen Beziehungen zu Bezugspersonen ins Zentrum ihrer Theorien = Objektbeziehungstheorien. Nach Melanie Klein können die früheren Bezugspersonen („Objekte") entweder geliebt oder gehasst werden. Das zeigt deutliche Parallelen zu Freuds Libido und Destrudo [und eine Parallele zu +fA und −fA.]  
Heinz **Kohut** entwickelte eine Selbstpsychologie. Er untersuchte, inwieweit eine Person Objekte benötigt, um die psychische Funktionsfähigkeit seines Selbst aufzubauen und zu bewahren. Kohut ging davon aus, dass „das Ziel des Selbst darin besteht ... einen Zusammenhalt des Selbsterlebens zu erreichen." Das Selbst benötige das Erleben von befriedigenden Selbstobjekt-Erfahrungen. Ein Mangel an sympathischer Resonanz der elterlichen Selbstobjekte bedinge eine Störung des Selbst.[[700]](#footnote-700)  
Erich **Fromm**: Neurose entstehe dort, wo der Mensch seiner Freiheit ausweicht.   
Franz G. **Alexander**: „ ...ging von der Beobachtung aus, dass Neurotiker in der Regel nicht nur in irgendeiner Weise übermoralisch, sondern ebenso zu wenig moralisch sind. Er erkannte, dass sowohl die Unmoral als auch die neurotische Pseudomoral zwei Seiten ein und derselben Medaille sind und dass sie in einem funktionalen Abhängigkeitsverhältnis zueinander stehen.“[[701]](#footnote-701) [Das entspricht der Pro-und-Kontra-Position des Es des Asp.12.]  
**C. G. Jung** betonte in seiner Lehre die Archetypen.   
Kritik dazu durch W. Schmidt (?)[[702]](#footnote-702) - die Archetypen seien die neuen Götter C.G. Jungs. Erst der Bezug auf sie verleihe dem Leben seinen Sinn. Der letzte metaphysische Halt eines Menschen liege so in ihm selbst. Psychologie werde zur Weltanschauung. Die Vorstellung des Archetypus sei ein gedankliches … hypostasiertes Abstraktionsprodukt.  
Zu C. G. Jungs Aussagen: „Werde der du bist", „Erkenne dich selbst" (→Individuation).[[703]](#footnote-703)Kritik von Trüb: Jung suche `die wesentliche Bestimmung des Menschen letztlich im Prozess des psychologischen Selbstbezugs.´[[704]](#footnote-704) [[705]](#endnote-1)(Siehe auch meine Kritik bzgl. `[Individuation](#_Individuation)´ a.a.O.)

###### Primärtherapie von A. Janov

Ich nenne diese Therapie von Arthur Janov extra, weil mir einige seiner Gedanken sehr naheliegen, obwohl seine Theorien von der offiziellen Psychotherapie nie anerkannt wurden und in den letzten 20 Jahren, zumindest in Deutschland, immer mehr an Bedeutung verloren haben. Anfang der 1970er Jahre erschien sein Buch `Der Urschrei´, auf das ich mich im Wesentlichen beziehe.[[706]](#footnote-705) Dort beschreibt er seine `Primärtherapie´, die, ähnlich wie die Psychoanalyse von S. Freud, davon ausgeht, dass Neurosen durch verdrängte Erinnerungen an traumatische Erlebnisse aus der Kindheit entstünden. Allerdings bezog sich Janov nicht nur auf frühkindliche Traumatisierungen, sondern auch auf peri- und pränatale Traumata - hier wiederum besonders auf eine Ablehnung des Fötus durch Mutter und/ oder Vater. Die primäre Bedürfnisse des Ungeborenen bzw. Säuglings nach bedingungsloser Annahme und Liebe würden nicht befriedigt und riefen in ihm einen `Urschmerz´ hervor, der Ursache für spätere neurotische Störungen sei. Dieser Urschmerz müsse bewusst gemacht und noch einmal durchlebt werden („Kathartisches Durcherleben") - meist mit dem sogenannten Urschrei verbunden - um das `wahre Selbst´ freizulegen. Mit diesem lebe es sich dann ganz einfach. Es sei eine Herkulesarbeit „zu sein, was man nicht ist. Man selbst zu sein ist das Allereinfachste.“[[707]](#footnote-706)  
 Diskussion:  
- Auch ich glaube, dass es sich mit einem wahren oder eigentlichen Selbst am leichtesten lebt, das man es jedoch nicht selbst, wie bei Janov, erringen muss, sondern schon hat.  
- Janov verbindet das `wahre Selbst´, wie ich, v.a. mit Kind-Sein. Ich halte allerdings das `Kind-Sein´ *an sich* für problematisch, als primäres Ziel sogar für gefährlich, wenn es sich nicht in einem größeren Ganzen (für mich `Gott´) geborgen fühlt. Es ist sonst allein und verletzbar und der Therapeut nicht immer anwesend und insgesamt für diese Rolle zu schwach.   
- Janov versucht, die Abwehrmechanismen zu reduzieren oder überflüssig zu machen, wobei er diese jedoch zu negativ sieht. Ich sehe deren Rolle eher zweitrangig und versuche sie zu stärken, damit sie im Notfall zur Verfügung stehen.  
- Janov verlegt die Ursachen von Neurosen, den Urschmerz, in den pränatalen bzw. perinatalen Bereich, nicht erst in die frühe Kindheit. Das ähnelt in gewisser Weise meiner Theorie, nach der ich, wie ihm Teil `Metapsychiatrie´ beschrieben, den Urschmerz darin sehe, dass wir das Paradies verloren haben.  
- Unbedingte Liebe und Anerkennung haben für Janov zentrale Bedeutung, allerdings ohne religiösen Bezug. Insofern für mich zu anstrengend.  
- Relativierung von Autoritäten: Alte Götter, wie sie Moral, Eltern usw. darstellen können, werden zu Recht entthront. Der Betreffende erlebt, dass ihm nichts passiert und dass er nicht stirbt, wenn er die Moral, die Eltern oder Anderes vom Thron gestürzt hat - im Gegenteil, er fühlt sich befreit und gut. Tragen wir nicht alle die Sehnsucht in uns, ganz frei sein zu dürfen: ohne Verantwortungen, ohne Leistungen, ohne Angst. Sind nicht gerade die schönsten Augenblick in unserem Leben die, in denen wir uns, wie im Orgasmus, einfach fallen lassen, nichts mehr kontrollieren, keine Abwehrmechanismen benötigen und manchmal auch `urschreimäßig´ schreien!?  
 M.E. ist so an der Primärtherapie „einiges dran“, das man nicht einfach als unwissen-schaftlich abtun sollte - vielleicht gerade, weil es *den* Bereich erhellt, den Wissenschaft alleine nicht erhellen kann?  
Versuchen wir nicht in unseren Psychotherapiesitzungen eine ähnliche Atmosphäre für unsere Patienten zu schaffen, in der sie sich frei, geborgen und verstanden, also wie geliebte Kinder fühlen dürfen?   
Haben nicht immer wieder Therapeuten mit Recht dazu aufgerufen, das „innere Kind in uns“ zu lieben und manche das als „Neugeburt" oder „Wiedergeburt“ (Rebirthing) bezeichnet, wie die `Reinkarnations-Therapie´ in Anlehnung an die buddhistische Religion. Auch die christliche Religion spricht von einem (geistigen) Neugeborenwerden, wenn wir wagen, Kinder Gottes (nicht: Kind der Eltern!) zu sein.  
Aber: Wie hätte sich eine etablierte Psychotherapie, die sich als Wissenschaft versteht und als solche beobachtet, misst, prüft und kontrolliert, auf so eine unkontrollierbare Methode, wie die Urschreitherapie, einlassen können? Stellen Sie sich, liebe Leser, einmal vor, wie es gewesen wäre, hätte die Urschreitherapie Einzug in unsere Praxen und Kliniken gehalten. Wer hätte wohl das ganze Gestöhne und Geschreie und Gerede von Wiedergeburt akzeptiert? Wir etablierten Psychotherapeuten wagen ja kaum noch einen Patienten zu umarmen oder mit ihm zu weinen.   
 Andere Meinungen:   
Bert Hellinger über seine eigene Therapie bei Janov: „Es hat mich betroffen gemacht. Aber auf der anderen Seite bekommst du natürlich in einem solchen Augenblick eine unglaubliche Freiheit.“[[708]](#footnote-707) Siehe aber auch die sehr negative Kritik von Hansjörg Hemminger.[[709]](#footnote-708)

###### Neuere Literatur

W. Wöller und J. Kruse unterscheiden vier Paradigmen der Psychoanalyse:[[710]](#footnote-709)  
1. Das trieb-psychologische Paradigma: Aggressionstrieb und Sexualtrieb gelten als motivierende Kräfte.   
2. Das ich-psychologische Paradigma, das v.a. die Abwehrmechanismen und andere Ich-funktionen beachtet.   
3. Das selbst-psychologische Paradigma: Nach Kohut sind Veränderungen in der Therapie nicht in erster Linie die Folge von Deutungen oder Einsicht, sondern von Empathie.   
4. Das objektbeziehungstheoretische Paradigma: Dieses geht davon aus, dass alle seelischen Strukturen ein Niederschlag früherer Objekterfahrungen sind: Äußere Objektbeziehungen werden verinnerlichte Objektbeziehungen. „Diese verinnerlichten Objektbeziehungen bilden eine Welt der Repräsentanzen. Der Begriff der Repräsentanz bedeutet in diesem Zusammenhang, dass aus realen Interaktionen mit bedeutsamen anderen Personen (Objekten), seien sie nun reale oder fantasierte Interaktionen, innere Bilder, Repräsentanzen entstehen, die einen Objektaspekt (Objektrepräsentanz) und einen Selbstaspekt (Selbstrepräsentanz) haben. ... Intrapsychische und interpersonelle Aspekte sind eng miteinander verschränkt. Durch Vorgänge der Identifikation, Introjektion und Internalisierung werden aus interpersonellen Prozessen intrapsychische - durch die Mechanismen der Projektion und Externalisierung aus intrapsychischen Prozessen interpersonelle." (S. 26)  
Nach Kernbergs Objektbeziehungstheorie organisieren sich die Repräsentanzen in gute und schlechte, je nachdem wie diese die Bedürfnisse befriedigen. Zunächst handele es sich um undifferenzierte gute bzw. schlechte Selbst-Objekt-Einheiten, die sich erst allmählich voneinander differenzieren. (S.17)  
Wie in `Metapsychiatrie´ erwähnt, verdanken wir Winnicott das Konzept des wahren und des falschen Selbst, wobei nach Kohut ein lebenslanges Bedürfnis nach Widerspiegelung durch sog. empathische Selbstobjekte besteht. Die Autoren betonen, wie wichtig es ist, wie die nächsten Bezugspersonen, etwa Mutter oder Therapeut usw., auf den Säugling bzw. Patienten reagieren.[[711]](#footnote-710)  
 **[**Kurzgesagt wir brauchen alle Liebe. Wo aber soll der Betreffende Liebe herbekommen, wenn die Bezugspersonen auch Liebesdefizite haben oder die Gesellschaft lieblos ist?**]**  
Wöller und Kruse empfehlen eine Vielfalt von Perspektiven in der Therapie: die Perspektive der Konfliktorien-tierung, der Stärkung der Ich-Funktionen, die Perspektive einer möglichen Traumatisierungen, die Perspektive der Übertragungsbeziehung, die Problemperspektive und Ressourcenperspektive, wie auch eine Perspektive, die Lösungen statt Probleme im Zentrum hat. (S.29)  
 **[**Ich versuche in der vorliegenden Arbeit noch vielfältigere Perspektiven darzustellen - die sich zudem in einer darüber stehenden „Dimension“, dem +A, integrieren lassen, die diesen Konzepten aber fehlt**.]**

#### Verhaltenstherapien

In diesem Kapitel beschränke ich mich aus der Sicht einer `primäre Psychotherapie' (pPT) nur auf einige Aspekte der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT). **[**Wieder schreibe ich abweichende Positionen der pPT in eckigen Klammern.**]**

###### Stichworte zur kognitiven Verhaltenstherapie (KVT)[[712]](#footnote-711)

Grundlage der KVT ist der Kognitivismus. Der Kognitivismus ist ein Teilgebiet der Psychologie, das sich vorrangig mit der Informationsverarbeitung und den höheren kognitiven Funktionen des Menschen beschäftigt.   
Der Kognitivismus hat eine materialistische Grundlage. Die Kognitiven Therapieverfahren, zu denen die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) und die Rational Emotive Verhaltenstherapie (REVT) gehören, gehen davon aus, dass die Art und Weise, wie wir denken, bestimmt, wie wir uns fühlen und verhalten.  
Ziel der Therapie ist es, dem Klienten zu vermitteln, dass Denkfehler und irrationale Annahmen negative Folgen haben. Deshalb sei es wichtig, die negativen Gedanken zu identifizieren und zu korrigieren. Das soll dazu führen, dass genauere und angepasstere Gedanken entwickelt werden.   
  
Bezüglich der Diskussion über die KVT verweise ich auch auf die `[Kritik am Materialismus](#_Kritik_am_Materialismus)´ und auf die `[Diskussion über säkulare Psychotherapien](#_Diskussion)‘. Da diese Ausführungen auch auf die KVT zutreffen, will ich sie hier nicht alles wiederholen.   
Die Diskussion zwischen kognitivistischen und non-kognitivistischen Standpunkten kann man in entsprechenden Veröffentlichungen verfolgen.[[713]](#footnote-712)  
  
Ich will *zusätzliche* *Kritikpunkte* an der bekannten kognitiven Therapie der Depressionen von A.T. Beck deutlich machen.[[714]](#footnote-713)  
Aufgrund der in der Kindheit gelernten Schemata findet laut Beck bei Depressiven eine fehlerhafte Informationsverarbeitung statt. Diese führen zu folgenden „Denkfehlern":

1. Willkürliche Schlussfolgerungen werden ohne sichtbaren Beweis oder sogar trotz Gegenbeweisen gezogen.  
2. Übergeneralisierung nach dem Muster: aufgrund eines Vorfalls wird eine allgemeine Regel aufgestellt, die unterschiedslos auf ähnliche und unähnliche Situationen angewendet wird.  
3. Dichotomes Denken: Denken in Alles oder Nichts-Kategorien.  
4. Personalisierung: Ereignisse werden ohne klaren Grund auf sich selbst bezogen.  
5. Selektive Abstraktion: Einige Einzelinformationen werden verwendet und überbetont.  
6. Maximieren und Minimieren: Negative Ereignisse werden übertrieben und positive Ereignisse untertrieben.   
7. Katastrophisieren: Das Eintreffen oder die Bedeutung von negativen Ereignissen wird stark überbewertet.   
8. Emotionale Beweisführung: Das Gefühl wird als Beweis für die Richtigkeit der Gedanken genommen.   
9. Etikettierung: Aus einer Handlung wird ein umfassender Sachverhalt gemacht.   
10. Gedankenlesen: Man meint ohne nachzufragen, die Gedanken der anderen zu kennen.   
11. Tunnelblick (selektive Aufmerksamkeit): Jemand sieht nur einen bestimmten Aspekt seines gegenwärtigen Lebens.|

Diskussion:   
Auch ich gehe, wie Beck und andere, davon aus, dass bestimmte ungünstige `Schemata´,   
die auch Beck (ähnlich wie die Es/fA-Komplexe) als „eindimensional, global, invariabel, verabsolutierend oder irreversibel“ charakterisiert hat, psychische Krankheiten hervorrufen können.   
Es bestehen allerdings folgende Unterschiede in den Konzepten:  
Ich sehe diese ungünstigen Schemata nur als relativ ungünstig an, auch wenn sie für den Betreffenden Absolutheitscharakter haben. Diese Sicht hat aber zur Folge, dass es nicht *primäres* Therapieziel sein sollte, `negative Gedanken zu identifizieren und zu korrigieren, um so genauere und angepasstere Gedanken zu entwickeln´, denn   
1. könnte es sein, dass diese für den Betreffenden günstig und sinnvoll sind auch wenn sie im Allgemeinen ungünstig sind und  
2. selbst wenn sie für den Betreffenden objektiv ungünstig sein sollten, könnte es sein, dass dieser nicht dazu in der Lage ist, diese „Denkfehler“ zu korrigieren und sich dann einem therapeutischen Anspruch gegenübersieht, der ihn überfordert und so möglicherweise seine Symptome noch verstärkt. Das ist häufig der Fall, wenn sich der Betroffene (vor allem als Kind) übermächtigen Ideologien gegenübersieht, die ihm ihre `Schemata´ aufoktroyieren und gegen die er keine Chancen hat. Ich würde deshalb *im Einzelfall* relativ ungünstige Schemata und Denkfehler nicht nur positiv bewerten, sondern sogar verstärken bzw. sie einüben - insbesondere dann, wenn sie vom Betreffenden oder seiner Umgebung (so auch von manchen Therapeuten) tabuisiert sind. Diese Art des Vorgehens liegt ja auch den paradoxen Interventionen zur Grunde. Sie haben zum Ziel, fixierte Einstellungen, auch von uns Therapeuten, aufzubrechen und Alternativen aufzuzeigen. Aber so sehr diese auch in die richtige Richtung gehen, so stellen sie keine echte unabhängige Metaebene her, denn man setzt diese paradoxen Interventionen letztlich doch mit dem Ziel ein, das Therapieziel nun auf dem Umweg zu erreichen. Was in beiden Fällen fehlt, ist eine von allen Therapiezielen unabhängige Metaposition, ein +A, das besagt, dass alle Therapieziele zwar einen Wert haben, letztlich aber von relative Bedeutung sind. Sollten wir jemanden, dem es schlecht geht und den wir mögen, nicht zuerst umarmen und trösten und dann erst überlegen, was man machen könnte?   
Verhaltenstherapie umarmt nicht, ihr fehlt die Liebe.  
Das Vorgehen der KVT ähnelt manchen „christlichen“ Ratschlägen, man müsse nur richtig leben oder glauben oder genug beten, dann würde man schon gesund.  
Im Sinn dieser Arbeit könnte man auch formulieren, die KVT und ähnliche säkulare Therapien versuchen, ein fA durch neue fA auszutreiben. Diese neuen fA heißen hier v.a. Ich-Stärke, richtige Kognitionen, Gesundheit, Funktionalität, richtiges Verhalten, Ratio, Realität und Objektivität.  
(Siehe auch: Verabsolutierung von Gesundheit, Funktionieren, Realitätsanpassung und Vernunft in `Metapsychiatrie´.)  
 Bei manchen Symptomen, wie etwa den Phobien, kann man mit Hilfe einer kognitiven Verhaltenstherapie sehr gute Erfolge erzielen.| Manches Symptom wird über die Vernunft jedoch schwer zu beseitigen sein.   
Jeder Psychiater weiß, wie unwirksam vernünftige Argumente etwa gegen die Wahngedanken eines Psychotikers sind. Ja man wird im Gegenteil, je mehr man an die Vernunft und Logik des Patienten appelliert, erreichen, dass dieser sich umso mehr in sein Wahnsystem zurückzieht, weil er sich in seiner Irrationalität nicht verstanden fühlt - nicht verstanden fühlen kann! Ebenso werden durchaus vernünftige und objektiv richtige Korrekturen der negativen Ansichten eines schwer Depressiven kaum Erfolg haben, ja ihn ab einem bestimmten Punkt nur noch depressiver machen.[[715]](#footnote-714)

Positives Denken (mentaler oder psychologischer Positivismus)[[716]](#footnote-715)

Diskussion: Wenn diese Methode nur eine relative Bedeutung hat (im Sinne eines gesunden Optimismus), die auch ihr Gegenteil zulässt und in den richtigen Situationen eingesetzt wird, hat sie durchaus Sinn.   
Genauso Sinn hat es, negatives Denken zu üben, insbesondere dann, wenn man glaubt, das Negative verdrängen oder bekämpfen zu müssen.   
Ansonsten sehe ich folgende Nachteile der Methode des „positiven Denkens“:  
zu anthropozentrisch, zu selbsterlösend, damit zu überfordernd, zu unrealistisch, zu manipulativ, zu einseitig und einengend (negative Gedanken sind unerwünscht oder verboten) - ab einem bestimmten Punkt kontraproduktiv.[[717]](#footnote-716) Dann sind Realitätsverluste und Enttäuschungen vorprogrammiert, die zu Selbstanklagen und Depressionen führen können, nach dem Motto: „Wenn du keinen Erfolg hast, dann bist du eben selber schuld ... Der Trainer [Therapeut} aber bleibt unfehlbar.“ (O. Neuberger).   
Ähnlich ist meine Kritik an „The Work“ von Katie Byron[[718]](#footnote-717) und ähnlichen Programmen zur Selbstoptimierung.  
Der 2007 preisgekrönte norwegische Film: „Die Kunst des negativen Denkens“ karikiert eindrucksvoll das überzogene positive Denken.

Zusammenfassung

• KVT ist insgesamt eine sehr differenzierte Therapie mit guten Erfolgen bei Phobien und anderen leichten psychischen Krankheiten.  
• Die KVT ist anthropozentrisch mit allen Vor- und Nachteilen. Hauptnachteil: der Mensch ist auf sich alleine gestellt (Selbsterlösungskonzept).   
• Die KVT erscheint als zu symptomatische Therapie.  
• Ratio und Funktionieren werden verabsolutiert. Der Mensch aber ist mehr als seine Ratio und kann mehr als nur über seine Ratio erreichen. Der Mensch ist von Natur aus auch irrational. Seine Irrationalität erhält in diesem Konzept eine zu negative Bewertung und muss von P (unbewusst) bekämpft oder negiert/ verdrängt werden. „Rationale Argumente erweisen sich oft, trotz Einsicht des Klienten, als ineffektiv.“ (J. Teasdale)[[719]](#footnote-718)  
• KVT ist zu psychologistisch, zu operationalisiert.  
• Die von Beck u.a. angegebenen Denkfehler (s.o.) werden zu einseitig negativ bewertet.  
• Im Konzept von Beck u.a. werden der Gegenpol zur Depression, die Manie, sowie deren gemeinsame Hintergründe zu wenig beachtet.

###### Rational-emotive Verhaltenstherapie (REVT)

Begründet 1955 von Albert Ellis. Versteht sich als humanistische Psychotherapie, als „umfassende, integrative, aktiv-direktive, philosophisch und empirisch fundierte Psychotherapie“. Sie verfügt nach eigenen Angaben über einen explizit formulierten philosophischen Hintergrund (Stoa, Epikureismus, Skeptizismus, Existenz-philosophie, Konstruktivismus und Sprachphilosophie). Sie baut auf dem sogenannten "ABC-Modell" auf:  
Ein auslösendes äußeres oder innerpsychisches Ereignis (A=activating event), wie z. B. der Tod eines Familienangehörigen, wird aufgrund bestimmter bewusster oder unbewusster Überzeugungen, Einstellungen oder Lebensregeln (B=beliefs), die in der auslösenden Situation aktiviert werden, bewertet. Diese Bewertung der Ereignisse ruft als Konsequenz (C=consequences) dann emotionale Reaktionen und Verhaltensweisen (z.B. Trauer, Sorge, Angst) hervor. D.h. dass die Bewertung eines Ereignisses (B) die emotionalen Reaktionen und Verhaltensweisen bestimmt.   
Nach Ellis werden psychische Störungen durch „irrationale“ Überzeugungen und Bewertungen bedingt. Als „irrational“ bezeichnet er diejenigen Überzeugungen, die subjektiv belastend sind und die Verwirklichung der eigenen Lebensziele behindern. „Ziel des Verfahrens ist es, die irrationalen ... Bewertungen zu erkennen und zu verändern. Dies soll dem Patienten idealerweise zu einer `rationaleren´ Lebensanschauung verhelfen …“.[[720]](#footnote-719)  
Diskussion:

• Insgesamt wie Kritik der kognitiven Verhaltenstherapie. Vor allem: dysfunktionale bzw. irrationale kognitive Einstellungen bekommen aufgrund des zugrunde liegenden Therapiekonzepts eine zu negative Bedeutung. Sie fungieren dann wie ein −fA.  
• Die REVT erfasst zwar philosophische Perspektiven, die allerdings zu anthropozentrisch sind und neben entsprechenden Vorteilen auch die Nachteile haben, wie ich sie im Teil `[Metapsychotherapie](#_Anthropozentrische/_theozentrische_)´ beschrieben habe.

###### Dialektisch-behaviorale Therapie[[721]](#footnote-720)

Therapiemodell insbesondere zur Behandlung von Borderline Persönlichkeitsstörungen (BPS). Der Therapeut soll die Balance finden zwischen Verstehen und Veränderungen (dialektische Strategie). Scheinbare Gegensätze in der Welt des Patienten sollen aufgelöst und integriert werden. Das Manual umfasst Therapieelemente der kognitiv behavioralen Therapie, Sozialpsychologie, Neurobiologie und Aspekte der fernöstlichen Meditation und Spiritualität. Das Fertigkeitentraining findet regelmäßig statt und besteht aus den fünf `Modulen´: Innere Achtsamkeit, Zwischenmenschliche Fertigkeiten, Umgang mit Gefühlen, Stresstoleranz und Selbstwert bzw. Selbstakzeptanz.   
Diskussion:  
• Insgesamt sehr differenzierte und z.T. auch philosophisch begründete Therapie mit guten Erfolgen bei Borderline Störungen.  
• Die buddhistischen Elemente der Therapie sind zu anthropozentrisch.   
• Ähnliche Nachteile wie KVT.   
(Sonst siehe auch Kritik am Anthropozentrismus‎ und [Buddhismus](#_Zum_Buddhismus).)

###### Achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie

Zur `Achtsamkeitsbasierten Kognitiven Therapie´ (Mindfulness­Based Cognitive Therapy, MBCT) zeigen Studien, dass sie als Rückfallprophylaxe bei ehemals depressiven Patienten wirksamer ist als die übliche Behandlung und mindestens ebenso effektiv wie antidepressive Erhaltungs-therapie. Möglicherweise ist sie auch bei chronischer Depression und Schlaflosigkeit ein wirksames Verfahren.[[722]](#footnote-721)  
• Siehe Diskussion KVT, Anthropozentrismus‎ und Buddhismus.

###### Metakognition

„Metakognitionen sind Überzeugungen über Kognitionen, kognitive Prozesse und Prozesse der Aufmerksam-keitslenkung. Sie bestimmen, auf welche Strategien eine Person als Reaktion auf innere Ereignisse zurückgreift und steuern und überwachen ihren adäquaten Einsatz ... In der metakognitiven Theorie werden positive und negative Metakognitionen unterschieden. Positive Metakognitionen beschreiben den Nutzen einer bestimmten Strategie und sind verantwortlich für die Auswahl einer ebensolchen ... Negative Metakognitionen hingegen sind Überzeugungen über die Unkontrollierbarkeit bestimmter Prozesse ... oder ihre Gefährlichkeit ... Diese problematischen [Auffassungen] Strategien werden unter dem Begriff `Kognitives Aufmerksamkeitssyndrom (CAS)´ zusammen-gefasst ... Folgerichtig bestehen die Ziele der MCT darin, das CAS abzuschaffen und die zugehörigen metakognitiven Überzeugungen zu verändern. Die Patienten gewinnen dadurch die flexible Kontrolle über ihre kognitiven und Aufmerksamkeitsprozesse …“[[723]](#footnote-722)  
Diskussion: Metakognition bleibt trotz ihres Anspruchs in einem ähnlich geschlossenen System wie die VHT, einer etwas größeren Kiste statt der kleineren. Statt der Beseitigung irrationaler Denkmuster ist nun das Ziel ungünstige Überzeugungen zu verändern, um die Kontrolle über die Denkprozesse zu gewinnen.  
Sonst Diskussion wie bei KVT.

###### VHT in der Zukunft?

Unsere Computer werden vielleicht bald optimiertere Beratungs- und Verhaltensprogramme parat haben als der beste Verhaltenstherapeut. Beim Schachspiel ist der Computer dem Menschen schon überlegen. Wie ein Schachcomputer wird dieser `VHT-PC´ für abermillionen Probleme die jeweils beste Antwort wissen. Die Kranken werden dann wie Maschinen behandelt und umprogrammiert - es gibt Programme zur Steigerung des Selbstwertgefühls, gegen Depressionen, gegen Stress usw. Das heißt, der Computer wird nach Eingabe vieler Daten einen wissenschaftlich fundierteren und funktional besseren Rat als der Therapeut geben. Nicht dass solche Programme schlecht sind, aber auf die entscheidenden und existenziellen Antworten wird auch der beste Computer keine Antwort haben: Wer bin ich? Was ist Glück? Gibt es Gott? Gibt es ein Leben nach dem Tode? Liebt mich meine Frau? Hat das Leben einen Sinn? D.h. ab einem bestimmten Punkt nützen auch die optimalsten, aber sterilen, blutleeren Antworten eines Computers oder eines ebenso agierenden Psychokraten nichts mehr. Sie laufen ins Leere oder haben gegenteilige Effekte.

#### Humanistische Psychotherapien [[724]](#footnote-723)

Die Humanistischen Psychotherapie-Verfahren werden oft als `dritte Kraft´, neben den tiefenpsychologischen Verfahren und der Verhaltenstherapie, bezeichnet. Sie gehen von einer ganzheitlichen Sicht des Menschen aus, der in seinem Leben nach Sinn, Selbstverwirklichung und persönlichem Wachstum strebt.   
Unter anderem können folgende Verfahren dazu gezählt werden:

• Logotherapie (V. Frankl)  
• Systemische Psychotherapien   
• Gesprächspsychotherapie  
• Integrative Psychotherapie und Gestalttherapie  
• Psychodrama

##### Frankls Logotherapie

Die Logotherapie „zielt auf die Aktivierung der noetischen (von der Vernunft einsehbaren) Schichten der Persönlichkeit, um den Patienten in die Lage zu versetzen, den Sinn seines Daseins zu finden und sich dadurch von den neurotischen Lebensbeantwortungen zu befreien.“[[725]](#footnote-724)

##### Systemische Psychotherapien

Ich persönlich halte eine systemische Sicht in Analyse und Psychotherapie für unerlässlich.   
Eine `Schwachstelle´: Systemmitglieder werden zu kontextabhängig gesehen. Sie besitzen kein eigenes Absolutes i.S. dieser Arbeit.  
Im Kapitel `[Personale System- und Beziehungsstörungen](#_Komplexe_personale_Dynamik)´ bin ich auf diese Thematik näher eingegangen.

##### Integrative Psychotherapie und Gestalttherapie

Sie will analytische, humanistische, verhaltenstherapeutische und systemische Ansätze integrieren. Sie sei allgemein, differentiell, eklektisch, integrativ und Schulen- und methodenübergreifend.   
„Der Einzelne als abhängiges (dependentes), auf Korrespondenz angewiesenes Leibwesen kann sich mit dem für die Gestaltarbeit zentralen Begriff der Begegnung (Kontakt) mit dem Anderen und der Welt neu erfahren lernen. Die Idee der Kreatürlichkeit - des spielerischen, experimentellen So-seins - verbunden mit der reflexiven (neu: mentalisierenden) Option eigener Existenzerfahrung führt zu einer anderen sich `verbindenderen´ und verbindlicheren Form des In-der-Welt-Seins.“[[726]](#footnote-725)

Bezüglich der Kritik an den humanistischen Psychotherapien siehe: `[Kritik des Humanismus](#_Kritik_am_Humanismus)‘.

#### Salutogenese[[727]](#footnote-726)

Ins Zentrum seiner Antwort auf die Frage „Wie entsteht Gesundheit?“ stellt Antonovsky, der Begründer der Salutogenese, ein sog. 'Kohärenzgefühl'. „Das Kohärenzgefühl ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß eine Person ein durchdringendes, dynamisches Gefühl des Vertrauens darauf hat, dass

- die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind;  
 - die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen zu begegnen, die diese Stimuli stellen;  
 - diese Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen.“

Diese Merkmale einer salutogenetischen Orientierung sollen die Menschen mit entsprechenden Methoden aufbauen.|  
„In der Sichtweise der Salutogenese wird [etwa] der Kopfschmerz als ein Hinweis verstanden, der eine Chance bietet, um zur flexiblen Mitte zurück zu gelangen. Rigiditäten können also Teil von zu heilenden psychischen Verhaltensstrukturen sein, an denen Helfer anknüpfen können. Wird der Kopfschmerz jedoch durch ein Medikament aufgehoben, ist kein Signal (Indikator/Hinweis) mehr zur Heilung gegeben. Bildlich ausgedrückt: Statt das Feuer zu bekämpfen, wurde der Brandmelder abgeschaltet.“  
Diskussion  
 +: keine Fixierung auf Pathologie, ressourcenorientiert.  
 −: Schwächen wie bei den säkularen PT beschrieben.

#### Resilienzforschung [[728]](#footnote-727)

Die Resilienzforschung (Resilienz = Widerstandsfähigkeit) nahm ihren Ausgangspunkt in der Untersuchung von Traumaopfern und deren Vulnerabilität. Dabei konnten folgende Faktoren identifiziert werden, die Erwachsenen ermöglichen ein Trauma zu verarbeiten:

- Sie gehen mit Stress effektiv um.  
 - Sie haben gute Problemlösefähigkeiten.  
 - Bei Problemen bitten sie um Hilfe.  
 - Sie glauben, dass es Möglichkeiten gibt mit Lebensproblemen umzugehen.  
 - Ihre Beziehungen zu Freunden und Familienmitgliedern sind eng.  
 - Mit Freunden und Familie sprechen sie über das Trauma und ihre Gefühle.  
 - Sie sind spirituell/religiös eingestellt.  
 - Statt als „Opfer" sehen sie sich als Überlebende.  
 - Sie helfen Anderen.  
 - Sie versuchen dem Trauma etwas Positives abzugewinnen.  
 - Sie werden durch Freunde und Familie unterstützt.

Diskussion: keine Fixierung auf Pathologie, ressourcenorientiert, spirituell-religiöse Ressourcen mitberücksichtigt.

#### Körperpsychotherapie und Embodiment

Zur Abkehr von der reinen cognitiven Verhaltenstherapie hin zur integrativen und Körperpsychotherapie möchte ich W. Tschacher und M. Storch zitieren:[[729]](#footnote-728)  
  
*„Seit Jahren ist … zu beobachten, wie sich die kognitiv orientierten Therapieansätze unter Einbezug nichtkognitiver Aspekte reformieren … (Dialektisch-behavio-rale Therapie: Linehan, 1993, Schematherapie: Young et al., 2005). Auch entstehen Ansätze zu einer `Allgemeinen Psychotherapie´, die alle belegten Wirkmechanismen zu integrieren sucht … (Grawe, 1998). Im »third-wave approach« der Verhaltenstherapie (Hayes et al., 2004) werden Haltungen und Auffassungen übernommen, die im Bereich der humanistischen Psychotherapieschulen unakademisch und forschungsfern bereits seit Mitte des 20.Jahrhunderts entwickelt worden waren (Kriz, 2007). Hinzu kommen Elemente der systemischen Ansätze (von Schlippe & Schweitzer, 1996), die … zur kontextuellen bzw. konstruktivistischen Perspektive in der kognitiven Verhaltenstherapie führten (Mahoney, 2006)“*  
Und an anderer Stelle: *„Die ersten körperpsychotherapeutischen Schulen entstanden gewissermaßen als Abspaltungen innerhalb der Psychoanalyse ab den 1930er Jahren durch Wilhelm Reich (Vegetotherapie) und später Fritz Perls (Gestalttherapie), Jakob Moreno (Psychodrama) und deren zahlreiche Schüler und Nachfolger.“*   
  
In vielen Veröffentlichungen über dieTheorie des Embodiment werden diese Angaben selten gemacht. Stattdessen spricht man von einer neuen Welle der Cognitiven Therapie.

Ich kann mir die Bemerkung nicht verkneifen, dass es sich dabei wahrscheinlich weder um die letzte noch um eine neue „Welle“ handelt. (Siehe Zitat oben).

Wenn Tschacher und Storch weiter ausführen, mit Embodiment sei gemeint,  
*„dass die Psyche immer in einen Körper eingebettet ist ...“* und erst vor diesem Hintergrund werde *„eine vollständige Theorie derPsychologie möglich“-*   
dann bleibt die Frage offen worin wiederum Psyche und Körper eingebettet sind, bevor man von einer (einigermaßen) vollständigen Psychologie sprechen kann. Ich vermute, bis dahin gibt es in der Psychologie noch einige Paradigmenwechsel und ich prognostiziere, mit der nächsten „Welle“ wird man entdecken, dass Psychologie und Psychotherapie auch spirituelle und religiöse Themen bedenken müssen.

###### Zusammenfassende Tabelle: Vor- und Nachteile anthropozentrischer Psychotherapierichtungen

Tab. 22

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| VHT | | |
| Vorteile | Nachteile | Bemerkungen |
| (auf Symptomebene) gezielter, nachweisbarer, berechenbarer | weniger kausal, oberflächlicher bzw. vordergründiger, kurzfristiger wirksam.  Probleme z.T. verschiebend. Heilung zu sehr durch Tun, zu wenig durch Lassen. Zu manipulativ, zu normativ, zu fremdbestimmend. Gefahr: wie oft beim Cortison Strohfeuer. Symptom weg, aber Krankheit bleibt. | Zudeckend;  Für leichte Fälle und als Ergänzungstherapie schwerer Erkrankungen sehr gut geeignet. |
| Analytische Verfahren | | |
| Vorteile | Nachteile | Bemerkungen |
| kausaler als VHT | zu pessimistisch; fehlt spiritueller Bereich; Ich ist überlastet, Selbsterlösung; Therapeut schwer hinterfragbar; aufwändiger, elitärer. Zimbardo: zu unwissenschaftlich, zu spekulativ; unscharfe Begriffe, zentrale Hypothesen nicht zu beweisen, damit unwiderlegbar; zu rückblickend. P wird vom Negativen her erklärt und positive, gesunde Seiten zu wenig berücksichtigt; zu einseitige Berücksichtigung der Sexualität und Aggressionen; männliches Modell als Norm. | aufdeckend und für mittelschwere Fälle gut geeignet. |
| Alle weltlichen, rein naturwissenschaftlichen PT | | |
| Vorteile | Nachteile | Bemerkungen |
| s.o. | nur zweitrangiges Menschenbild, fordern Ich-Stärke,  Gefahr der Überforderung. ↓ Glaubensquellen/Spiritualität. Zu gegenständliches Denken und Handeln: Das Objektive, Messbare, Berechenbare, Funktionale, Machbare und die Symptombeseitigung wird zu einseitig betont; Mechanistische Wortwahl. Als Materialismus steril, kalt.  ↓ Gefühle, Glaube, Liebe, Innenwelt, Menschlichkeit. Verhalten, Funktion wichtiger als Leben.[[730]](#footnote-729) |  |

#### Neurowissenschaft

„Eines habe ich in einem langen Leben gelernt, nämlich, dass unsere ganze Wissenschaft,  
 an der Realität gemessen, von kindlicher Primitivität ist.” (Albert Einstein) [[731]](#footnote-730)

Kritische Anmerkungen: Heute versucht die Psychiatrie seelische Vorgänge oder Krankheiten zunehmend mit Gehirnfunktionen zu erklären. Ich lese etwa über die Folgen einer seelischen Traumatisierung etwas einseitig erklärt: „PTBS kann entwickeln, wer mit Angst, Sterben und Schmerz in extremem Ausmaß konfrontiert war ... Die Sinneswahrnehmungen ... können dabei zu einer Reizüberflutung führen.[[732]](#footnote-731) Die Mandelkerne, die im Gehirn wie Alarmanlagen den Reizen eine Art Schweregrad zuordnen und sie gefiltert an die Erinnerungsareale weiterleiten, sind dann überfordert.“ [[733]](#footnote-732)   
Bringt uns das weiter? Schon ein Stück. Sollten aber bei einem primär psychischen Prozess, von dem ich ausgehe, Erklärungen und Therapie nicht primär im psychologischen Bereich liegen? Ich fürchte, dass in Zukunft die meisten geistig-seelischen Prozesse und Zustände nur neurobiologisch erklärt werden, was einerseits eine Scheinsicherheit verursacht, aber die wichtigsten Therapiemöglichkeiten außer Acht lässt. Ich folge der Kritik von Felix Hasler: „Weit über die Grenzen der Naturwissenschaften hinaus durchdringen Erklärungsmodelle aus der Hirnforschung ehemalige Hoheitsgebiete der Geistes-, Kultur- und Sozialwissen-schaften. Die Nichtexistenz des freien Willens zu beweisen, biologische Marker für kriminelles Verhalten zu entdecken oder neuromolekulare Ursachen von Angst, Zwang und Depression zu finden: All dies traut sich die Hirnforschung unserer Tage mit großer Selbstsicherheit zu. Zwar noch nicht gerade heute, aber schon in absehbarer Zukunft sollen auch derart großkalibrige Probleme lösbar werden ... Es wird der fundamental falsche Eindruck erweckt, die Hirnforschung wisse genau Bescheid über die biologischen Vorgänge, die unserem Erleben, Denken und Handeln zugrunde liegen. Und deshalb könne die Medizin »evidenzbasiert« und zielgerichtet im Gehirn eingreifen, wenn etwas schief läuft. Beispielsweise bei einer psychischen Störung. Im klassischen »bio-psycho-sozialen Modell psychischer Erkrankungen« hat längst eine dramatische Verschiebung hin zum Pol der Biologie stattgefunden. Auffälligstes Anzeichen dieser wissenschaftsideologischen Ausrichtung ist die zunehmend außer Kontrolle geratende Praxis der Verschreibung von Psychopharmaka.“[[734]](#footnote-733)  
Ähnlich argumentiert Heinzpeter Hempelmann: „Neurowissenschaften erlauben - endlich - präzise Aussagen über das Denken des Menschen. Sie dürfen freilich nicht vergessen oder gar unterschlagen, dass ihr - hoffentlich anhaltender Erfolg - auf einer entscheidenden Reduktion ihres Erkenntniswillens beruht. Sie fragen eben nicht philosophisch. ... Diese Perspektive ist sehr eingegrenzt. Sie nimmt den Menschen als Gehirn in den Blick, präziser: als Nervensystem. Und sie untersucht dieses Nervensystem unter dem Gesichtspunkt, was man chemisch und elektrophysiologisch an unterschiedlichen Potentialen abbilden kann. Sie fragt nicht nach dem Wesen des Denkens, nach dem Wesen des Menschen als einem denkenden Wesen, nach dem Wesen des Geistes, der Empfindungen, des Bewusstseins. Sie beansprucht als Wissenschaft auch gar nicht - ich rede hier idealtypisch! -, auf diese Fragen Antworten geben zu können. Denn das ist ja Aufgabe der Philosophie ... Diese einge-schränkte und beschränkte Perspektive führt sie - um den Preis der Reduktion der Ausgangsfragestellung - zu sehr präzisen, wiederum quantitativen Ergebnissen mit hohem, naturwissen-schaftlichen Geltungsanspruch. Neurowissenschaftler können uns zwar nicht sagen, was der Geist des Menschen ist; aber sie können uns sehr präzise Auskunft geben, welche elektrischen Potentiale sich bei welchen Signalreizen in welchen Regionen des Gehirns zeigen ...“|[[735]](#footnote-734)  
Da der Zugang zu einer geistig-seelischen Beeinflussung viel leichter und vielleicht letztlich doch auch effektiver und nebenbei auch kostengünstiger ist, denke ich, dass die Priorität wieder auf eine entsprechende Psychotherapie verlagert werden müsste.  
Ich glaube, dass die meisten Ursachen für psychische Krankheiten, die man im neurobiologischen Bereich findet, Sekundärursachen sind - also solche, die Folge von primären (wie ich meine geistigen) Ursachen sind. Dafür spricht auch die Möglichkeit von Gehirn- und sogar Genveränderungen durch Stress und Traumatisie-rungen.[[736]](#footnote-735) Auch die neuere Erkenntnis der Epigenetik, dass verschiedene Gene durch bestimmte Umstände aktiviert oder auch deaktiviert werden können,[[737]](#footnote-736) relativiert eine einseitige Betonung organisch-biologischer Einflüsse.[[738]](#footnote-737)  
Zu den Kritiken am `Human Brain Projekt´, das zum Ziel hat, neuronale Netzwerke des Gehirns durch Computer zu erfassen und von der EU mit 1 Milliarde € (!) gefördert wird (ähnlich in den USA) siehe entsprechende Literatur.[[739]](#footnote-738)

### Spirituell/ religiös fundierte PT

#### Spiritualität in der Psychotherapie?

Ich zitiere M. Richard und H. Freund, die das Thema aus heutiger Sicht übersichtlich darstellen: [[740]](#footnote-739)   
„Die akademische Psychologie als die Hauptbezugswissenschaft hat sich immer als eine säkulare Wissenschaft verstanden. In ihrer rasanten Entwicklung im 20. Jahrhundert besetzte sie zunehmend Deutungs­ und Handlungsfelder, die bis dahin der Theologie und kirchlichen Institutionen vorbehalten waren. Bis in die 1980er Jahre wurde in der klinischen Psychologie vorwiegend zu negativen Auswirkungen von Religion auf psychische Gesundheit geforscht, erst später kamen auch die gesundheitsförderlichen Aspekte ins Blickfeld ... Wenige Jahre später vertrat C. G. Jung (1940) die Auffassung, dass nahezu alle psychischen Probleme eine religiöse Dimension besitzen und daher Religion konstruktiv in die Psychotherapie einzubeziehen sei. Auch andere Wegbereiter der Psychotherapie wie Viktor Frankl oder Carl Rogers erkannten den existenziellen Wert der Religion bei der Krisenbewältigung an (Demling, 2004). Neuere psychoanalytische Autoren diskutieren die Fähigkeit, etwas glauben zu können, als bedeutsam für psychische Gesundheit (Britton, 1998). In der Verhaltenstherapie ist neuerdings bei den sogenannten `Verfahren der Dritten Welle´ eine Renaissance religiös/spiritueller Konzepte aus dem Kontext des Buddhismus und fernöstlicher Religionen zu beobachten … Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass das anfangs gezeichnete religionskritische bis ­indifferente Psychotherapeutenbild sich in Deutschland nicht mit den empirischen Befunden deckt ... **Es ist Zeit, das bisherige Schattendasein dieses Themas in der wissenschaftlich­therapeutischen Diskussion zu überwinden und sich ihm vermehrt zuzuwenden** ...[[741]](#footnote-740) Bestehende Ansätze wie z. B. die Buddhistische Psychotherapie (Ennenbach, 2010), die Transpersonale Verhaltenstherapie (Piron, 2007) oder das Konzept der `IGNIS Akademie für Christliche Psychologie´ (Halder, 2011) führen eher ein Schattendasein …“ [[742]](#footnote-741)   
Obwohl schon 2006 viele Psychotherapeuten in der `Bonner Erklärung´ gegen die bestehenden Richtlinien protestierten, hat sich diesbezüglich in Deutschland wenig geändert. Immerhin finden sich in der neueren deutschsprachigen Literatur mit M. Seitlinger, D. Heil, P. Schellenbaum, E. Frick, J. Kornfield, H. Jellouschek, J. Armbruster, M. Utsch, E. Frick et al. neuere Autoren, die die Berücksichtigung von Spiritualität in der Psychotherapie propagieren.[[743]](#footnote-742)

#### „Dritte Wiener Schule“

Viktor Frankls Logotherapie habe ich schon erwähnt. Frankl, Caruso und Daim bilden die sogenannte dritte Wiener Schule der Psychotherapie. Von ihnen hat am ehesten Wilfried Daim einen religiös fundierten Ansatz.[[744]](#footnote-743) Er steht mir theoretisch sehr nahe, da er, wie ich auch, das Absolute, das er mit Gott identifiziert, in den Mittelpunkt seiner Überlegungen stellt. Es gibt allerdings auch einige Unterschiede in den Auffassungen, auf die hier einzugehen, nicht der Platz ist.   
Daim sieht sich als Psychoanalytiker auch in gewisser Nachfolge zu S. Freud, aber auch an entscheidenden Punkten im Gegensatz zu diesem. Diesen Gegensatz hat vor allem Dieter Wyss herausgestellt. In der Sicht von Daim und Caruso werde „ ... das Anliegen der Psychoanalyse dialektisch in seinen Gegensatz verkehrt: verdrängt wird der Geist, der Trieb gewinnt die Oberhand, ... während bei Freud der Trieb vom Geist verdrängt wird und dadurch die Neurose entsteht ... Mit dieser Umkehrung des ursprünglichen Ansatzes der Psychoanalyse in sein Gegenteil wird eben das Problem der Beziehung zwischen Geist und Trieb nicht gelöst, sondern es beharrt im dialektischen Gegensatz, ohne zu einer Klärung vorzustoßen." Weiter Wyss: Beides sei möglich - der Trieb kann durch den Geist und der Geist kann durch den Trieb verdrängt werden.[[745]](#footnote-744)  
Um bei dieser Wortwahl zu bleiben: Ich sehe die Genese der „Neurose“ primär in der Verdrängung des absolut positiven Geists durch verabsolutierte Relativa (fA), die sowohl geistiger als auch triebhafter oder anderer Natur sein können. Den religiösen Bezug von Daim deutet Wyss m.E. irrtümlich als moralistische Position.

#### Transpersonale Psychologie

Ein Überblick geben die folgenden Zitate:   
„Die Transpersonale Psychologie und die darauf aufbauende Transpersonale Psychotherapie erweitern die klassische Psychologie und Psychotherapie um philosophische, religiöse und spirituelle Aspekte ... Transpersonale Psychologie untersucht Bewusstseinszustände `jenseits´ (trans) der personalen Erfahrung ... Wesentliche Begründer und Theoretiker der transpersonalen Psychologie waren bzw. sind Stanislav Grof, Anthony Sutich, Frances Vaughan, Roger Walsh, Abraham Maslow, Ronald D. Laing, Charles Tart, Roberto Assagioli und Ken Wilber ... In der Transpersonalen Psychotherapie werden neben Elementen verschiedener humanistischer Therapieverfahren vor allem meditative und hypnotische Techniken sowie Methoden der Körpertherapie, der initiatischen Therapie von Graf Dürckheim, psycholytische Psychotherapie ... schamanische Techniken und andere spirituelle Techniken eingesetzt. Dadurch sollen bewusstseinserweiternde Erfahrungen möglich werden, die sich dann auf das Leben des Menschen nachhaltig auswirken ...“[[746]](#footnote-745)  
Wesentliche Kritik der transpersonalen Psychologie an der universitären Psychologie:   
Die westliche Wissenschaft erkenne die transrationalen und transpersonalen Bereiche als real existierende, spirituelle Bewusstseinsebenen nicht an und müsse sämtliche spirituellen Erfahrungen durch das Nadelöhr des monistischen Materialismus pressen.[[747]](#footnote-746)|  
Diskussion: Die „transpersonalen“ Theorien erweitern zwar die Theorien der universitären Psychologie um spirituell-religiöse Aspekte, diese haben jedoch v.a. buddhistische und hinduistische Hintergründe.  
 Siehe Kritik am [Buddhismus](#_Zum_Buddhismus) im Teil `Metapsychotherapie´.

#### Pastoralpsychologie

Schwierigkeiten macht dem Laien das Wort `Pastoral´. Es steht für (katholische) Seelsorge.   
„Die Pastoralpsychologie reflektiert religiöse und kirchliche Praxis aus psychologischer Sicht, um neue Perspektiven und erweiterte Handlungsmöglichkeiten zu gewinnen. Sie befragt human- und sozialwissenschaftliche Theorie und Praxis aus der theologischen Perspektive auf ihre anthropologischen Prämissen hin. Sie fördert den Dialog zwischen Theologie und Human- bzw. Sozialwissenschaften.“[[748]](#footnote-747) „Sie arbeitet interdisziplinär und mehrperspektivisch. Erkenntnisse aus der Theologie, der Psychologie und der Soziologie werden miteinander verzahnt und für kirchliche Praxis fruchtbar gemacht.“[[749]](#footnote-748)  
Pastoralpsychologie sei Theologie und Psychologie.  
Diskussion: Sicher ist es fruchtbar, wenn die Theologie und Psychologie zusammenarbeiten. In der Praxis ist es allerdings so, dass sich die Theologie in psychologischen Fragen der universitären Psychologie eher unterordnet und pathologische Phänomene nicht diskutiert, während andererseits religiöse Fragen vom Mainstream der heutigen Psychologie weitgehend negiert werden.

##### Pastoralpsychiatrie

„Pastoralpsychiatrie beschäftigt sich mit der Seelsorge im Umfeld der Psychiatrie. Der Ausdruck `Pastoral psychiatry´ hat schon vielerlei zwischen `Geistheilung´ und `Psychiatrie für Theologen´ bezeichnet. In Deutschland wurde erstmals 1973 an der Ruhr-Universität Bochum eine Professur für das Fach eingerichtet, die bis 1996 mit dem Theologen Thomas Bonhoeffer besetzt war.“[[750]](#footnote-749)  
Diskussion: Mir ist nicht bekannt, dass unter dieser Bezeichnung Arbeiten über Hintergründe und Therapie psychischer Erkrankungen veröffentlicht wurden.

#### Seelsorge

„Seelsorgliches Handeln ist nicht zu verwechseln mit psychotherapeutischem Handeln. Jedoch kommen in der Seelsorge auch psychotherapeutische Methoden zur Anwendung. Insbesondere die durch Carl Rogers und die niederländische Seelsorgebewegung in Deutschland beeinflusste Pastoralpsychologie legt auf einen engen Austausch zwischen Seelsorge und Psychologie Wert ... Mitte der 1960er kam die Seelsorgebewegung über die Niederlande nach Deutschland und führte auch dort zur Entwicklung der Pastoralpsychologie ... In den 1980ern entwickelte ... Eugen Drewermann ... seine tiefenpsychologische Auslegung der Bibel, insbesondere im dreibändigen Werk Psychoanalyse und Moral-theologie. Gleichzeitig entwickelte Michael Dieterich die Biblisch-Therapeutische Seelsorge, die besonders im pietistischen und freikirchlichen Umfeld rasche Verbreitung fand ... Gemeinsam ist allen Handlungsfeldern [der Seelsorge] der Anspruch, Menschen in Lebens- und Glaubensfragen zu begleiten. Dies geschieht im persönlichen Gespräch, je nach Situation aber auch durch Gebet, durch tröstende und aufmunternde Worte aus der Bibel, durch Segensgesten (z. B. Handauflegung) aber auch durch soziale Unterstützung ... In der Biblisch-Therapeutischen Seelsorge (BTS) beispielsweise ergänzen bzw. durchdringen sich biblische und psychologische bzw. psychotherapeutische Ansätze.“[[751]](#footnote-750)  
Über Seelsorge und Psychotherapie/ Psychiatrie arbeiten auch Samuel Pfeifer und seine Akademie für Psychotherapie und Seelsorge. Ähnliche Intentionen hat Helmut Jaschkes „Christlich orientierte Psychotherapie“ und die „Hagiotherapie“ von Tomislav Ivancic.  
Kurze Bemerkungen dazu:   
- Das Konzept der `Biblisch-Therapeutischen Seelsorge´ erscheint mir in manchen Punkten zu dogmatisch.   
- Samuel Pfeifer trennt in seinem Buch: „Die Schwachen tragen“ die moderne Psychiatrie zu strikt von der biblischen Seelsorge.|

#### Soteriogenese

Geht, wie ich, von somatischen, psychischen und spirituellen Bereichen des Menschen aus, die zusammenhängen und verschiedene therapeutische Ansatzpunkte bieten.[[752]](#footnote-751)   
In Bezug auf die Pathogenese psychischer Störungen sehe ich große Unterschiede. In Bezug auf deren Heilung weniger.

#### Selbsthilfegruppen mit Spiritualität

Abseits des offiziellen psychotherapeutischen Mainstreams finden unsere Patienten Spiritualität auch in folgenden von Laien geführten und sehr erfolgreichen anonymen Selbsthilfegruppen, wie:  
Anonyme Alkoholiker (AA), Anonyme Arbeitssüchtige (AAS), Angehörige und Freunde von Alkoholikern (AL-Anon), Kinder von Alkoholikern (Alateen), Drogen/Narcotics-Anonyme (NA), Anonyme Messis (AM), Anonyme Sexaholiker (AS), Anonyme Borderliner (BA), Anonyme Co-Abhängige (CoDA), Emotionale Anonyme (EA), Anonyme Essgestörte (fA und OA), Anonyme Spieler (GA) und Angehörige (GamAnon), Anonyme Internetsüchtige. [[753]](#footnote-752)   
Die „Anonymen“ sind keine religiöse Organisation und empfehlen kein bestimmtes Glaubenssystem. Im Zentrum aber steht das Vertrauen auf eine `liebende höhere Macht´, der Versuch, „unser Leben der Sorge Gottes - wie wir ihn verstanden - anzuvertrauen.“   
Sie lehren grundsätzliche spirituelle Prinzipien wie Glaube, Vertrauen, Ehrlichkeit, Offenheit, Bereitschaft und Demut.[[754]](#footnote-753)   
Die Gründer empfahlen auf dem Weg zur Heilung `12 Schritte´:

1. Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind - und unser Leben nicht mehr meistern konnten.
2. Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.
3. Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir Ihn verstanden – anzuvertrauen.
4. Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.
5. Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.
6. Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.
7. Demütig baten wir Ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.
8. Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wiedergutzumachen.
9. Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.
10. Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.
11. Wir suchten durch das Gebet und Meditation die bewusste Verbindung zu Gott – wie wir Ihn verstanden – zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.
12. Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an Alkoholiker weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.[[755]](#footnote-754)

Parallel dazu gibt es `12 Versprechen´ für ein neues, besseres, gelasseneres Leben (ohne Suchtstoffe). Dort heißt es auch: **Plötzlich wird uns bewusst, dass Gott für uns das erledigt, wozu wir allein nicht in der Lage sind**.[[756]](#footnote-755)

Diskussion:  
- Diese „Anonymen“ sind undogmatisch. Sie scheren sich zum Glück nicht um die ideologische Grenze zwischen offizieller Psychotherapie und Seelsorge, sondern nehmen sich einfach das, was sie brauchen.  
**- Die Konzepte dieser Selbsthilfegruppen liegen mir sehr nahe und ähnelt dem sehr, was ich unter einer `primären Psychotherapie´ verstehe.** Denn im Gegensatz zu allen üblichen säkularen Psychotherapien überlässt der Mensch sein Leben (und anderer Menschen Leben) primär Gott und kapituliert sinnvoller und realistischer Weise vor der Forderung, es selbst unbedingt in den Griff bekommen zu müssen. Dadurch „kann eine Gelassenheit wachsen, die weiß, dass mit uns im Diesseits und im Jenseits alles gut gehen wird."   
In den `12 Schritten´ wird aber auch an die - demgegenüber relative - Eigenverantwortung appelliert.(Siehe auch Abschnitt `[Selbst-Stärke und Ich-Stärke](#_Selbst-Stärke_und_Ich-Stärke)´).  
- **Das Konzept eignet sich insbesondere für Menschen, die psychisch `ganz unten´ sind** und aus eigener Kraft oder mit fremder Hilfe nicht weiterkommen. Deshalb glaube ich auch, dass es für Menschen mit Psychosen gut geeignet ist.[[757]](#footnote-756)

### Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie heute [[758]](#footnote-757)

Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie sollten m.E. sowohl wissenschaftlich als auch spirituell-religiös fundiert sein. Fragwürdig ist Wissenschaft, wenn sie Religion ersetzen will, wenn sie das Lebendige zum Ding macht und nur unter dem Gesichtspunkt des Messbaren und Reproduzierbaren sieht. Fragwürdig ist Religion, wenn sie glaubt, gute Wissenschaft ersetzen oder gar bekämpfen zu müssen oder wenn sie nicht dem Menschen dient.  
Psychologen und Psychiater verstehen sich heute fast ausschließlich als Wissenschaftler.   
Die veröffentlichte Literatur muss brandneu sein, Erkenntnisse vergangener Jahre oder gar Jahrhunderte scheinen obsolet. Erkenntnisse von Philosophen oder gar Theologen (also Menschen die sich sehr intensiv mit unserem Seelenleben beschäftigen) findet man kaum. Kaum ein Weiser vergangener Zeiten kommt zu Wort. Dass für Milliarden von Menschen Religion von existenzieller Bedeutung ist, wird weitgehend ignoriert.   
Kaum Berücksichtigung finden gerade die großen Menschheitsthemen wie Sein und Nichtsein, Leben und Tod, gut und böse, Liebe und Hass, Sinn und Sinnlosigkeit, Schuld und Unschuld, Vertrauen und Misstrauen, Lebensberechtigung oder nicht, Selbstwert und Unwert, Macht und Ohnmacht usw. - Themen, wie sie etwa auch im Wahn besonders intensiv, sonst aber in allen seelischen Krisen erlebt werden.  
Von verschiedenen Seiten drohen Technokraten, uns den freien und damit den heiligen Geist auszutreiben. Von der einen Seite her rücken sie mit großem Gerät wie zu einer Schlacht an: mit Messgeräten, Kernspin- und Computertomografen. Sie messen, registrieren, evaluieren, operationalisieren, verifizieren und amplifizieren, einfach- und doppelblind - und so offenbar besonders hellsichtlich oder besonders blind?  
Alle diese wollen sich den Geist untertan machen und einen neuen perfekten und gläsernen Menschen schaffen: durch Klonen beliebig reproduzierbar, stromlinienförmig, funktionstüchtig und überall einsetzbar - letztlich ein blutleeres Monstrum, das umso weniger Geist haben wird, je mehr man seiner habhaft werden will. Am Ende der Entwicklung solcher rein wissenschaftlich ausgerichteter Psychotherapien stünden Riesen-Computer, die abertausende Daten des Patienten registrierten und dann die objektiv beste Lösung präsentierten, wo vielleicht eine einfache Umarmung oder ein liebevolles Gespräch doch die bessere und einfachere Lösung gewesen wäre. Insbesondere Verhaltens-therapeuten erscheinen mir manchmal wie Techniker mit sehr ausgefeilten und durchaus humanen und `liebevollen´ Programmen. Sie gleichen dann einem Liebhaber, der alles studiert hat, was die Wissenschaft über die Liebe herausgefunden hat und gerade deshalb nicht weiß, was Liebe wirklich ist. Wir sind so in Gefahr, Lebendiges in wissenschaftliche Theorien und Programme zu zwingen. Diese Versuche sind andernorts schon gescheitert. Etwa mit den Planwirtschaften. Und sie werden weiter scheitern - immer dann, wenn man versucht, Lebendiges, so auch Menschen, an bestimmte Theorien anzupassen. In dem Moment, in dem für Psychologen und Psychiater unsere Seelen lediglich Gegenstand wissenschaftlicher Forschung wurden, hatten sie ihre Unschuld und die Seelen ihren Glanz, ihr Wunder und ihre Tiefe verloren. Wir stochern in ihnen herum und hoffen einen Schatz zu finden, dabei zerstören wir das Ganze, so wie wir eine Blüte zu stören, wenn wir glauben, wir würden ihr Wunder enträtseln, wenn wir sie unter ein Mikroskop legen.  
Noch andere nehmen ebenso einseitige Gegenpositionen ein und versuchen den Geist für sich mit reinen Spekulationen zu vereinnahmen (Esoterik, z.T. auch die `Antipsychiatrie´.)   
Er aber, der freie, heilige Geist, wird wehen, wo er will und nicht, wo sie ihn zwingen wollen. Er wird frei und göttlich bleiben - nicht messbar, nicht in den Griff zu kriegen, nicht zu vereinnahmen - und dennoch liebend und stärker erfahrbar als alles andere, so wie das eigentliche Leben und die Liebe.

#### Neue Ansätze?

Ich zitiere beispielhaft B. Grom.[[759]](#footnote-758)  
„... es (kann) nach englischsprachigen Untersuchungen als erwiesen gelten, dass überzeugte Religiosität und positives religiöses Coping besonders bei schweren Belastungen eine Pufferwirkung ausüben und Depressivität, Ängstlichkeit und Lebensunzufriedenheit etwas reduzieren können ... Nach einer Allensbach­Umfrage (2006) sagen beachtliche 42 Prozent der Deutschen, dass sie `persönlich aus dem Glauben Trost und Kraft´ ziehen ... mehr als ein Dutzend einschlägige Untersuchungen ... belegen ..., dass religiöse Überzeugungen ... Lebens-zufriedenheit aufrechterhalten und Depressivität sowie Ängstlichkeit reduzieren ...[[760]](#footnote-759)   
Diskussion: Es besteht offenbar eine aktuelle Tendenz der traditionellen Psychotherapie, sich für spirituelle und religiösen Fragen zu öffnen und dieser zumindest einen `begrenzten Einfluss´ einzuräumen. Andererseits unterscheiden sich spirituelle und religiöse Weltanschauungen zum Teil erheblich voneinander, sodass man sie bezüglich ihrer psychotherapeutischen Potenz differenzierter, als das bisher geschehen ist, beurteilen müsste. Es bleibt auch die Frage offen, inwieweit die traditionellen Psychotherapien ihre eigenen materialistischen Grundanschauungen, auch in Hinblick auf deren mögliche „Nebenwirkungen“, bereit sind zu hinterfragen.

#### Ängste und Widerstände gegen Veränderungen

###### Vonseiten der Therapeuten

Wie die vergangenen Abschnitte gezeigt haben, gehörte Religiosität bis in die Neuzeit hinein zum festen Bestandteil einer Psychotherapie im ursprünglichen Sinn. Erst mit der Aufklärung und den Erfolgen der Naturwissenschaften kam es zur Etablierung überwiegend materialistisch begründeter Psychologien und Psychotherapien, die wegen ihrer überwiegend materialistischen Grundlagen spirituelle und religiöser Themen als irrelevant ansahen. Das hat, wie mehrfach erwähnt, zu einer Vereinseitigung und Schwächung der Psychotherapie geführt. Erst in den letzten Jahrzehnten scheint sich ein Wandel hin zu einem Paradigma anzubahnen, das sowohl säkulare als auch religiöse Auffassungen umfasst. Dieser Weg wird allerdings schwierig sein, denn beide Seiten haben sich in den letzten 200 Jahren in ihren Bereichen festgefahren. Einerseits warnen offizielle seelsorgerische Verlautba-rungen vor psychiatrischer Betätigung und andererseits bestehen vonseiten der Psycho-therapeuten große Vorbehalte gegenüber spirituell-religiösen Einflüssen und beide Seiten haben insofern recht, weil differenzierte Kenntnisse des jeweils anderen Bereiches i.d.R. fehlen. Hinzu kommen noch ganz handfeste organisatorische und menschliche Gründe sowohl im Wissenschafts-betrieb als auch im kirchlichen Bereich, die ein Umdenken oder auch Verzicht auf diese oder jene Vorteile erschweren.[[761]](#footnote-760) Auch die Angst, unwissenschaftlich zu werden, hat dazu geführt, dass in Psychologie und Psychiatrie alles Nichtfassbare und Nichtbeweisbare kaum oder unbeachtet bleibt. So stellt etwa U. Sachse in seinem sonst ausgezeichneten Buch `Traumazentrierte Psychotherapie´[[762]](#footnote-761) zwar einerseits fest, dass bei der Bewältigung seelischer Traumata unsere innere Werte-Welt wichtig ist: „Wenn wir ein philosophisches, spirituelles und/oder religiöses System haben, in dem Unrecht, Schicksal, Pech, Willkür und gemeiner Zufall vorkommen ... dann haben wir es wesentlich leichter, ein Trauma zu integrieren ... " - andererseits spielt erstaunlicherweise dieser Bereich bei der Besprechung von Therapiestrategien in diesem Buch kaum eine Rolle.   
Immerhin liest man in einem Psychotherapeutenjournal die vorsichtigen Worte:   
„Sollten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten religiöse Überzeugungen ihrer Patientinnen und Patienten zum Ansatzpunkt für Interventionen machen? Darf eine Psychotherapeutin/ein Psychotherapeut gar ihre/seine eigene Religiosität in die Therapie einbringen? ... Wir hoffen, unser Wagemut (!), dieses Thema aufzugreifen, wird ... belohnt.“[[763]](#footnote-762)  
Kommentar: 1. Die etablierte Psychotherapie geht von weltanschaulichen Grundlagen aus, an die man letztlich, wie an die Religionen, auch nur glauben kann.   
2. Es ist kennzeichnend, dass man gegenwärtig offenbar `Wagemut´ benötigt, um Grundsatzfragen an die etablierte Psychotherapie zu stellen.   
3. So wie Theologen auch in Psychologie ausgebildet werden, so sollten auch Psychologen und Psychiater während ihrer Ausbildung mit den wichtigsten Religionen und spirituellen Strömungen bekanntgemacht werden.

###### Vonseiten der Theologen

Stichworte:  
- Seelsorger (Theologen) haben meist zu wenig Kenntnisse in Psychologie und Psychiatrie.  
- Man hat dann berechtigte Angst, inkompetent zu handeln und ggf. verklagt zu werden.  
- Mancher Theologe hat sich, menschlich verständlich, institutionell und theoretisch bequem eingerichtet.  
- Mancher Seelsorger/ Theologe hat Schwierigkeiten im Verständnis der Rolle Gottes in Bezug auf Krankheiten: Die einen, eher Freikirchler, überschätzen das unmittelbare Eingreifen Gottes, die anderen, häufiger an der Zahl, mögen noch an ein gewisses Wirken Gottes bei Krankheiten glauben, praktizieren es jedoch nicht.  
- Kirche hatte lange Zeit Krankheiten als direkte Folge von Sünden des Betroffenen dargestellt.[[764]](#footnote-763) Obwohl die Theologie das heutzutage differenzierter sieht, halten noch viele Menschen das Evangelium primär für eine moralische Lehre und halten sich deshalb von solchen Seelsorgebelehrungen fern.[[765]](#footnote-764)

###### Persönlich

Meine persönliche Erfahrung: Die frohe Botschaft, ich sei unbedingt liebenswert, einzigartig und gottgleich höre ich gerne, wenn ich unten bin. Habe ich aber Tolles geleistet, dann kann sie mir zuwider sein, denn dann fühle ich mich wertvoller und besser als irgendein Penner, der offenbar den ganzen Tag nur herumlungert. Dann will ich der Bessere sein und mich auch besser fühlen. Die Sternstunden der Menschen aber sind die, wenn sie ihren Widerstand gegen das +A aufgeben und über ihren eigenen Schatten springen. Das sind die Situationen, wo uns im wirklichen Leben oder im Kino die Tränen kommen.  
Ich glaube, dass jeder Mensch religiöse oder spirituelle Grundbedürfnisse hat. Die Sehnsucht nach Erlösung und Ewigkeit und Unsterblichkeit haben wir wohl alle. Aber wir befriedigen sie auf unterschiedliche Art und Weise, was allemal menschlich ist. Ich verstehe es, wenn einer Fußballmannschaft bei einer Weltmeisterschaft Unsterblichkeit zugesichert wird oder Millionen im Abglanz dieser Spiele Freude und Gemeinschaft finden. Aber wie schnell ist diese „Unsterblichkeit“ verschwunden und die Helden von gestern sind vergessen. Ich kann mich an nur wenige Weltfußballer von vor ca. 20 Jahren erinnern, obwohl ich sie damals ebenso bewundert habe wie heute. Wir wollen uns diese Freude an menschlichen Erfolgen bewahren, aber warum sollten wir unsere Sehnsüchte nicht erweitern, haltbarer und tiefer verankern? Wir treffen hier auf einen Widerstand in uns, dessen tiefere Ursache wohl darin besteht, dass wir eine existenzielle Angst bekommen, wenn wir das Heft aus der Hand geben und es jemand Anderem und sei es einem noch so liebenden Gott überlassen sollen.   
Auch: Die gute Nachricht erscheint uns oft zwiespältig. Ihr positiver Anteil lautet: Wir haben immer Anrecht auf innere Freiheit, Würde und Wohlbefinden, gleichgültig, ob wir (relativ) Richtiges oder Falsches getan haben. Negativ können wir empfinden: Wie viel wir auch richtig machen, unser Anrecht auf Freiheit, Würde und Wohlbefinden wird dadurch nicht größer. Versuchen wir aber, unser Selbst durch Leistungen zu vergrößern, dann etablieren und konditionieren wir uns auf eine unsichtbare innere Messlatte, an die wir auch im Fall unseres Versagens fixiert bleiben, die uns dann eine negative Bilanz präsentiert und uns klein macht. So zeigen sich falscher Stolz und zerstörerische Minderwertigkeitskomplexe als zwei Seiten einer Sache.

## `Primäre Psychotherapie´

„In einem Augenblick gewährt die Liebe, was Mühe kaum in langer Zeit erreicht.“   
 (Goethe, Torquato Tasso)

Die Liebe ist stärker als der Tod! (nach Hld 8,6)[[766]](#footnote-765)

##### Einführung

Zur Bezeichnung

Zwar ist diese Psychotherapie (PT), die ich hier vorstelle, letztlich christlich orientiert,[[767]](#footnote-766)   
ich habe sie aber absichtlich **nicht `christliche Psychotherapie‘ genannt**. Warum?  
 1. Ich glaube zwar, dass man das anzustrebende therapeutische Optimum, das ich mit +A (positives Absolutes) versuche zu umschreiben, am besten Gott[[768]](#footnote-767) oder den Heiligen Geist nennt - dass sich jedoch dieser gute Geist der Liebe ebenfalls, wenn auch schwächer, in anderen Religionen und Weltanschauungen wiederfinden lässt.   
Es steht schon in der Bibel, dass der Heilige Geist weht, wo er will - also nicht ausschließlich in der christlichen Religion und schon gar nicht nur in Kirchen oder Moscheen.[[769]](#footnote-768)  
 2. Viele Menschen identifizieren die christliche Botschaft mit der Institution Kirche oder haben fragwürdige Ansichten kennen gelernt (wie ich sie a.a.O. skizziert habe). Leider wird, aus dieser Sicht, der Begriff „christlich“ dann falsche Vorstellungen hervorrufen und eine Auseinandersetzung mit dem Thema erschweren.  
 3. Die Bezeichnung `christlich orientierte Psychotherapie´ könnte zudem so missverstanden werden, als wolle man alle wissenschaftlichen Erkenntnisse gering schätzen oder negieren.  
Ich verwende ähnlich die Bezeichnung `Metapsychotherapie´, weil die `primäre PT´ ihren Schwerpunkt im metapsychotherapeutischen Bereich hat. Weitere mögliche Synonyme für `primäre Psychotherapie´: Fundamentale Psychotherapie, Metapsychotherapie, Erlösungsorientierte Psychotherapie, Psychotherapie der Liebe, christlich fundierte Psychotherapie, alternative PT, Einstellungstherapie.

Inhalt und Ziele

Die `Primäre Psychotherapie´ ist vor allem für Menschen gedacht, die ganz unten sind oder therapieresistent erscheinen. Sie soll der einfachste und kränkste Mensch verstehen und umsetzen können. Sie enthält keine Vorbedingungen. Sie ist undogmatisch und ideologiefrei. Sie benötigt keine Analyse, kein Verhaltenstraining, keine besonderen Kenntnisse. Sie ist keine totale, aber eine fundamentale Psychotherapie.[[770]](#footnote-769)   
Probleme können auf verschiedenen Ebenen liegen. Nur eine fundamentale Ebene   
(→ [Dimensionen](#_Erläuterung_und_Begriffe)) erfasst alle Probleme. Oberflächlichere Ebenen schließen dagegen tiefer gelegene Probleme und deren Lösungen von vornherein aus. Das betrifft vor allem der gegenwärtigen materialistisch fundierten Psychotherapien. So wie ich allerersten und tiefsten Ursachen für psychische Erkrankungen vor allem in den Verwechslungen fundamentaler Bedeutungen beschrieben habe, so seh ich jetzt in einer Psychotherapie, die in dem absoluten Bereich ansetzt, die stärkste therapeutische und umfassendste Kraft.   
Sie trägt nicht nur dem Bedürfnis des Menschen nach einem Absoluten Rechnung, sondern auch der Tatsache, dass jeder Mensch Zugriff zu dieser Quelle / zu diesem Absoluten hat.   
Sie hat vor allem zum Inhalt: Man lässt sich das Wichtigste von Gott¹ schenken. Sie etabliert zunächst das Wichtigste: ein unangreifbares, positives Selbst - die absolute, existenzielle Grundlage der Person, auf der dann weitere therapeutische Verfahren erfolgen können, die sich nicht nach einem Schema, sondern speziell nach den Bedürfnissen eines jeden einzelnen Patienten (!) richten sollten.   
`Primäre Psychotherapie´ integriert alle positiven Aspekte von Psychotherapien.   
Sie ersetzt nicht andere psychotherapeutische Verfahren. Sie stellt aber eine Basis für weitere psychotherapeutische Interventionen dar. Man kann sie mit einer unbedingten Liebe von Eltern zu ihren Kindern vergleichen, die eine optimale Basis für jedes konkrete Verhalten der Eltern darstellt. Anders gesagt, auch die beste Pädagogik ohne Liebe ist weniger wert als eine Liebe ohne Pädagogik.   
Nur die Zusage Gottes, die Menschen immer und unbedingt zu lieben, stimmt völlig mit unserem Wunsch überein um unserer selbst willen geliebt zu werden.  
Der Glaube an Gott und seine Liebe garantiert allerdings genauso wenig ein sorgenfreies und gesundes Leben, wie die Liebe von Eltern zu ihrem Kind das garantiert. Die Wahrscheinlichkeit aber, dass der Gläubige, wie auch das geliebte Kind, ein erfüllteres und auch gesünderes Leben führt, erscheint jedoch deutlich größer, als bei einem Leben ohne Liebe. Denn das beste, nachhaltigste und noch dazu kostenlose Therapiemittel (übrigens auch Potenzmittel) ist Liebe. Das ist eine alte Erfahrung, die immer wieder neu entdeckt und formuliert wird.   
 Auch die Psychoanalyse hat sich mit dieser Problematik, wenn auch mit anderen Begriffen, auseinandergesetzt - so auch mit der Frage, ob und wie ein Kind den Entzugs eines Liebesobjekt, das etwa einem positiven, fremden Absoluten (+fA) entspricht, toleriert. Die liebste Mutter wird dem Säugling die Brust, auf die sich etwa Melanie Klein als wichtigstes Liebesobjekt bezieht, ab und zu entziehen müssen. Zu keinen Störungen kommt es, wenn trotz des Entzugs der Mutterbrust oder ähnlicher Frustrationen, das Kind die Haltung einer unbedingten Liebe der Mutter zu sich spürt und diese Liebe wie ein Absolutes alle Frustrationen relativiert. Das gilt auch für ihre Wirkung auf alle anderen Liebes- oder Hassobjekte. Das Kind oder jede andere Personen wird nicht nur durch die übergeordnete Liebe die Frustrationen abpuffern können, sondern wird auch ahnen, dass diese Versagungen, obwohl sie mit negativen Gefühlen verbunden sind, ihm von einer höheren Warte aus nützen. Im Grunde genommen fängt die Person so schon früh an, Lust oder Unlust nicht absolut zu setzen und wird so für das spätere Leben viel gewappneter sein. Auch nach Kohut besteht „ein lebenslanges Bedürfnis nach Widerspiegelung durch sogenannte empathische Selbstobjekte ... Das Scheitern dieses empathischen Spiegelungsprozesses liegt zahlreichen pathologischen Phänomenen zu Grunde."[[771]](#footnote-770)  
  
Kurz gesagt, wir alle brauchen Liebe. Woher aber soll die Person (P) Liebe bekommen, wenn die Umgebung lieblos ist und der Betreffende sich selbst auch nicht liebt? Von einem +Absoluten(+A)/ Gott? Aber auch mit Gott sind nicht alle Probleme weg - sie sind zumindest relativiert. Immerhin: Wenn das absolut empfundene Problem durch die Wahl des +A/ Gott gelöst ist, dann sind alle anderen nur von relativer Bedeutung und lassen sich dann viel leichter lösen oder, wenn nicht zu lösen, besser ertragen.  
Primäre Psychotherapie fängt nicht mit „Du sollst” oder gar „Du musst”, sondern mit festen Zusagen an: „Du bist geliebt und einzigartig“, „Du darfst sein, wie auch immer du bist!“ usw. Erst dann geht es darum, zu versuchen, diese oder jene Ziele zu erreichen bzw. Probleme zu lösen. Durch die Annahme des +A wird aus jedem fremden Absoluten ein Relatives, aus dem Fremd-Selbst ein Selbst, aus dem Fremd-Ich ein eigentliches Ich, aus der Unerlöstheit eine prinzipielle (keine totale) Erlöstheit - denn „die Versöhnung Gottes mit der Welt ermöglicht auch die Versöhnung des Menschen mit sich selbst, sodass er als `Christ nicht mehr der Mensch des ewigen Konflikts´ (Bonhoeffer), der unlösbaren ethischen Zerrissenheit, sein muss.“[[772]](#footnote-771) Das religiös vermittelte Heil kann, nach Tillich, verstanden werden   
„als Überwindung der existenziellen Herrschaft des Negativen (Angst, Schuld, Sinnlosigkeit), als `Erlösung des Zentrums der Person´ zu ihrem existenziellen Sein.“[[773]](#footnote-772)  
Ähnlich Hans Küng: „Wer die Religion nicht kennengelernt hat, wird nie die großen spirituellen Ressourcen kennen, die für das Wohl eines Patienten entscheidend sein können.“[[774]](#footnote-773) Wenn selbst **S. Freud** in einem Brief an einen Pfarrer feststellte:   
**„Sie sind in der glücklichen Lage, auf Gott weiterzuleiten und jenen, in dem einen Punkte glücklichen, Zustand früherer Zeiten herzustellen, in dem die religiöse Gläubigkeit Neurosen erstickte ... Wir haben es natürlich darum auch viel schwerer, und beim Auflösen der Übertragung geht uns mancher Erfolg zugrunde.“**[[775]](#footnote-774) - so stellt sich für mich die naheliegende Frage: Warum sollte man nicht auch diesen Weg anbieten?  
Was für ein Stress, wenn man - wie in manchen Religionen - mehreren oder gar vielen Göttern dienen muss. Dasselbe gilt auch für die vielen Ideologien oder namenlosen „Götter“, die wir in uns tragen. Gott gibt uns unsere eigentliche Identität wieder. „Ich bin ein Kind Gottes“ - das ist für mich die einzige Definition, die ewigen Bestand hat und unangreifbar und unzerbrechlich ist. Was für eine Freiheit, wenn man einen Gott hat, der nichts fordert. Wenn wir uns von Gott¹ vom falschen Müssen befreien lassen, wird vielen seelischen Krankheiten der Boden entzogen. Man muss die irdischen Probleme nicht unbedingt lösen und schon gar nicht immer optimal. Die Person muss sich nun nicht mehr existenziell um sich selber drehen - sie ruht in Gott. Ich glaube, Menschen die seelisch sehr krank sind, wie viele Psychotiker, haben deshalb mit Gott, bzw. einer unbedingten Liebe und Sicherheit, die größte Chance gesund zu werden. Wodurch sollten ihre Bedürfnisse nach unbedingter Liebe, Geborgenheit, Sicherheit usw. befriedigt sein, wenn sie ihre Umgebung als unzuverlässig oder destruktiv erfuhren und damit den Glauben an die Menschheit und an sich selbst verloren haben.   
Es geht in der Therapie primär um Stärkung und Bewusstmachung eines Persönlichkeits-kerns, der jenseits der Zeit, jenseits von Gut und Böse (i.e.S. von richtig und falsch), von der Meinung anderer Menschen, von den eigenen Taten, jenseits von Normalität, Funktionalität, Gesundheit oder Krankheit besteht und uns Gottes-ebenbildlichkeit gibt.  
Die primäre Psychotherapie kämpft nicht, sondern lässt freie Wahl. Sie lässt primär leben. Sie kann relativ Negatives und relativ Positives zulassen und integrieren, auch wenn sie versucht, das Relative zu beeinflussen. Sie erlaubt, sich über alles Irdische hinweg zu setzen.   
  
Welche Schlussfolgerungen ergeben sich?  
Wenn wir das +Absolute mit einbeziehen, werden wir erkennen:  
- Gesundheit und Krankheit sind nicht alles, sodass wir keine existenzielle Angst bekommen müssen, wenn wir krank bleiben oder werden.  
- Das +Absolute (personal: das Selbst) hat Priorität und ist schon da und muss nicht erst erarbeitet werden - d.h. auch, dass eine erstrangige Lösung leicht ist.  
- Relative Probleme können nur relativ gut, also nicht alle und nicht völlig, gelöst werden (wenn auch durch +A am besten) - was uns als Patienten oder Therapeuten beruhigen und entlasten sollte. Es wäre zudem eine realistischere Sicht und unnötige Enttäuschungen würden vermieden.  
- Manchmal sind Leid und Krankheit unvermeidbare Begleiter positiver Entwicklungen - was uns ermutigen sollte, nicht aufzugeben. Stattdessen neigen wir dazu, uns dann als Versager und die Krankheit als Feind anzusehen.  
- Die „Gesunden“ und „Normalen“ können von der absoluten Warte aus, also in einem umfassenderen Sinn, kränker, unnormaler und verrückter sein als die, die von einer medizinischen Warte aus, so etikettiert werden.[[776]](#footnote-775)

- Psychotherapie sollte neben wisenschaftlichen Erkenntnissen nicht nur gute Glaubens-grundlagen vermitteln und nicht nur die Psyche sondern alles psychische Relevante des Betreffenden „mit therapieren“.[[777]](#footnote-776)

#### Unterschiede zu anderen Psychotherapien

Ich meine, ein aus dem bisher Gesagten entwickeltes Therapiekonzept wird andere Akzente als herkömmliche setzen. In Fragen, die im relativen Bereich liegen, wird das meiste ähnlich sein. Ein großer Unterschied dürfte jedoch in der Berücksichtigung eines Absolutbereiches der Person liegen, dem alle anderen Bereiche untergeordnet sind. Daraus ergeben sich entscheidende therapeutische Konsequenzen. Nicht die Peripherie der Person wie ihr Verhalten, auch nicht ihr Charakter, ihre Schuld oder Unschuld, ihre Erfolge oder Misserfolge usw. stehen im Mittelpunkt, sondern ihr Zentrum: ihr Selbst, ihr Absolutes.  
So, wie - aus negativer Sicht - ein Mensch am ehesten seelisch zu zerstören ist, wenn man sein Zentrum zerstört, so ist er aus positiver Sicht am ehesten zu heilen, wenn man dieses Zentrum heilt. Ist einmal das Selbst der Person heil (und damit auch die Aspekte des Selbst wie Selbstbewusstsein, Selbstbestimmung, Identität), so folgt alles andere am ehesten von selbst nach.   
Der springende Punkt aber nun ist der, dass es bei dieser „zentralen Heilung“ nicht um ein aufwendiges Verfahren geht, sondern letztlich um einen einfachen Glaubensakt (besser: „Willensakt"), der dem Selbst die Rolle wiedergibt, die ihm eigentlich zusteht - eben der des vorbedingungslosen Lebens und Daseins. Warum soviel Kleinarbeit in die Aufarbeitung des Vergangenen stecken, wenn ich das Recht habe, unabhängig davon schon jetzt frei und unbelastet zu leben? Warum so viel Mühe, unbedingt ein besserer Mensch werden zu müssen, reifer, weiser, abgeklärter, analysierter, wissender, anerkannter, geliebter, erfolgreicher usw., wenn ich vor Gott schon jetzt gut genug bin und meine Gottesebenbildlichkeit nicht von diesen Attributen abhängt? An sich müssten dann keine +fA unbedingt erreicht, keine −fA unbedingt abgewehrt und keine 0 unbedingt „gefüllt“ werden - welche Entlastung! Natürlich geht es bei einer solchen Therapie nicht gegen Analysen, Verbesserungen, Reifungen, Aufarbeitungen, Erfolge usw., sondern dagegen, diese Attribute absolut zu setzen und das, was die Person eigentlich ausmacht, von deren Existenz unabhängig zu machen.   
So befreiend es einerseits ist, sich nicht angestrengt über die genannten Attribute definieren zu müssen, so schwer wird es andererseits sein, das eigentliche Selbst zu wagen, denn die fremden Selbsts geben uns ja auch (scheinbar) *die* Sicherheit, *den* Halt, *das* Selbstbewusst-sein, *das* Glück, wenn auch nur vorübergehend und nur um einen Preis, auch den der Krankheit.  
  
Ich sehe folgende **Hauptunterschiede** zu den gängigen Psychotherapien:  
  
1. An erster Stelle steht bei diesen die `Ich-Stärke´ und an zweiter oder gar letzter Stelle die `Selbst-Stärke´.  
Bei der `primären Psychotherapie´ ist es umgekehrt: An erster Stelle steht die `Selbst-Stärke´ (religiös: die Stärke Gottes) und an zweiter Stelle die `Ich-Stärke´/ die menschliche Kraft.  
2. Ein weiterer wichtiger Unterschied zu vielen anderen Psychotherapien liegt in der mehrfach geäußerten Auffassung, dass Gesundheit und Krankheit relative Bedeutung haben und ihre Verabsolutierung wiederum zu unerwünschten Nachteilen führt, ja langfristig krankheitsfördernd ist.

Während Psychotherapien, die sich in den zweiten Wirklichkeiten bewegen, häufig das Problem haben, bestimmte therapeutische Ziele zu verabsolutieren und dadurch gleichzeitig deren Gegenteile auszuschließen, integriert (und fördert eventuell) die primäre Psychotherapie auch gegenteilige bzw. gegenteilig erscheinende Therapieziele. Sie integriert und fördert sowohl das eigentliche Absolute als auch das Relative, sowohl die Einheit als auch die Vielfalt, sowohl den Schutz der Person als auch seine Sensibilität, die Geborgenheit und gleichzeitig die Offenheit. Sie fördert gleichzeitig das Leben und das Funktionieren, die Person und die Dinge, die Subjekte und die Objekte. Sie lässt den Menschen Flügel und gleichzeitig Wurzeln wachsen. Sie stärkt gleichzeitig sein Ich aber auch das Du. Sie fördert nicht einseitig ein Therapieziel auf Kosten gegenteiliger oder anderer Ziele. Sie fördert nicht die erstrangige Wirklichkeit auf Kosten der zweitrangigen Wirklichkeiten - oder anders gesagt: Sie fördert nicht den Himmel in uns auf Kosten der Welt.  
  
 Einige Leser haben den falschen Schluss aus meinen Ausführungen gezogen, es ginge unbedingt darum, eigene Fehlverabsolutierungen zu erkennen und zu beseitigen. Während früher Krankheit oder die Eltern oder eigene Schuld oder etwas anderes das zu Beseitigende war, seien es jetzt die Fehlverabsolutierungen bzw. die Fremd-Selbsts, die dominierenden Es. Das ist ein Missverständnis. Ich meine nicht, dass die Fehlverabsolutierungen das Übel seien, das es auszumerzen gilt. Sie sind ja auch nur Relativa, auch wenn sie absolut empfunden und gelebt werden. Sie sind eher ungünstig, aber, wie gesagt, nicht *das* Negative. Ja, wie beschrieben, können sie als Not-, Ersatzlösungen fungieren, wenn der Betreffende nicht aus einem eigentlichen Selbst heraus lebt. Sie können das „kleinere Glück“ sein, wie es B. Hellinger einmal, wenn auch in etwas anderem Zusammenhang, nannte.   
Das `Es´ wird durch Gott zu einem kleinen `es´ - es muss nicht bekämpft und liquidiert werden.   
Als kleines `es´ kommt es so, quasi von selbst, wieder in die Position, in die es gehört.  
  
3. Eine Psychotherapie sollte **alle psychisch relevanten Aspekte** (→[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)) einsetzen können. D.h. Zur pPT gehören gegebenfalls (!) körperliche Nähe(→ [Körperpsychotherapie](#_Körperpsychotherapie_und_Embodiment))   
oder auch - wo angebracht – spirituelle oder religiöse Praktiken (siehe Beispiele anschließend). So wie die Liebe nichts ausschließt, was hilft, so schließt auch eine primäre Psychotherapie keine Art von Hilfe aus.   
Aber:  
4. Jeder Patient sollte eine ganz **individuelle Therapie** erhalten - unabhängig von allen Psychotherapierichtlinien.

##### Beispiele

• Der Umgang der Therapeutin Sergeantin Choi mit psychisch kranken Soldaten in Südkorea.  
Sie umarmt die Soldaten, umfasst ihre Gesichter, wäscht den Soldaten zum Abschied die Füße usw. Sie sagt dazu z.B.: „Ich teile deinen Schmerz, pass auf dich auf, ich vergesse dich nicht, ich besuche dich ab und zu auf deinem Posten, wenn du mich brauchst, rufe mich, mach´ weiter gute Arbeit usw.“   
•Therapeutic Touch (TT).[[778]](#footnote-777)  
• Ähnlich: Professionelle „Kuscheltherapien“, die zum Glück immer häufiger angeboten werden.   
• Meditationen (Siehe ggf. deutsche Langfassung), Segnen, Beten für den Patienten (mit oder ohne ihn).[[779]](#footnote-778)  
• Kunsttherapie, Sport und alles andere Sinnvolle – das schließt auch das ein, was normalerweise / durchschnittlich unsinnig ist, denn auch das Sinnvolle ist eine relative Kategorie.

• Fallbeispiel, das den Unterschied zwischen üblicher und „primärer PT“ zeigt:  
Eine 60-jährige Patientin berichtet, sie leide schon ihr ganzes Leben lang daran, möglicherweise am Tod ihres kleinen Bruders schuld zu sein. Sie habe damals, als etwa zehnjähriges Mädchen auf ihren kleinen Bruder aufpassen müssen, weil Mutter wenig Zeit gehabt habe. Damals hätten sie und ihre Freundin mit dem kleinen Bruder „Puppe" gespielt. Sie hätten ihn in einem kalten Bad gebadet und der Bruder habe eine Lungenent-zündung bekommen, an der er gestorben sei. Sie wisse, auch aus vorangegangenen Psychotherapien, dass sie am Tod des Bruders keine Schuld habe, weil die Mutter und nicht sie für ihn verantwortlich gewesen sei. Andererseits aber sei ihr klar, dass sie doch einen Fehler gemacht habe. Deshalb quälten sie bis heute Schuldgefühle.   
Ich habe der Patientin gesagt, dass es vor Gott nicht entscheidend sei, ob jemand zu 100 % oder vielleicht nur zu 1 % schuldig sei, ja, dass es auch zweitrangig sei, ob es sich um eine tatsächliche oder vermeintliche Schuld handele. (Wer könnte das schon beurteilen). Das wisse letztlich nur Gott allein. Und für den sei nicht die Größe oder die Tatsächlichkeit der Schuld entscheidend, sondern dass es dem Betreffenden leid tue. Und damit sei für ihn jegliche Schuld aufgehoben/ getilgt. Seine Gnade sei immer größer als unsere Schuld. Seine Gnade sei das eigentlich Große und unsere Schuld demgegenüber `klein und niedrig´ (G. von le Fort).  
Außerdem glaubte ich, ihr Bruder ist jetzt im Himmel und dort ginge es ihm gut. Und wenn er seine Schwester von dort aus mit ihren Schuldgefühlen sieht, rät auch er ihr sicher, unbelastet und frei weiterzuleben.

#### Übereinstimmungen mit anderen Psychotherapien

In der Primären Psychotherapie finden sich wie in der Botschaft Jesu auch alle wichtigen therapeutischen Schulen mit ihren humanitären Anliegen (wenn auch relativiert!) wieder: Z.B. *Verhaltenstherapie:* Vieles ähnelt den Geboten in der Bibel, die zu richtigem Verhalten aufrufen. *Systemtherapien*: Siehe entsprechende Hinweise in der Bibel. Wie zum Beispiel Jesu Aussagen bezüglich des Umgangs mit den näch

Verhaltenstherapien

Ana-  
 lytische

PT

`Primäre

Psychotherapie´

Syste-  
 mische

PT

Humanistische PT

sten Angehörigen, mit seinen Feinden und Freunden, die Gleichstellung aller Menschen vor Gott, die Unterstützung der Schwachen und Kranken usw. *Analytische Therapien*: Wenn der Psychoanalytiker in der Übertragungssituation einen Rahmen von emotionaler Sicherheit schafft, in der der Patient seine Probleme angstfrei lösen kann, dann ähnelt dieser Rahmen dem, den wir, stärker noch, über das +A erhalten.[[780]](#footnote-779)  
  
Die wichtigsten *humanistischen* Psychotherapien kann man der Tabelle `[Psychotherapie-richtungen](#_Psychotherapierichtungen_(Kritische)´ entnehmen. Man könnte hier auch erwähnen: Körpertherapien, Meditationen, Segnungen und ähnliche `Methoden´, wie sie auch Jesus praktiziert hat. Es geht um eine `+A-basierte´ Methodenvielfalt, die der Vielfalt der Individuen gerecht wird - so wie auch eine Mutter im besten Fall ihr Kind nicht nach einer bestimmten Methode erzieht.  
*Allgemein:* Die Wichtigkeit von Empathie wird von allen PT allgemein anerkannt.  
Ein guter Therapeut muss also nicht unbedingt an Gott glauben. Gott bewahre! Der Geist Gottes weht, wo er will und ist nicht an eine bestimmte Denomination gebunden. Es hieße eher, dass ein guter Therapeut eine prinzipielle Liebe zum Patienten und auch zu sich haben sollte. Eine solche Liebe haben wohl viele Therapeuten. Ich glaube, eine solche Einstellung ist entscheidend und wird sich auch auf den Patienten übertragen, selbst wenn der Therapeut Strategien verfolgt, die eine solche Haltung nicht direkt implizieren. Andererseits ist es erstaunlich, wenn auch typisch, dass in der gegenwärtigen psychotherapeutischen Literatur der Begriff `Liebe' fast nie auftaucht.[[781]](#footnote-780)

Mit den meisten Psychotherapieachulen besteht heutzutage auch Übereinstimmung darin, dass nicht nur die Person isoliert behandelt wird, sondern auch ihr gesamtes Umfeld - also alles, was für die Person überhaupt psychisch relevant ist.

#### Therapieziele

Zum Verständnis: Ein übergeordnetes, höherwertiges Relatives ist nur vergleichsweise höherwertig![[782]](#footnote-781) Absolut sind +A/ Gott/ (die Liebe) und die Menschen in ihrem `Wahlabsoluten´. Die in der Tabelle aufgeführten Werte-Hierarchien entsprechen primären und sekundären Therapiezielen.

Tab. 23

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **A b s o l u t :**  +A / Gott und das  `Wahlabsolute´ | **relativ übergeordnet** | **relativ untergeordnet** | entsprechende Bibelstellen |
| Mensch | Gebote, Kirche, Leistungen, Ideale, menschliche Attribute, Tiere, Dinge | Joh 4,12 |
| Gottes Orientierungen | menschliche Orientierungen |  |
| Liebe | Leistungen, Verstand | 1 Joh 4,19 |
| Geliebt werden von Gott | Selbstliebe |  |
| Geist, Seele | Materie, Welt, Körper  (besser ein Auge ausreißen… was nützt es, die ganze W. zu gewinnen…) | Mt 5,29 Mt 18,8 |
| Subjekt | Objekt, Ding |  |
| Heil | Gesundheit, Wohlbefinden |  |
| Erlösung | Lösungen |  |
| Selbst-Stärke | Ich-Stärke |  |
| Kind Gottes sein (Kind-Ich) | Erwachsen sein (Erwachsenen-Ich) |  |
| Geborgenheit | Autonomie |  |
| Versöhnung, Gnade | Recht, Opfer | Mt 5,24 Mk 12,33 |
| Himmel | Irdisches, „Realitätsanpassung“ | Mt 6,33 |
| Einfaches So-Sein, Selbst-Sein | Reifung, Individuation |  |
| Inhalt | Form | Mt 23,26 |
| Inneres innere Zufriedenheit | Äußeres, äußere Bedingungen |  |
| Ursachenbeseitigung kausale Therapie | Symptombeseitigung symptomatische Therapie |  |
| Vertrauen, Glaube | Verstand, Ratio, Leistungen | Mt 6,26 Lk 12,7 |
| Maria | Martha | Lk 10,42 |
| Himmlisches Nehmen | Irdisches Geben oder Nehmen | Apg 20,35 |
| Vor Gott gerechtfertigt sein | Selbstkorrektur > Korrektur anderer.  Ziehe zuerst den eigenen Balken  aus dem Auge... | Mt 7,5 |
| Leben | Funktionieren |  |
| Sünder, der bereut | selbstgefälliger Gerechter |  |
| Licht | Finsternis | Joh 3,19 |
| Gnade, Freiheit | Gehorsam, Verantwortung | 1 Tim 1,4 |
| Besser ein Zelt auf festem Grund | als ein Schloss auf Sand gebaut |  |
| Aussagen über Jesus | Propheten, Paulus |  |
| Neues Testament | Altes Testament |  |

##### Das oberste Therapieziel

Für mich hat ein Mensch das oberste Therapie- oder Lebensziel schon erreicht, wenn er eine positive Grundeinstellung dem positiven Absoluten (bzw. was er dafür hält) gegenüber hat. Man könnte das auch „positive Absoluteinstellung“, „Primärtugend“ oder „positiven Primärwillen“ nennen. (Ich habe das ja schon mehrfach erwähnt.)  
Sehr einfach gesagt: Wenn er ein gutwilliger Mensch ist, ist er für mich schon beim Wichtigsten, bei dem, das ich +A/ Gott /sein Selbst nenne, angekommen. Er muss nicht irgendwohin, er ist schon am Ziel. Er muss nicht ein Anderer werden, er muss nicht Irgendetwas leisten usw. - er darf sein, wie auch immer er ist. Er sollte sich nur dessen bewusst werden. Alle anderen Ziele halte ich für relativ bedeutend (keineswegs für unbedeutend!). I.d.R. sind sie relativ gut („Sekundärtugenden“). Wegen ihrer Relativität kann das relativ Gute aber manchmal relativ schlecht sein. Im Einzelfall (!) kann es also sinnvoll sein, dem Patienten zu raten, er solle seine Abhängigkeit behalten oder gar verstärken, eher regredieren als vorankommen, eher böse als gut, lieber aggressiv als friedfertig sein usw. Denn wenn er beispielsweise nur friedfertig sein muss, wird er, nach dem „Gesetz der Gegensatzbildung“ bei sich oder anderen Menschen Aggressivität hervorrufen, die, so glaube ich, noch stärker als die normale, „relative“ Aggressivität ist usw.

##### Rat für Patienten

• Nimm Dich in Deiner Krankheit an und versuche etwas dagegen zu tun.   
Aber: kämpfe nicht gegen die Krankheit, denn sie hat meistens eine Funktion.   
• Verstecke Dich nicht, schäme Dich nicht und hole Dir Hilfe zur rechten Zeit.   
• Tabuisiere Deine Krankheit nicht, gehe aber auch nicht damit hausieren.   
• Glaube daran, dass das Leben „drüben“ weiter geht, auch wenn Du hier stirbst.  
• Versuche zu glauben, dass Gott stärker ist als alle negativen Kräfte.  
• Wenn Dir Dein jetziger „Gott“ etwas unbedingt verbietet, dann suche Dir einen Gott, der Dir Freiheit gibt. Wenn Deine „Teufel“ so stark oder noch stärker sind als Dein jetziger Gott, dann suche Dir einen stärkeren Gott.   
• Wenn Du mit Vater oder Mutter nicht klarkommst, nimm Dir Gott als Vater/ Mutter, der Dich immer lieben wird.  
• Wenn Du das Gefühl hast, Du bist wenig wert, dann suche Dir einen Gott, der Dich zu sich emporhebt.   
• Wenn Du dauernd schuldbeladen herum läufst, dann suche Dir einen gnädigen Gott, der Dir alles verzeiht, was Du bereust.

##### Zur Rolle von Therapeuten und Patienten

Hier nur Stichworte in Anlehnung an die Meditation `Orientierung und Freiheit´.[[783]](#footnote-782)  
Therapeut und Patient sollten versuchen,   
- authentisch zu sein, aber sie dürfen auch eine Rolle spielen,  
- sich und die Anderen zu akzeptieren und zu lieben, aber sie dürfen sich und die Anderen auch hassen,  
- nichts von sich und den Anderen zu fordern (kein Muss), aber sie dürfen auch fordern,  
- den Anderen zu verstehen, aber sie dürfen ihn auch missverstehen,  
- ihre und der Anderen Grenzen zu erkennen und zu respektieren - sie dürfen sich und Andere aber auch auspowern,  
- offen zu sein, aber sie dürfen auch zumachen,  
- die Probleme zu lösen, aber sie dürfen sie auch ungelöst liegenlassen oder gar vergrößern,  
- Erfolg in der Therapie zu haben, aber sie dürfen auch Misserfolg haben,  
- die Wahrheit zu sagen, aber sie dürfen auch lügen,  
- stark, klug und weise zu sein, aber sie dürfen auch schwach, dumm und unreif sein,  
- erwachsen zu sein, aber sie dürfen auch Kind, ja auch kindlich sein,  
- Gott oder Spiritualität mit einzubeziehen, aber sie dürfen diese auch ausschließen usw.  
Anmerkung: das jeweils erstgenannte ist i.d.R. das Günstigere, selten aber auch das Ungünstigere. Aber selbst wenn es das Günstigere ist, wird es zum Ungünstigeren, wenn es zum Muss wird.

##### Praktische Durchführung

• `Primäre Psychotherapie´ umfasst alles was für die Psyche des Patienten relevant ist -vorrangig alles, was ihm unbedingte Liebe, Würde und Freiheit vermittelt.   
Das bedeutet `+A-basierte´ Methodenvielfalt und **Entlastung, Unterstützung der Person (P)** durch Vermittlung unbedingter Zusagen Gottes/ der Liebe.[[784]](#footnote-783)   
- Z.B. durch entsprechende Meditationen, ähnlich den Anonymen Selbshilfegruppen.   
 (Für jedem Tag sehr gut ist Sarah Young: `Ich bin bei Dir´ s. Lit.. Weitere Meditationen siehe ungekürzte Fassung.)   
- Z.B. durch entsprechendes Verhalten des Therapeuten. Verbal und körperlich (siehe oben).  
**Die Behandlungsmethode soll dem jeweiligen Patienten entsprechen**, das heißt, dass man der einen oder anderen Methode nicht unabhängig vom jeweiligen Patienten Priorität einräumt.  
• Weitere Maßnahmen:  
 a) Beispiele einer `primär fundierten Verhaltenstherapie´.  
Z.B. Depression: Übungen direkt gegen die Depression (gegen die depressiven Gedanken, Gefühle, Verhaltensweisen) - wie sie in der Fachliteratur ausgiebig beschrieben werden. (Deshalb gehe ich hier nicht weiter darauf ein.) Für noch wichtiger aber halte ich Übungen und Meditationen die man „pro Depression“ (besser: pro Traurigkeit“) nennen kann. Z.B. „Übe nicht nur stark und besser drauf zu sein, sondern übe noch mehr schwach sein zu dürfen und übe öfter zu weinen!"  
Z.B. Stotterer: Übe nicht nur das richtige Sprechen, sondern noch mehr das Stottern (Motto: `Ich darf das´.)  
Z.B. Psychose: Übe nicht nur weniger verrückt zu sein, sondern spiele absichtlich immer wieder mal den Verrückten usw.  
 b) Eine „primäre Psychotherapie" legt den Schwerpunkt auf die Erkennung ungünstiger - aber manchmal auch günstiger - Absolutheiten, aber nicht auf deren unbedingte Beseitigung - denn sie sind schon relativiert, wenn wir das positive Absolute mit ins Spiel bringen.   
(S.a. Beispiel in `Psychiatrie´ Abschnitt `[Zwangsstörungen](#_Zwangsstörungen)´.)

#### Ursächliche Therapien

„Alles ist erlaubt, aber nicht alles ist gut.“ (Paulus)

Hypothesen: Optimal sind ursächliche Therapien, diesymptomatische Therapien integrieren.   
Die ursächliche Theapie ist i.d.R. besser als die symptomatische.   
Allgemeines zu Lösungen siehe dort → [Lösungen](#_Lösungen).  
Für ursächliche Theapien gilt Ähnliches wie für erstrangige Lösungen.   
Die ursächliche Therapien haben das +A/ Liebe zur Grundlage.  
• Sie haben einen +absoluten Kern, der **erlöst.** [[785]](#footnote-784)• Relativ dazu sind ursächliche Therapien, die im Bemühen des Menschen liegen.   
Sie werden, so glaube ich, am ehesten Erfolg haben, wenn sie das o.g. positive Absolute zur Grundlage haben.

#### Symptomatische Therapien und Notlösungen

Symptomatische Therapien sind in der Regel zweitrangige Lösungen, die fremde Absolutheiten zur Grundlage haben. Sie sind meist ungünstiger und teurer als die ursächlichen Therapien/ Lösungen. (Siehe aber `Pro symptomatische Therapie´).  
Jeder Abwehrmechanismus und jedes zweitrangige Verhalten kann als Notlösung dienen.  
 Im Folgenden behandele ich aus Platzgründen nur einige wichtige.

##### Kontra symptomatische Therapie

Die Faulen werden geschlachtet, die Welt wird fleißig.  
Die Hässlichen werden geschlachtet, die Welt wird schön.  
Die Narren werden geschlachtet, die Welt wird weise.  
Die Kranken werden geschlachtet, die Welt wird gesund.  
Die Alten werden geschlachtet, die Welt wird jung.  
Die Traurigen werden geschlachtet, die Welt wird lustig.  
Die Feinde werden geschlachtet, die Welt wird freundlich.  
Die Bösen werden geschlachtet, die Welt wird gut.  
Erich Fried: Die Maßnahmen. [[786]](#footnote-785)

Symptome werden heute zu schnell unterdrückt und bekämpft.   
Die psychischen Symptome haben jedoch oft eine Funktion. Wenn ich das Symptom wegtherapiere, dann auch dessen Funktion. Wenn die Person jedoch das Symptom oder dessen Funktion benötigt, entsteht ein Problem, das nicht hätte entstehen müssen.  
Das Symptom ist weg - alles scheint gut. Das zu Grunde liegende Problem aber bleibt ungelöst. Seine Lösung wird verschoben. Diese oberflächliche Lösung hat aber ihren Preis: Einmal genommene Medikamente etwa werden dann dauernd gegeben. Das Medikament hat den Blutdruck normalisiert, das Herzrasen beseitigt, die Stimmung wiederhergestellt usw. - alle sind zufrieden: der Patient, der Arzt, die Pharmafirmen.  
R.D. Laing hat diese Gefahr deutlich formuliert: „Aber die Psychiatrie kann so leicht mit Hilfe einer (möglichst) unschädlichen Tortur eine Technik der Gehirnwäsche, der Induzierung eines angepassten Verhaltens sein. In den besten Kliniken, wo die Zwangsjacken verschwunden, die Türen unverriegelt und die Leukotomien längst aufgegeben sind, kann das alles ersetzt sein durch subtilere Lobotomien und Beruhigungsmittel, die die Gitter des Irrenhauses und die verriegelten Türen in den Patienten verlegen.“[[787]](#footnote-786) Ähnlich äußerte sich eine Patientin: „Der Arzt hat seinen Beruf an die Medikamente abgegeben, die verdienen für ihn das Geld. Und weil es viel Geld ist, mehr als man sich vorstellen kann, hat es auch den Arzt schon in der Macht. Das Ärztesystem als Ableger einer Drogenindustrie kommt unaufhaltsam herauf. Dann glaubt der Arzt nur noch, dass die Drogen bequem für ihn die Arbeit machen. In größeren Zusammenhängen gesehen, macht er dann nur die Arbeit für eine Industrie, die mit den Kranken als Heilungsbedürftigen gar nichts mehr zu tun haben will - im Gegenteil, je mehr Kranke, umso mehr Umsatz ...[[788]](#footnote-787) Symptombekämpfung hat den gleichen Grundgedanken wie die Rauschgiftsucht ... Die Pillen helfen dem Patienten aus seiner Trauer heraus. Der Patient wird locker. Dass er sich selbst regulieren kann und die Pille überflüssig ist, kann ihm dabei nicht aufgehen, denn sie stärkt das Zentrum, wo das geschieht, nicht, sie schwächt es!“[[789]](#footnote-788)  
Das schließt nicht aus, dass man versucht, die Folgen zu mildern oder notfalls zu „reparieren“. Notlösungen aber sind für den Notfall da und nicht für den Normalfall. Sie sind fast immer teurer als eigentliche Lösungen.  
Typisch symptomatisch ist der *Kampf* gegen das Negative. Es ist üblich auszudrücken, dass man gegen Krankheiten und Leid kämpft. Nun sind Krankheiten Folgen von Ursachen und man sollte gegen die Ursachen „kämpfen“ und nicht gegen die Symptome. Deshalb rate ich dazu, zu versuchen, das Symptom zu akzeptieren, mit ihm mitzugehen, ja eventuell sogar zu übertreiben oder absichtlich zu erzeugen.[[790]](#footnote-789)

Stichworte und Vergleiche:  
Es hat wenig Sinn, über seine wunden Füße zu klagen, wenn man die zu engen Schuhe nicht auszieht.  
Es hat wenig Sinn, über seine Impotenz zu klagen, wenn man seine Ehekonflikte nicht löst.  
Es hat wenig Sinn, über sein Übergewicht zu klagen, wenn man nicht bereit ist, weniger zu essen.  
Es hat wenig Sinn, über seine Depressionen zu klagen, wenn man sich weiter unterwirft.  
Es hat wenig Sinn, Gott um die Beseitigung der Symptome zu bitten, wenn man nicht die Ursachen beseitigt.[[791]](#footnote-790)  
Man tötet den Träger einer schlechten Botschaft, aber nicht ihre Verursacher.   
Man behält eine Krücke, auf der man weiter humpelt.   
Man fällt in eine Grube oder rennt gegen etwas an und holt sich Beulen, doch statt innezuhalten, setzen wir Sturzhelme auf und rennen weiter usw.|

##### Pro symptomatische Therapie

**Bedenke: Man wird zuerst das Feuer löschen und dann den Brandstifter gefangen nehmen.**  
(Was den Versuch nicht ausschließt, den Brandstifter gefangen zu nehmen, bevor er überhaupt Feuer legt.)  
D.h. als Sofortmaßnahme steht häufig die symptomatische Therapie im Vordergrund - langfristig ist aber die ursächliche wichtiger. Siehe auch Jesus, der erst heilt und danach sagt: „Sündige nicht mehr!“.  
Ähnlich: Jesus heilte auch unter Zuhilfenahme von Materie - etwa als er einen Blinden mit seinem Speichel behandelte - und nicht durch einen geistlichen Zuspruch. (Mk 8, 22)  
Kann eine symptomatische Therapie auch erstrangig sein? Eine symptomatische Therapie ist dann erstrangig, wenn sie in das positive Absolute (+A) integriert ist. Deshalb: Verachte nicht relative, symptomatische Hilfen. Gott macht nicht alles selbst. Gott hilft auch durch Mitmenschen. Symptomatische Therapie ist auch dann wichtig, wenn eine causale Therapie direkt unmöglich ist.  
Hinweis: Im Folgenden verwende ich `symptomatische Therapie´ und `Notlösung´ analog.

##### A) Notlösung auf Kosten anderer Menschen

Menschen, die die Notlösung A bevorzugen, wälzen ihre Probleme auf andere ab und werden dadurch selber nicht krank. Deshalb müssen sie auch nicht zum Psychiater. Sie neigen zum Egoismus, Selbstherrlichkeit und dazu, ihre Belange aggressiv durchzusetzen.   
Sie zahlen zwar meist auch einen hohen Preis dafür (z.B. Einsamkeit, mangelnde Liebe, abgestumpfte oder ersatzhafte Gefühle usw.) - doch das soll uns in unserem Zusammenhang nicht weiter interessieren. Das eigentliche, „gesunde” Selbst braucht anderen nichts wegzunehmen. Es hat selber genug. Dynamik und Verhalten entsprechen im Wesentlichen dem, was ich in `[Die Person als Es](#_Die_Person_als)´ geschrieben habe.

##### B) Notlösung auf eigene Kosten mit Krankheit

Ich stelle ich mich tot, um zu überleben. (Ein Patient)  
  
Das ist die für unsere Fragen wichtigste Notlösung. Sie ist eine Lösung auf eigene Kosten mit Krankheit.   
I.d.R. hat der Betreffende zuvor längere Zeit von der „Substanz“, von seinem Selbst, gelebt, ohne dass ihm das bewusst war, denn durch das von den +fA erzeugte Hyperwohlbefinden ist die Person gedopt und spürt nicht, ab wann sie von der Substanz lebt!. Reicht das nicht, um kompensiert zu bleiben, wird der Betreffende manifest krank.  
Der weitere Mechanismus der Notlösung über Krankheit ist folgender:  
Zunächst ist festzuhalten, dass diese Vorgänge unbewusst laufen. Da der Betroffene keine andere Lösung im Kopf oder Herzen hat (und die Notlösung A innerlich nicht akzeptiert), hilft sich das Unbewusste selbst - es „macht” den Menschen krank. Wie passiert das?  
Die Ausgangssituation war ja die, dass der Betreffende die, meist von den Eltern stammenden, Anforderungen nicht mehr zu erfüllen vermag und gleichzeitig keinen anderen Ausweg sieht oder wagt. Er ist überfordert und wird in der Not krank. Er hat damit zwar nicht die Anforderungen beseitigt, sich aber vor weiteren Überforderungen und Verfremdung geschützt und sich ein unbewusstes (!) Alibi geschaffen, das sein Ich vor dem Untergang rettet. Gleichzeitig „opfert“ er aber auch einen Teil seines Ichs (Gesundheit), um diesen Schutz aufrecht erhalten zu können. (Siehe auch „[Opferdynamik](#_Dynamik_des_Es)“ und `[Abwehrmittel](#_Wie_und_womit)´).  
Man beachte den Doppelcharakter dieser Lösung: Einerseits wird der o.g. Grundkonflikt zwischen den dominierenden fremden Absolutheiten und dem Selbst teilweise gelöst oder zumindest abgeschwächt, andererseits zahlt derjenige einen hohen Preis (Krankheit) dafür. Die psychogenen Krankheiten haben so wichtige Funktionen (!), ohne die ihre Penetranz und Chronizität nicht zu verstehen ist.[[792]](#footnote-791)

Die seelische Krankheit schützt das Ich vor weiterer Überforderung. Die Person hat jetzt ein unbewusstes Alibi, um sich den falschen Unbedingtheiten zu entziehen.  
Die Krankheit schützt sowohl vor dem +fA als vor dem −fA. Sie schützt aber auch die fA, das Krankmachende, selbst, denn sie gewährleistet auch deren Weiterbestehen. Der Kranke kann dadurch die unbedingten Anforderungen abschwächen und eine gewisse Stabilität, Sicherheit und Schutz gewinnen. Er schwächt so die ihn tyrannisierenden Ideale\* und Tabus\*, aber auch sich. Es ist eine harte, selbstzerstörerische Lösung, aber sie funktioniert.

SCHUTZ durch K *R* A N K H E I T

**Das MUSS, das UNBEDINGTE; VORBEDINGTE,**

**FREMD-SELBST, falsches ABSOLUTES**

**Du musst unbedingt) | Du darfst auf keinen Fall**

Ich muss das   
unbedingt erfüllen

Ich muss das   
unbedingt abwehren

Diese (Teil-)Opferung des Selbst ist die logische Folge der Setzung eines Fremden über das Selbst. Die innere Formel lautet: „An sich müsste ich die Anforderungen unbedingt erfüllen, weil ich aber krank bin, kann ich das nicht.“ Der Betreffende wagt nicht zu sagen: „Ich will das nicht! Ich will das, was ich will!“ (M.E. noch stärker: „Ich will, was Gott will, denn Gott will das Beste für mich und hat die größte Übersicht über mein Leben.“)Abb. 75:

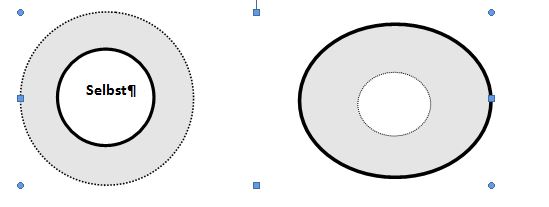
Der Betroffene holt sich indirekt über die Krankheit, was er sich direkt nicht zu nehmen wagt. Man kann auch sagen: Der Betroffene sieht sich, meist in der Kindheit, einem Leben gegenüber, das ihm zu gefährlich, feindlich oder überfordernd scheint. Um dem zu entgehen, tritt unbewusst eine Art Totstellmechanismus ein, der unterschiedlich ausgeprägt ist und von leichteren bis schwersten psychischen Krankheiten, wie Autismus und Psychosen, reichen kann. Um den großen Tod, den Tod dessen, was man für das Selbst hält, nicht zu sterben, stirbt man in der Not den kleinen Tod - man wird krank. Die seelische Krankheit scheint so das kleinere Übel zu sein. Als größeres Übel erscheint dem Betreffenden der Verlust des fremden Selbst, das er aber für sein eigentliches Selbst hält. Aus seiner subjektiven Sicht hat er nicht unrecht. Er hat sein eigenes Selbst nie kennen gelernt, wie kann er dann glauben, dass es unzerstörbar ist. So stirbt er lieber ein Stück, um überhaupt zu überleben. Da man nicht leben kann (oder es nicht wagt), überlebt man nur, vegetiert dahin und funktioniert nur noch. „Lieber krank als ... (etwa: nutzlos, erfolglos, böse usw.)” lautet der unbewusste, tief verinnerlichte Leitsatz. Was das ist, das man nicht opfern möchte, ist individuell unterschiedlich. Es kann alles verabsolutierte Relative (Irdische) sein. Durch die Krankheit bleibt die Person im seelischen Gleichgewicht: Folgt einer Strafe des fremden Absoluten die Sühne durch den Patienten (hier in Form von Krankheit), dann ist scheinbar wieder alles gut und der Betreffende fühlt sich besser. Wagt die Person (P) aber, sich den fA-Forderungen zu widersetzen, kommt sie ins Ungleichgewicht, fühlt sich schuldig und schlecht oder wird noch kränker. Wir stehen also vor der paradoxen Situation, dass wir uns in den alten Abläufen, auch wenn sie uns krank machen, sicher und „wohl“ fühlen, während der befreiende Weg zunächst negative Gefühle und Symptome (!) auslösen kann.[[793]](#footnote-792) Die Person (P) denkt etwa: „Nun habe ich den Preis bezahlt, nun habe ich Ruhe.“ Irrtum! Das Problem bleibt ungelöst und ein Preis, dieser oder anderer, muss weiter gezahlt werden. (z.B. Weiter Medikamente nehmen, die an sich nicht nötig wären usw.)|  
Sicher ist das Wagen eigenen Lebens und eigener Identität unser aller Problem, doch haben viele Menschen das Glück, dass sich ihnen auf diesem Weg weniger Widerstände entgegenstellen als anderen. Man kann es sich deshalb auch nicht als Verdienst anrechnen, gesund zu sein und ebenso nicht als Versagen, krank geworden zu sein. Es ist klug, immer wieder die eigentliche Lösung zu versuchen - sie bietet m.E. die beste Grundlage für seelische Gesundheit, aber keine absolute Garantie.  
 Versucht man die Rolle seelischer Krankheit zusammenzufassen, so könnte man formulieren: Seelische Krankheiten sind Ausdruck von Kompromissbildungen zwischen unbedingten verinnerlichten Fremdanforderungen und vitalen eigenen Interessen, also zwischen den Fremd-Selbsts und dem Selbst. Sie sind Folge von unbewussten Konfliktlösungen auf eigene Kosten - also auf Kosten der Gesundheit. Sie sind teure Notlösungen, um das Ich vor dem Untergang zu schützen und Alibis, damit das Ich die Achtung vor sich selbst nicht verliert. Sie sind halb Opferung des Ichs und halb Schutz des Ichs, halb Fremdzerstörung und halb Selbstzerstörung, halb Unterwerfung unter die „Götzen” und halb Rebellion gegen sie, halb Sich-diesen-Fügen und halb Sich-an- diesen-Rächen, halb Anpassung an diese und halb Trotz. Seelische Krankheiten sind häufig Waffen, mit denen sich der Mensch sowohl selber Wunden zufügt als auch verteidigt; Ausdruck eines Kampfes, der zum kleinen Teil gewonnen, noch mehr aber verloren ist - Patt, wo keiner ganz matt, aber alle halb matt sind und keine neuen, entscheidenden Züge gesehen oder gewagt werden; Ausdruck Goldener-Käfig- oder Krücken-o.ä. Zwiespalt-Situationen, in denen man trotz riesiger Nachteile nicht wagt, auf die entsprechenden Vorteile zu verzichten, weil man Angst hat, sonst zugrunde zu gehen. Sie sind Ausdruck mangelnder Selbstliebe und missverstandener bzw. falscher Fremdliebe; Ausdruck einer, wenn meist auch nur unbewussten Missachtung des eigenen Ich und der permanenten Versuche, dem Ich über irgendwelche Leistungen Wert und Sinn zu verschaffen. Sie sind Ausdruck eines relativen Lebens. Die Krankheit, wie auch die dahinterstehenden Fremd-Absolutheiten, sind zum Teil Freund, mehr aber noch zum Feind geworden. Der Patient ist teils frei, mehr aber noch Gefangener und Feind seiner selbst. Die Person befindet sich in einer Art Dauerkrise, in der sie unter Entscheidungsdruck steht, ein neues Absolutes zu suchen.  
 Die seelischen Krankheiten nehmen unterschiedliche Formen und Verläufe an. Diese werden im Wesentlichen von den zugrundeliegenden Komplexen bestimmt. Warum in entsprechenden Situationen bzw. Konstellationen diese oder jene Krankheit entsteht, habe ich a.a.O. erörtert. Immer aber hat die neu entstandene Krankheit ein Stück Eigenleben und Eigengesetzlichkeit erlangt und erfüllt bestimmte Funktionen (Abwehr, Gleichgewicht, Schuldausgleich, sogar Sinn usw.). Deshalb verschwindet die Krankheit nicht sofort, wenn die zugrunde liegenden Konflikte gelöst sind und deshalb ist es auch problematisch, Krankheit möglichst sofort beseitigen zu wollen.  
Es gibt immer etwas, das wir mehr fürchten können als den Verlust unseres Selbst oder als die Krankheit.  
Deshalb stehen wir immer wieder vor Problemen wie:

„Lieber krank und gut als gesund und böse.”  
„Besser krank als ... (z.B. erfolglos, dick, aggressiv, böse, undankbar, unbeliebt usw.)“  
„Lieber sterbe ich, als dass ich die fA sterben lasse”.   
„Ich opfere meine Gesundheit für ...”  
„Lieber von der Substanz leben und krank werden als meine Angehörigen zu enttäuschen, als arbeitslos zu werden, als von Sozialhilfe zu leben, als Andere zu belasten, als die Leere auszuhalten, die entstehen könnte, wenn ich weniger tue/ als jemanden wehzutun“ usw.

Die Reihe ist endlos.

So werden häufig an sich leichte, eigentlichere Lösungen unterlassen bzw. sehr ungünstige und teure Lösungen werden den objektiv leichteren vorgezogen.

Notlösung auf eigene Kosten durch Abschottung:



|  |
| --- |
| Diese Abbildung zeigt eine andere Notlösung auf eigene Kosten: Das linke Symbolbild zeigt ein geschütztes Selbst, das nach außen hin offen und sensibel sein kann. Das rechte Symbolbild zeigt ein schwaches, angreifbares Selbst, das sich dadurch schützt, dass es sich zur Außenwelt hin abschotten muss und dadurch einen hohen Preis bezahlt (z.B. Autismus). |

##### C) Notlösung mit mehr alten oder neuen Inversionen

Ich habe Angst, mein Leben zu leben.   
 ich habe noch mehr Angst, meinen Tod zu sterben.   
 Also lebe ich ein fremdes Leben und sterbe einen fremden Tod.  
  
• Wir sind davon ausgegangen, dass ein gehemmtes, unfreies Ich verschiedene Wege gehen kann, um sich vor dem völligen Untergang zu retten. Eine dritte, neben den beiden zuvor genannten Notlösungen stellt die Möglichkeit dar, sein Selbst statt wie in der Kindheit über die Eltern jetzt über andere Personen, Sachen oder Ideen oder über das eigene Ego zu definieren. Wieder identifiziert sich der Betreffende nicht mit seinem Selbst, sondern mit etwas Fremdem oder Relativem. Das alte Fremd-Selbst/Absolute wird so, meist unbewusst, durch ein oder mehrere neue Fremd-Selbsts/ Absoluta ausgewechselt.   
• Der Betreffende kann auch auf alte fA oder noch mehr Relativa zurückgreifen - dann muss er jedoch die `Dosis´ erhöhen. Es ist aber nur eine Frage der Zeit, wann das Zuviel des Guten ins Negative umkippt. (→ [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkehrung_ins)).  
  
Um welche Inversionen handelt es sich meistens?

###### 1. Menschen als Ideale

(Z.T. Wiederholung vom Abschnitt `[Personale System- und Beziehungsstörungen](#_Personale_System-_und) im Verlauf´.)  
Der typische Verlauf ist folgender: Ein Kind identifiziert sich mit seinen Eltern und deren Idealen\* oder kämpft später gegen sie. In beiden Fällen bleibt es von ihnen (seelisch) abhängig. Wenn es dieses Grundproblem nicht auf eine der o.g. Weisen löst oder teillöst, ist eine weitere Möglichkeit, nun andere Personen ins eigene Zentrum zu lassen und sich von ihnen abhängig zu machen. Diese anderen Personen sind in der Regel Partner oder Idole, die vergötzt werden und mit denen man sich identifiziert. Häufig sind es Menschen, die so früh wie möglich das Elternhaus verlassen und sich schnell binden oder sie bleiben - gegenteilig zu diesen - möglichst lange im „Hotel Mama“. Sie können schwer alleine sein. Ihr eigenes Selbst gibt ihnen zu wenig Halt. Deshalb wird unbewusst ein Partner/-in bevorzugt, der das gibt, was man selber nicht hat und glaubt, unbedingt haben zu müssen oder ein Gleicher, der einen nicht infrage stellt. Die Abhängigkeit von solchen Partnern kann einseitig sein, sie ist aber häufiger zweiseitig.   
Logischerweise gibt es zwischen den Abhängigkeiten der Eltern und dem späteren Partner enorm viel Parallelen - ja es müssen geradezu dieselben (oder spiegelbildliche) Grundmuster ablaufen, wenn der Betreffende die Probleme nicht hat lösen können. D.h., wenn er sich etwa von seinen Eltern (gegen sein eigenes Inneres) diese oder jene Lebensregel vorschreiben ließ, wird er sich das von seinem Partner auch gefallen lassen, weil er keine eigene Position dazu hat.  
Es ist leicht zu sehen, dass eine entsprechende Partnerschaft zunächst wie die Rettung aussieht (und beide Partner fahren oft regelrecht aufeinander ab) - dass aber die Krise schon vorprogrammiert ist; doch jetzt wiederholt sich meist dieselbe Krise, dasselbe Drama wie in der Kindheit, nur gespielt mit anderen Personen - statt Mutter jetzt Frau oder Tochter, statt Vater jetzt Mann oder Chef oder Sohn, statt Schwester jetzt Freundin oder wie die Rollenverteilung auch sein mag oder wie das auch heißen mag, von dem wir uns jetzt abhängig machen, um nur unser eigenes immer noch schwaches Ich nicht ansehen zu müssen. Immer wieder werden wir auf uns zurückgeworfen, bis wir die Lösung begreifen.  
Um es kurz zu machen: Dieses Drama geht aus wie das frühere. Was vorher Stütze war wird jetzt Last, was vorher Heim war wird jetzt Gefängnis, was Band war wird Kette, was man dem anderen vorher gerne gab, weil er es dringend brauchte, verweigert man jetzt, macht es zur Waffe und erpresst damit. Der/die vorher Geliebte wird zum Feind, was Liebe schien, wird Hass. Man hat es allerdings jetzt leichter, auseinander zu gehen, man trennt sich, lässt sich scheiden und man glaubt, wie ein Buchtitel lautet, „Beim nächsten Mann (Frau) wird alles ganz anders“. Das Tragische ist: Viele (nicht alle!) dieser Trennungen, ebenso wie viele dieser seelischen Krankheiten wären gar nicht nötig gewesen, wenn - ja wenn ...  
Die Personen, von denen man sich abhängig macht, können wechseln, ja man kann auch versuchen, sein Selbst in der Masse der Menschen zu verlieren - es funktioniert nicht auf Dauer. Immer wieder steht es auf, geschunden, gedemütigt und verleugnet wie ein abgewrackter Verwandter, dessen man sich schämt, obwohl es in Wirklichkeit unser Eigenstes ist.   
Vielleicht machen die Betroffenen aber noch einen Umweg über eine letzte Spielart der Selbstverfremdung und Selbstverleugnung, in dem sie sich jetzt nicht Personen sondern Sachen oder Ideen unterwerfen.

###### 2. Notlösungen durch Verabsolutierung von Sachen oder Ideen

Das unerlöste Selbst irrt weiter ruhelos umher. Es hat weder in seinen Eltern noch in Partnern oder anderen Personen eine innere Heimat, inneren Frieden, ausreichend Halt, Bestätigung und Freiheit - also sich selbst gefunden. Das Selbst, das uns hier vor allem interessiert, das krank wurde, neigt, wie gesagt, auch nicht dazu, über den egoistischen Weg seine Probleme zu lösen. Es kann sich aber noch auf einem weiteren Weg behelfsmäßig stabilisieren, der vielleicht die häufigste aller Notlösungen ist: indem es relative Sachen oder Ideen zu seinem Zentrum, zu seinem Lebenssinn macht. Auch hier gibt es viele Kombinationen mit anderen Lösungen.  
Wie man sein Herz an die unterschiedlichsten Sachen dieser Welt hängen kann, hoffend, dass man diesmal endlich sein Glück gefunden hätte, kennt wohl jeder. Und jeder kennt wohl auch die Enttäuschung, dass das schließlich Erreichte doch nicht sättigt und nicht den inneren Frieden und das Glück bringt. Wir machen uns abhängig davon, ob wir dieses oder jenes bekommen oder erreichen. Haben oder Erfolg bestimmen dann unser Sein. Wir brauchen uns eigentlich nicht zu wundern, wenn wir Minderwertigkeitskomplexe haben, wenn wir uns so demütigen und Besitz, Erfolg, Arbeit oder sonst etwas höher achten als unser Selbst. Aber wir haben kein anderes Mittel genannt bekommen und sehen selber keinen anderen Weg. Also häufen wir unser Geld oder sonst etwas an, statt zu leben. Ich habe noch keinen Millionär getroffen, der sein Wort gehalten hätte, wenn er die Million erst einmal hätte, dann würde er sich ein schönes Leben machen. Nein, er hat noch mehr Hunger bekommen auf die nächste und dann die übernächste Million. Er/ wir „expandieren” und wir expandieren umso mehr, je leerer unsere Ichs sind. Eine Erfindung des Teufels, wie man früher sagte - ein Teufelskreis, denn je mehr man an Sachen in das Selbst stopft, desto ärmer wird es.  
Ebenso, nur wieder unter anderen Namen und irgendwie am raffiniertesten, verhält es sich, wenn die Menschen glauben, irgendeine Ideologie könnte ihr Selbst ersetzen. Ich gebe zu, lieber Leser, nun bekomme ich einige Schwierigkeiten. Die Fragwürdigkeiten verschiedener Ideologien sind schwieriger nachzuweisen als die der besagten Millionen. Ich meine auch nicht, dass Geld oder bestimmte Weltanschauungen schlecht seien. Alle Dinge und alle Ideen sollten aber dem Menschen dienen und nicht der Mensch ihnen. D.h. der Mensch sollte nicht von ihnen abhängig sein. Dies verletzt seine eigentliche Würde, schmälert seine Freiheit und macht ihn krank.  
Alle Weltanschauungen, wie auch alle Psychotherapien, sollten, bevor man sie verinnerlicht, darauf überprüft werden, ob sie Freiheit, Wert und Würde, Einmaligkeit und Selbstbestimmungsrecht des Menschen wahren und fördern oder nicht, was nichts anderes heißt, ob das Selbst selbst sein kann oder nicht. Eines der wichtigsten Kriterien, dies zu entscheiden, scheint mir die Antwort auf die Frage zu sein, ob sich der Mensch in diesen Ideologien ohne Vorbedingungen akzeptieren und wohl fühlen darf oder ob solche Vorbedingungen, wenn auch versteckt (!), existieren. Das Motto, das in diesen Fällen zugrunde liegt, lautet: „Erst wenn Du dies oder das gemacht hast oder geworden bist, dann hast Du Wert und Würde.” Und, quasi in Klammern, kann man hinzufügen: „und wenn Du das eben nicht erfüllst, dann kannst Du das für Dich nicht beanspruchen.  
Leider haben die meisten Weltanschauungen, z.T. auch Religionen solche Pferdefüße eingebaut. Dabei sind sie nicht etwa insgesamt schlecht, nein - aber sie geben gerade in der allerwichtigsten, existenziellen Frage keine oder eine falsche oder zumindest eine zwiespältige Antwort. Und die Antwort lautet: „Erst musst Du ... dann bist Du.” Der Mensch aber möchte um seinetwillen geliebt werden. Er möchte ursprünglich erst er selbst sein und dann etwas tun. Aber wir sind durch verschiedene Ideologien dressiert worden. Wir sind verunsichert: „Dürfen wir uns tatsächlich schon jetzt wohl und wert fühlen, ohne Irgendetwas geleistet zu haben?” „Dürfen wir als Erstes sein? Immer? In jedem Fall? Bloß so? Nur durch unser Dasein? Müssen wir aber nicht doch erst, wenigstens ...?” Selbst, wenn wir bis jetzt mit Zaudern und Zögern noch ja gesagt haben, fallen wir nicht dann spätestens um, wenn es heißt: „Nun gut, wenn Du auch noch nichts geleistet hast, dann magst Du genügend Existenzberechtigung haben - nicht aber, wenn Du Schlechtes oder gar Böses getan hast. Dann darfst Du nicht ... Dann musst Du erst ...” Wie lässt der große Humanist Goethe seinen Helden Faust an entscheidender Stelle sagen: „Nur der verdient sich Freiheit wie das Leben, der täglich sie erringen muss!” Muss ich also doch mein Selbst erst verdienen? Sogar die Sprache des Humanismus als sicher einer der besten Weltanschauungen scheint den Menschen in der Tiefe seiner Existenz nicht genug zu bestätigen. Beim Humanismus muss ich letztlich human und nützlich sein, im Materialismus muss ich an das Primat der Materie glauben, im Idealismus an das der Ideen, im Sozialismus muss ich sozial sein, im Kapitalismus effektiv usw.[[794]](#footnote-793) Überall finde ich mich zwar ein Stück wieder, doch nirgendwo ganz. All diesen „Ismen” fehlt das Wichtigste. Es mag wenig klingen, wenn vielleicht nur dieses Eine fehlt. Doch als das jeweils Wichtigste, Absolute, Zentrale wirkt es bis in den letzten Winkel der Person und ihres Alltags. Je nachdem, was es ist, kann es - wie eine Besatzungsmacht - alle wesentlichen Lebensregeln bestimmen und selbstverständlich wirken fanatische Ideologien hundert Mal schlimmer als die genannten Beispiele.  
Wo aber kann sich mein Selbst ausruhen, ohne gleich an Schilder zu stoßen auf denen in großen, schwarzen Lettern steht: ERST MUSST DU ...?   
Und suche ich bei mir selber? Mein Gewissen? Ist das die letzte Instanz? Instanz ja - aber das letzte Befreiende und Befriedigende ist es für mich persönlich nicht. Mich hat mein Gewissen immer mehr geplagt und gequält als aufgerichtet. Sicher, es hat mir auch manchen guten Rat gegeben und ich möchte auch nicht ohne es leben. Aber als mein Gott? Als mein Sinn? Nein! Als mein Diener oder Berater? Ja!  
Gibt es ihn nicht, jenen Geist, den viele von uns suchen? Ist es nicht genau jener Geist, den wir, wie mehrfach betont, versuchen, unseren Kindern oder anderen geliebten Personen entgegenzubringen, wo wir erst sagen: „Ich lieb dich so wie du bist. Schon jetzt bist Du gut genug, ohne dass Du Irgendetwas getan hast. Nur Dein bloßes Dasein ist Grund. Und selbst, wenn Du Falsches, Schlimmes getan hast, am allerwichtigsten bist Du. Wenn Du Millionär oder Bundeskanzler oder Mutter Theresa wirst, erfreue Dich daran - Du bist dadurch aber nicht liebenswerter; Und wenn Du gestohlen, gehurt und gesoffen hast, so bist Du dennoch mein geliebter Sohn oder Tochter. Und wenn ich Dir rate, nicht mehr zu huren und zu saufen, dann nicht deshalb, weil Du dann wertvoller und liebenswerter würdest, sondern weil Du dann selbst mehr vom Leben hast.”   
Wäre das nicht ein guter Geist, in dem man sich wiederfinden könnte? Der einen in allen Lebenslagen bestätigt und nicht nur in bestimmten? Ich persönlich habe ihn am vollkommensten in der Person des Jesus wiedergefunden, der m.E. so zu den Menschen gesprochen hat. Aber das ist eine sehr persönliche Aussage. Und der sogenannte Heilige Geist, wie man ihn ja auch nennt, weht sicher nicht nur in der Bibel, dort aber wohl am stärksten und lebendigsten.

##### D) Notlösung durch Gegenbesetzung oder weniger Verabsolutierungen

1. Notlösung durch Gegenbesetzung siehe `[Abwehr durch Gegenbesetzungen](#_Wie_und_womit)´.

2. Notlösung durch weniger Verabsolutierungen: Diese Notlösung besteht in dem Versuch, die Zahl der Fehlverabsolutierungen (fA) (der „Ich-muss-unbedingt") zu reduzieren, *ohne die Fehlverabsolutierungen selbst infrage zu stellen*. Das heißt meistens: Man reduziert die Anforderungen etwa nach dem Motto: „Ich organisiere die Sachen anders. Ich mache weniger, trete kürzer." Das ist nicht falsch, bringt aber oft nur vorübergehende Entlastung, wenn die „Sachen" weniger werden, die Sachzwänge aber bleiben. Der Betreffende übersieht in der Regel seine nach wie vor bestehende Gefährdung, wenn er sich nicht prinzipiell von seinen unbedingten Muss befreien (lassen) will. Warum? Auch ein einziges fA kann uns fertig machen, wenn wir es nicht erfüllen können, aber es erfüllen müssen. Und selbst, wenn wir es wieder erfüllen, werden wir uns bald uns wieder weitere Anforderungen aufladen (oder aufladen lassen), denn sie sind zum Sinn unseres Lebens geworden, zur inneren Droge, auf die wir nicht verzichten können.

3. Eine ähnliche Notlösung besteht darin, dass man eine relativistische oder nihilistische Einstellung einnimmt.

##### E) Notlösung mit Psychopharmaka

„Ein Psychopharmakon [ist ein]… Medikament, das auf die Psyche des Menschen symptomatisch einwirkt… Hierbei kommt es oftmals zu einer Phasenverkürzung, **nicht jedoch zur Heilung** chronischer psychischer Erkrankungen.“[[795]](#footnote-794)  
Leitgedanke: „Gebrauche sie wie Krücken usw. Wenn die eigene Kraft nicht ausreicht, nimm´ sie, dann werden sie dir helfen, wenn du sie aber nimmst, obwohl du aus eigener Kraft laufen kannst, werden sie dir schaden.“

###### Pro Psychopharmaka

Die Psychopharmaka haben dieselben Vorteile wie andere [symptomatische Therapien](#_Pro_symptomatische_Therapie), wie ich sie schon beschrieben habe. Sie sind im Wesentlichen symptombeseitigend. Sie spielen eine überaus wichtige Rolle bei Notfällen oder als Notlösungen. Sie können ursächliche Therapien bis zu einem bestimmten Punkt fördern.   
Sie kommen einer Risikokontrolle und dem Sicherheitsbedürfnis aller Beteiligten sehr entgegen. Gegenwärtig besteht die Tendenz, einseitig ihre Vorteile zu nutzen. D.h. Krankheiten sollen möglichst schnell, ohne Leid und ohne Kosten und schließlich auch im Sinne einer Anpassung an eine vordergründige Normalität und Funktionalität beseitigt werden. In Kreisen der `Antipsychiatrie´ gibt es übertriebene und unsinnige Tendenzen, auf Psychopharmaka grundsätzlich zu verzichten.

###### Kontra Psychopharmaka

„Manche psychiatrische Theorie ist häufig nicht viel mehr als eine Sammlung von Begründungen für die breite Verwendung von Psychopharmaka.“ (Nach S. Gelmam)[[796]](#footnote-795)  
  
Verbrauch, aber auch Missbrauch von Psychopharmaka sind gewaltig. In der heutigen Zeit nehmen Millionen Menschen Psychopharmaka für ihre überbelasteten oder zerbrochenen Seelen. Aber: Die Nebenwirkungen werden unterschätzt und die positiven Wirkungen überbewertet. Die Behandlung kann nachteiliger als die Krankheit selbst sein. Medikamentös erzeugtes Wohlbefinden ersetzt häufig die Heilung.   
Die Pharmaindustrie wirbt etwa mit der Vorstellung, der Mensch werde durch die Psychopharmaka erst zu dem, der er eigentlich sei. Ein Problem aber ist, dass diese Menschen nur so erscheinen, aber nicht so sind. Man merkt ihnen ihr Leid nicht an. Sie fühlen es bestenfalls nicht mehr, haben es aber noch. Sie sind nach außen hin gut drauf und bewältigen (vielleicht noch) alles, in Wirklichkeit aber sind sie schon halb zerbrochen überlastet und ausgebrannt. Darüberhinaus kommt es auch für die Mitmenschen zu Irritationen: Man sieht etwa, dass sich der Betreffende überfordert oder ein für ihn ungünstiges Leben führt, andererseits scheint es ihm damit gut zu gehen.   
Die Pharmaindustrie gibt für Werbung fast doppelt so viel wie für Forschung aus! So steckten amerikanische Medizinfirmen im Jahr 2004 insgesamt 57,5 Milliarden Dollar in Werbemaßnahmen, während sich die Forschungs- und Entwicklungsausgaben auf 31,5 Milliarden Dollar beliefen.[[797]](#footnote-796) Ich vermute, dass der Etat, der dagegen für Psychotherapie-forschung zur Verfügung steht, nur einen Bruchteil dessen ausmacht. Zudem fehlt dieser die Lobby. Auch bei den Theoriebildungen bezüglich der Frage, ob seelische Krankheiten eher psychogen oder somatisch bedingt sind, geht es für die Pharmaindustrie um Milliarden-gewinne bzw. -verluste, die sie deshalb zugunsten der Theorie von primär somatisch verursachten seelischen Krankheiten beeinflusst, um eine entsprechende Psychopharmaka-therapie zu rechtfertigen.   
Die Einnahme von Psychopharmaka gleicht der Einnahme von Schmerzmitteln. Beide heilen nicht, sondern wirken nur symptomatisch. Die Problematik einer länger dauernden Schmerzmitteleinnahme ist allgemein bekannt und wird zu Recht nur als Notlösung angesehen. Bei einer Psychopharmakatherapie suggeriert die Pharmaindustrie sei dies anders. Wie ich glaube, zu Unrecht, denn ab einem bestimmten Punkt stört sie die eigentliche Lösung, die Selbstheilungskräfte, die natürliche Abwehr und letztlich die Heilung.   
Sind Psychopharmaka nicht wie eine Art Cortison für die Seele? Haben sie nicht die Tendenz: Einmal Mittel, immer Mittel? Sind wir nicht oft wie jene Sklaven, die sich damit begnügten, wenn ihnen ihr Herr ab und zu einen Leckerbissen (z.B. Medikamente) zuwarf, ihnen aber die Freiheit verweigerte? Sind wir nicht wichtige Mitspieler in diesem Spiel, wenn wir den Gesundheitswahn des Zeitgeists mitmachen? [[798]](#footnote-797) Davon profitieren viele: Pharmafirmen, Ärzte, Versicherungen und so weiter. Es ist ein Milliardengeschäft. Unter der Überschrift `Unheilige Allianzen´ weist P. Sawicki, Leiter des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen, darauf hin, dass die „Fachgesellschaften und die darin organisierten Wissenschaftler finanziell von der pharmazeutischen Industrie abhängig [sind]. Arzneimittel-hersteller übernehmen die Kosten für Kongresse, Forschung oder zahlen überhöhte Honorare an Mediziner und wissenschaftliche Meinungsführer.“ „Mehrere tausend Euro für einen halbstündigen Vortrag“ seien dabei keine Seltenheit, so Sawicki. Die Grenze zur Bestechung sei dann nur schwer abzuschätzen.[[799]](#footnote-798)  
Ausführlich hat sich in letzter Zeit Stefan Weinmann unter dem Titel „Erfolgsmythos Psychopharmaka“ mit diesem Thema auseinandergesetzt.[[800]](#footnote-799) Er stellt die pauschale Verordnung von Antipsychotika und deren exzessive Zunahme infrage. „Eine Vielzahl von Untersuchungen zeigt die unerklärt starke Zunahme oder zumindest fehlende Abnahme psychischer Erkrankungen *trotz* Verfügbarkeit wirksamer Therapieverfahren.“   
(S. 12). Er weist zudem auf überholte Dogmen in der Psychiatrie hin und kritisiert das gegenwärtige psychiatrische Establishment. Er fordert einen alternativen Umgang mit Psychosen, eine ganzheitliche und systemische Sicht, die das Thema der Psychosen nicht nur eindimensional biologisch (zum Nutzen der Pharmaindustrie), sondern auch unter psychosozialen Gesichtspunkten betrachtet, sowie die Hinzuziehung von psychiatrieerfahrenen Patienten zum professionellen System.

###### Psychopharmaka absetzen?

Ich kann in dieser Arbeit aus Platzgründen nur ganz grobe Hinweise geben, da eine Entscheidung darüber, ob und wann man Psychopharmaka absetzt, von Fall zu Fall getroffen werden muss. Allgemein kann man sagen, dass gegenwärtig die Tendenz besteht, die Symptomfreiheit zum wichtigsten Kriterium zu machen und deshalb häufig zu lange oder zu hochdosiert Psychopharmaka verordnet werden. Pauschal kann man - wie anfangs erwähnt - raten: „Gehe mit den Psychopharmaka um, wie mit einer Krücke! Habe keinen falschen Stolz sie zu benutzen, führe keinen falschen Kampf gegen sie, etwa nach dem Motto: `Chemie schadet nur´ o.ä., nimm sie, vor allem im Notfall, bevor Du zusammenbrichst - bedenke aber andererseits, dass sie nicht heilen, dass diese Krücken Dich ab einem bestimmten Punkt schwächen können und dass auch andere, sehr starke, heilende Kräfte in und außerhalb von Dir existieren, die ich in dieser Arbeit versuche darzustellen.“  
  
Empfohlene neuere Literatur: Stefan Weinmann (s.o.); Peter Lehmann: „Psychopharmaka absetzen“; John Virapen und Leo Koehof; P. R. Breggin, F. Frese, L. Mosher u.a. (Siehe Literaturverzeichnis).

#### „Paradoxe“ Therapien

Paradoxien nennt man das, was dem Verstandesmäßigen zuwiderläuft.[[801]](#footnote-800)  
Paradoxe, verrückte Situationen gehören zu unserer Welt. Sie spielen bei seelischen Krankheiten eine besonders große Rolle. Sie sind schwer zu durchschauen und zu therapieren.   
Ich ging von der Hypothese aus, dass Paradoxien durch Inversionen entstehen.   
(Ich habe das im Abschnitt `[Zur Entstehung von Paradoxien](#_3._Zur_Entstehung)‘ in `Metapsychiatrie´ erläutert.)  
Paradoxe Situationen bedürfen „paradoxer“ Lösungen/ Therapien.[[802]](#footnote-801) Warum?   
Wenn beispielsweise etwas nur relativ Negatives absolut negativ oder etwas nur relativ Positives absolut positiv genommen wird, dann stehen wir vor der scheinbar paradoxen Aufgabe, das verabsolutierte Negative ein Stück zu positivieren oder das verabsolutiert Positive ein Stück zu negativieren, um es zu korrigieren. Überspitzt formuliert: Das, was wir zu sehr lieben, sollen wir „hassen“ und das, was wir zu sehr hassen, sollen wir lieben lernen. Das erscheint natürlich paradox. Aber damit erreichen wir, dass die Inversionen wieder rückgängig gemacht werden.  
Wenn wir als Therapeuten Krankheit, Störungen oder Fehlverhalten zu einseitig negativ sehen, werden auch paradoxe Situationen entstehen, die sich nicht lösen lassen, wenn wir sie nicht als Relativa zu begreifen.  
Berücksichtigt man diese Einstellung, dann hat das weitreichende und überraschende Folgen. Nehmen wir etwa die Fressattacken einer Bulimiekranken oder das Klagen eines depressiven oder das Verrückt-Werden eines psychotischen Patienten, so besteht ja unser oberstes Bemühen darin, das unerwünschte Verhalten zu beseitigen. Dieses Ziel ist sicher nicht schlecht. Wichtiger jedoch ist das Ziel, dass sich der Patient trotz dieser Störungen akzeptiert. Seine Person hat Priorität. Die Frage nach Gesundheit oder Krankheit sollte sekundär behandelt werden. Nach der Terminologie dieser Arbeit ist ein Problem im Selbstbereich (Absolutbereich) wichtiger als das im Ich-Bereich (Relativbereich). Wir nehmen sonst Fragen wie gesund oder krank, gestört oder nicht gestört, richtiges oder falsches Verhalten oder ähnliche persönlich - als eigenes Versagen, als Entwürdigung etc. D.h. für den Betroffenen sind die Symptome etwas Unannehmbares, Feindliches geworden. Ihr Auftreten führt bei ihm zu einer (weiteren) Störung seines Selbst, insbesondere seines Selbstwert-gefühls. In der Regel versucht er deshalb, die Symptome zu unterdrücken und zu verstecken. Je mehr er dies aber macht, umso mehr wird sein Selbst gestört und die Symptome verstärken sich eher. So entsteht neben dem eigentlich relativen Problem ein viel wichtigeres, absolut genommenes, nämlich das der Verletzung der Integrität der Person.  
Das ist für die Therapie wichtig, denn die therapeutischen Interventionen sind völlig verschieden, je nachdem, ob das Problem im relativen oder im absoluten Bereich liegt. In dieser Situation ist es falsch, Verbesserung der Symptomatik oder des Verhaltens als wichtigstes und nicht als nachrangiges Therapieziel zu sehen.  
Der Therapeut nimmt sonst tragischerweise dieselbe Grundeinstellung wie dieser Patient ein - etwa auf die Formel gebracht: „Ändere dich, dann bist du gut!“. Wenn ich jedoch die Wiederherstellung seines Selbst als vorrangig und die Symptombeseitigung zweitrangig ansehe, dann kann eine `paradoxe´ Strategie sinnvoll werden, die man etwa so formulieren könnte: „Solltest Du, lieber Patient, Dich wegen Deiner Symptome nicht akzeptieren und Dich dadurch in Deiner Freiheit, Würde und Integrität einschränken - dann solltest Du üben, das, was Du so an Dir ablehnst, absichtlich und aufrecht immer wieder zu tun."   
Konkret rate ich beispielsweise Bulimiepatientinnen, wenn sie sich ihres Fressens schämen, sich ab und zu absichtlich vollzustopfen. Oder ich rate dann, wie erwähnt, psychotischen Patienten, sich ab und zu absichtlich verrückt, psychose-ähnlich zu verhalten oder Depressiven, absichtlich zu klagen und Anderen zur Last zu fallen, wenn sie sich das verbieten oder Stotterern absichtlich zu stottern usw.   
Eines der schwierigsten Probleme ergibt sich aus den Absolutsetzungen des moralisch Bösen bzw. Guten. Das eigentliche Selbst sollte auch jenseits des (relativ) Guten oder Bösen sein. Ist es das nicht, so kann eine wichtige Übung darin bestehen, das relativ Böse ab und zu zu tun und das relativ Gute ab und zu zu lassen.   
Es ist besser, wir verlieren das relativ Positive als das absolut Positive. Wir werden aber das relativ Positive umso weniger verlieren, je weniger wir es verabsolutieren. Es ist oft wichtiger, das nicht akzeptierte (relative) Negative absichtlich zu tun als positives Verhalten zu üben. Es ist wichtiger zu üben, schwach, inkompetent, hilflos, unmoralisch… sein zu dürfen, als sich zu quälen, überall und immer nur positiv zu sein und alles in den Griff bekommen zu müssen. Dann leben wir gegen unsere Natur. Solche und ähnliche „paradoxe“ Intentionen oder Interventionen sind ja schon lange bekannt.   
Einige Beispiele:  
• **Jesus**- Gegen Idealisierung der Mitmenschen: „Liebe Deine Feinde!“/ „~Hasse Deine Angehörigen!"    
- Gegen die Verabsolutierung des irdischen Lebens: „Wer sich an sein irdisches Leben zu sehr klammert, der wird es verlieren und wer es locker lassen kann, wird es gewinnen." „Wenn das Weizenkorn stirbt, bringt es viel Frucht." „Lass die Toten ihre Toten begraben."  
- Gegen Hybris: „Wer der Größte sein will, sei der Diener aller." „Die Ersten werden die Letzten sein und die Letzten die Ersten."„Wer sich selbst erhöht, wird erniedrigt werden."  
- Gegen Leistungsideologien und Rationalismus: „~Selig sind die geistlich einfachen (armen) Menschen.“  
 „~ Die (nur) erwachsen sein müssen (und nicht wie Kinder sein dürfen), denen bleibt das Himmelreich verschlossen."[[803]](#footnote-802)  
- Der Kreuzestod von Jesus scheint aus der Perspektive des Verstandes selbst paradox zu sein.  
• **Paulus**  
- Gegen Verabsolutierung von Besitz: „Besitzet, als besäßet ihr nicht!“  
- Gegen Idealisierung des Partners: „Seid verheiratet, als wäre ihr nicht verheiratet!“  
- Gegen Überanpassung: „Verliert euch nicht an diese Welt, auch wenn ihr in ihr lebt.“  
- Gegen Verabsolutierung von Macht: „Wenn ich schwach bin, so bin ich stark.“  
- Gegen Rationalismus: „Was töricht ist vor der Welt, das hat Gott erwählt.“  
- Gegen Verabsolutierung des irdischen Lebens: „Christus ist mein Leben und Sterben mein Gewinn.“  
- Gegen Dogmatismus: Der Buchstabe des (an sich guten) Gesetzes allein tötet.  
• **Altes Testament**: Gegen Leistungsideologien: „Den Seinen gibt´s der Herr im Schlaf.“ (Ps 127,2)[[804]](#footnote-803)  
• **Luther**: Gegen Moralismus: „Sündige tapfer und umso tapferer glaube an die Vergebung Gottes!“.   
• **H. Hesse**: Gegen das Festhalten: „Wohlan mein Herz, nimm´ Abschied und gesunde!“  
• **Goethe**: Gegen das Anklammern ans Irdische: „Jenes stirb´ und werde!“  
  
Paradoxe Intentionen oder Interventionen und wurden insbesondere durch Viktor Frankl und Selvini Palazzoli für die Psychotherapie wieder entdeckt. Von Selvini Palazzoli stammt die Formulierung, die Paradoxien durch Gegenparadoxien zu therapieren.[[805]](#footnote-804)   
In der systemischen Therapie wurden paradoxe Interventionen v.a. durch P. Watzlawick,   
JH. Beawin, D. Jackson als Mittel verwendet, um paradoxe Kommunikationen aufzulösen.[[806]](#footnote-805)  
Ihre Methoden: Symptomverschreibung, positive Umdeutung des Symptoms (Refraiming), Rückfallvorhersage, Hinweis auf die Nützlichkeit eines Symptoms.  
Man kann auch den 1. Schritt der Anonymen Alkoholiker, der eine Kapitulation des eigenen Willens gegenüber der Macht des Alkohols beinhaltet, als paradoxen Schritt ansehen.   
Er eröffnet eine neue, stärkere Perspektive.

Aber auch die richtigsten paradoxen Interventionen können nur Vorschläge von relativer Bedeutung sein, denn ab einem bestimmten Punkt spielt es keine Rolle, ob und was Du tust: Vor Gott bist Du immer frei. Anders gesagt: Ab einem bestimmten Punkt können **Paradoxien, unvereinbare Gegensätze und Dilemmata nur von einer + Metaebene her (+Spiritualität, +A bzw. Gott) gelöst werden. Das ist für die Schizophrenieheilung von Bedeutung, da diese Betroffenen besonders in Gegensätze, Paradoxien und dilemmata verstrickt sind.**Zur Tabelle: `Versuch einer Systematik therapeutischer Paradoxien und weitergehende Erklärungen’   
und zum Abschnitt: `Der Geist als wichtigste therapeutische Kraft?´ siehe ungekürzte Fassung.

### Zur Psychotherapie der Schizophrenie

„Wer nicht mehr liebt und nicht mehr irrt, der lasse sich begraben." (Goethe)

Ich verweise auch auf das Kapitel „[Psychosen](#_Psychosen)“ im Teil `Psychiatrie´. Die Kenntnis dieser Ausführungen ist für das Verständnis der nachfolgenden Abschnitte sinnvoll.

#### Gegenwärtiger Stand der Therapie von Psychosen

##### Meine Einschätzung in Stichworten

1. Symptomatische Therapien von Psychosen haben zwar in den vergangenen Jahrzehnten enorme Fortschritte gemacht, kausale Therapien wurden jedoch vernachlässigt.
2. Die somatisch orientierte Forschung und Therapie dominiert weitgehend. Die Psychotherapie von Psychosen spielt angesichts der schnellen Erfolge durch Psychopharmaka eine untergeordnete Rolle. Psychotherapie wird i.d.R. als nur komplementär zur medikamentösen Therapie gesehen. Jedoch sollte umgekehrt die medikamentöse Therapie komplementär zur Psychotherapie gesehen werden.[[807]](#footnote-806)
3. Die Nachteile dieser Situation werden zu wenig reflektiert.   
   a) Insbesondere die Nachteile und Nebenwirkungen bei Langzeittherapien mit den Antipsychotika.  
   b) Die Tatsache, dass die Antipsychotika keine Heilung, sondern nur eine Symptombeseitigung oder-verbesserung bewirken.
4. Die Theorie einer primären Stoffwechselstörung als Verursachung von Psychosen, die vor allem durch die Pharmaindustrie favorisiert wird, wird weitgehend akzeptiert oder unwidersprochen hingenommen.
5. Die Pharmaindustrie spielt in diesem Bereich eine zu große Rolle.
6. Wie die somatische Therapie so basiert auch die übliche Psychotherapie von Psychosen im Wesentlichen auf der Grundlage einer materialistischen, positivistischen Ideologie und ist deshalb in ihrer therapeutischen Kraft eingeschränkt. (→ [Kritik Materialismus](#_Kritik_am_Materialismus)).

Näheres zu einigen Punkten

##### Problem: Antipsychotika

Vor- und Nachteile von Psychopharmaka allgemein, habe ich zuvor dargestellt. (Siehe entsprechender Abschnitt oben.)  
Hier nur zusätzliche Stichworte bezüglich der **Antipsychotika**, d.h. der Psychopharmaka, die zur Schizophrenie-behandlung eingesetzt werden.  
Ihr vor allem kurzfristiger Einsatz ist segensreich, wenn man bedenkt, welche Qualen früher Menschen in akuten oder schweren Phasen ohne Medikamente durchlitten. Langfristig ergibt sich jedoch die Frage, wie sehr eine vorbeugende Dauertherapie ab einem bestimmten Punkt einer Heilung entgegensteht. Es ist wie bei einer Krücke, die, sinnvoll verwendet, eine Heilung bis zu einem gewissen Punkt fördert, dann aber verhindert.[[808]](#footnote-807) Nach 20 Jahren Arbeit als Psychiater habe ich den Eindruck, dass manche jahre- oder jahrzehntelange Antipsychotikaeinnahme (wie auch eine solche von Psychopharmaka überhaupt) Betroffene in ihrer Persönlichkeitsentwicklung hemmte und so Heilungen nicht möglich wurden.   
Andererseits ist eine Überschätzung der eigenen Kräfte auch nachteilig: „Es ist keine Schwäche, sondern Klugheit, wenn Du wieder Antipsychotika, wie eine Krücke, nimmst, bevor Du es nicht mehr aushältst oder gar völlig zusammenbrichst.” Ich vermute, dass die positiven Wirkungen der Antipsychotika - ähnlich wie beim Ritalin - keinen bleibenden Effekt erzielen. G. Hüther meint, die positiven Erfahrungen mit Ritalin könnten offenbar im Gehirn nicht verankert werden. „Wenn man das Dopaminsystem mitten in diesem Reifeprozess mit Medikamenten (Ritalin) lahmlegt, beraubt man die Kinder der Möglichkeit komplexe Fähigkeiten … zu entwickeln.“ [[809]](#footnote-808) Allerdings werden solche Dauermedikationen von den entsprechenden Therapieleitlinien aus (zu großer) Furcht vor Rückfällen empfohlen. Deshalb ist ein Psychiater juristisch relativ ungeschützt, wenn er das Risiko eines Rückfalls, dort wo es sinnvoll und kalkuliert erscheint, eingeht, auch wenn es von den Therapieleitlinien abweicht.  
Einschätzung einer ehemaligen Patientin:   
D. Buck, selbst Psychosepatientin im 3. Reich, kritisiert einseitige Psychiatrien damals wie heute wie den „Allmachtsanspruch der Psychiatrie mit ihrer Definition ..., dass die Psychosen primär durch eine Hirnstoffwechselstörung verursacht werden, entsprechend der damaligen psychiatrischen Lehre der `erblich und körperlich verursachten und darum unheilbaren endogenen Psychosen´, den mit Zwangssterilisationen und Euthanasie bezahlt wurden. Die heutigen Psychoseerfahrenen müssen dieses `medizinische Krankheits-Modell´ mit der womöglich lebenslangen Einnahme von Psychopharmaka und ihren Nebenwirkungen bezahlen ... Dass diese medikamentöse Verdrängung von Symptomen keine Heilung bewirken kann, wissen die Psychiater ebenso gut wie wir. Was liegt daher näher, als diejenigen unter uns, die ihre Heilung selbst gewannen, zu fragen, was ihnen geholfen hat ... An dieser Aktivierung der Selbsthilfekräfte müssten eigentlich auch die Psychiater interessiert sein. Aber dann würde der `gestörte Hirnstoffwechsel´ als primäre Ursache der Psychosen nicht mehr zutreffen.“ Welche Belastung die Dauereinnahme der Medikamente für die Betroffenen sein kann, machten sich diese Psychiater nicht klar. Man solle „die fehlende psychiatrische Forschung der seelischen Ursachen unserer Psychosen und Depressionen selbst in die Hand nehmen. Denn 98 % der Forschungsgelder gehen bisher in die somatische Psychiatrie-Forschung.“[[810]](#footnote-809)

##### Kriterium `Rückfall´?

In den Therapieempfehlungen der Schizophrenie spielt die sogenannte Rückfallprophylaxe eine hervorragende Rolle. Der Begriff `Rückfall’ muss aber kritisch hinterfragt werden. Er bedeutet ja, dass ein Patient erneut schizophrene Symptome hat. Aus der Sicht einer primär auf Symptomfreiheit fixierten Therapie ist das von vornherein ein negativer Befund, den man durch höhere oder Dauergaben von Antipsychotika glaubt vermeiden zu müssen. Das kommt natürlich den vordergründigen Wünschen aller Beteiligten entgegen.   
Aus einer Perspektive jedoch, die sofort Heilung anstrebt, wird man das etwas anders sehen. Warum?   
Über die Relativität von Krankheit bzw. Krankheitssymptomen habe ich schon mehrfach reflektiert. Die dort aufgestellten Hypothesen besagen, dass alle Krankheitssymptome, so auch `Rückfälle´ in manchen Fällen auch positiv gesehen werden sollten und nicht medikamentös behandelt werden müssen. Das wird etwa der Fall sein, wenn ein sonst ausreichend stabilisierter Patient einer größeren, vorübergehenden psychischen Belastung ausgesetzt war oder sich dieser selbst ausgesetzt hat - etwa dann, wenn er versucht, auf zu teure Abwehrmechanismen zu verzichten! Das Auftreten von Symptomen in solchen Situationen wäre vergleichbar mit dem Wiederauftreten von Ängsten etwa im Rahmen einer Angsttherapie. So wie es regelrecht falsch wäre, einem Patienten zu raten, jedwede angstauslösende Situation zu meiden oder davor angstlösende Medikament zu nehmen, so scheint mir auch eine Haltung, die das erneute Auftreten von schizophrenen Symptomen um jeden Preis vermeiden will, falsch. Sie wäre nicht nur zu vorsichtig und würde dem Patienten nicht nur vermeidbare Arzneimittelnebenwirkungen aufbürden, sondern vor allem Heilungstendenzen unterdrücken bzw. seine Heilung verhindern.  
Zur Frage des Absetzens von Antipsychotika siehe auch im Abschnitt `Notlösung mit [Psychopharmaka](#_E)_Notlösung_mit)´.  
Zu ergänzen ist hier: „Schleiche die Antipsychotika sehr langsam und flexibel, i.d.R. in Rücksprache mit Deinem Psychiater aus. Bedenke, dass durch das Weglassen der Medikamente zunächst manche Nebenwirkungen wegfallen und es Dir dadurch `zu gut´ gehen kann und Du glaubst, nun alles Versäumte nachholen zu müssen, statt nun Dein Leben ganz langsam aufzubauen.“

##### Kriterium: Unverstehbarkeit der Symptome?

Werden Symptome nicht verstanden oder können sie nicht erklärt werden, wird man verständlicherweise dazu neigen, sie als biologisch bedingt zu deuten und mit Medikamenten zu behandeln. Das widerspiegelt nicht nur vergangene psychiatrische Auffassungen. Für viele Psychiater jedoch waren oder sind schizophrene Symptome prinzipiell verstehbar, erklärbar, psychotherapeutisch behandelbar und heilbar. Ich denke vor allem an S. Arieti, G. Benedetti, E. Bleuler, W. Daim, J. Foudraine, R.D. Laing, Frieda Fromm-Reichmann, Marguerite A. Sechehaye, C. Scharfetter, M. Siirala, A. Finzen und andere. Bei meinem Versuch, „Schizophrenie“ zu erklären, berücksichtige ich auch die Erkenntnisse dieser Autoren.   
**Ich halte die schizophrenen Symptome prinzipiell für erklärbar und heilbar**. Ich sehe die Schwierigkeit, zu einer umfassenden Theorie der „Schizophrenie” zu kommen, weniger darin, dass entsprechende Erklärungen fehlten, sondern darin, dass schizophrenogene Faktoren so ubiquitär sind, sodass ein gemeinsamer Nenner, den ich mit „Inversion“ versuchte zu beschreiben, schwer darstellbar ist.  
  Zu diesem Thema möchte ich noch Folgendes anmerken:  
• Die Trennung zwischen gesund und krank wie auch zwischen verstehbar und nicht verstehbar wird zu absolut gesehen. Ich glaube, es bestehen dort fließende Übergänge bzw. eine Relativität dieser Begriffe.   
Ohne es karikieren zu wollen: Wie oft verstehe ich auch nach über 40 Jahren Ehe meine Frau nicht, ja mich selbst nicht! Oder: Ist die Angst eines Erwachsenen vor einer Spinne oder die eines Stotterers vor dem Sprechen oder die Angst einer Magersüchtigen vor Gewichts-zunahme nicht ebenso schwer zu erklären wie schizophrene Symptome? Geht die Liebe des fast 72-jährigen Goethe zu der 17-jährigen Ulrike von Levetzow nicht ebenso gegen den sogenannten gesunden Menschenverstand wie manches Verhalten eines „Schizophrenen“? Und warum sieht man das Eine als verständlich an und das Andere nicht? Und warum lächelt man nachsichtig bei den Einen (oder findet ihr Verhalten gar bewundernswert, weil gegen die Norm) und gibt den Anderen Medikamente im Sinne einer Norm? Oder ist es wegen des Leids, das man verhindern möchte? Aber für viele, wie bei Goethe, war auch abzusehen, dass ihr nichtkonformes Verhalten eher Leid mit sich bringt.   
• Das Unverstehbare und Unerklärbare macht uns Angst und wir werden dazu neigen, angstbestimmt zu reagieren und übersehen, dass Angst ein fragwürdiger Ratgeber ist. D.h. solange wir schizophrenes Verhalten als unverstehbar und unerklärbar deklarieren, werden wir auch fragwürdig damit umgehen. Sicher erscheinen manche schizophrene Symptome unheimlich. Wenn wir sie aber erklären, werden sie ihre Angst machende Wirkung verlieren.

##### Heilbarkeit

Prinzipiell ja! Siehe Berichte von geheilten Betroffenen[[811]](#footnote-810) und die Arbeiten der oben und in der Fußnote genannten Psychiater.[[812]](#footnote-811)  
Allerdings kann der Weg zur Heilung sehr hart sein. Das ergibt sich insbesondere aus der geschilderten Identifizierung des Betreffenden mit den fremden Absolutheiten (fAs). Diese sind zu seinem, wenn auch fremden, Selbst geworden und der Versuch, mit dem eigentlichen Selbst zu leben, ist i.d.R. mit einer existenziellen Krise verbunden.   
Dieser Entzug von dem, was sich als fremdes Selbst etabliert hatte, ist durchaus mit dem langwierigen und schweren Entzug von harten Drogen zu vergleichen.   
(Siehe auch unter `[Persistenz der fremden Absoluta](#_Penetranz_der_fremden)´).

#### Primäre Psychotherapie der Schizophrenie

Leitgedanken und Hypothesen

1. Die primäre Psychotherapie ist auch für Patienten mit chronischem Verlauf und schweren psychotischen Symptomen.  
2. Ich habe die Erfahrung gemacht, nachdem ich mich viele Jahre mit dieser Problematik beschäftigt habe, dass Schizophrenien und andere nichtorganische Psychosen prinzipiell verstehbar, erklärbar und heilbar sind.[[813]](#footnote-812)  
3. Ich halte die Heilung von Schizophrenien theoretisch für relativ einfach, praktisch jedoch häufig für schwierig und langwierig. (→ [Widerstand](#_Widerstand))

4. Ich halte die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe für sehr sinnvoll. Ich rate zu einer Gruppe, die ein Konzept wie die Anonymen Alkoholiker hat. (in Deutschland am ehesten EA-Gruppen =`Emotions Anonymous´)[[814]](#footnote-813)

5. Eine parallele Beratung/ Behandlung der wichtigsten Bezugspersonen erhöht die Heilungschancen deutlich.  
  
In Bezug auf die Entstehung schizophrener Symptome verweise ich vor allem auf die entsprechenden [Ausführungen im Teil `Psychiatrie´](#_Eine_neue_Theorie). Eine Übersicht über das Gemeinte kann man auch der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) entnehmen.   
  
Die `Primäre Psychotherapie´ ist +A (Liebe/ Gott) fundiert. D.h. die stärkste + Metaebene ist das positive Absolute (+A) entsprechend einer unbedingte Liebe oder, religiös, dem unbedingt liebenden Gott. Diese Liebe ist einfach, kostenlos und unbedingt. In ihr kann ich sein, wie ich auch immer ich bin.[[815]](#footnote-814) Dieser Geist integriert alle positiven Kräfte und relativiert alle negativen Einflüsse - sowohl die der Patienten als auch der Therapeuten mit ihren unterschiedlichen Psychotherapierichtungen.   
Die primäre Psychotherapie geht davon aus, dass jeder Mensch, auch der kränkeste, neben auch vorhandenen zweitrangigen Persönlichkeitsanteilen, im Kern ein unzerstörbares, unangreifbares, quasi göttliches Selbst in sich trägt, das die stärkste Kraft gegen krankmachende Einflüsse ist. Die prinzipielle Einfachheit der Therapie zu betonen ist mir wichtig, weil ich glaube, dass auch der „einfachste“ Betroffene damit umgehen und daraus Nutzen ziehen kann.  
Säkular fundierte Psychotherapien dagegen gehen von einem relativen bzw. zweitrangigen Menschenbild aus, das ich zweitrangiges Personales (P²) genannt habe. Dessen wesentliche Charakteristika sind in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in Spalte L nachzulesen. Das Selbst eines P² wird nicht unzerbrechlich, nicht unangreifbar usw. erlebt. Wenn sowohl der Betroffene als auch der Therapeut ein zweitrangiges Menschenbild haben, dann wird wahrscheinlich eine entsprechende Therapie nur Teilerfolge erzielen können.  
 Wenn Liebe/ Gott die stärkste und einfachste therapeutische Kraft gegen Schizophrenie ist, warum ist dann die Heilung i.d.R. so schwierig und langwierig?  
Ich gehe, wie erwähnt, davon aus, dass, meist in der Kindheit (oder pränatal), unbewusst bestimmte fremde Absolutheiten übertragen werden.[[816]](#footnote-815) Diese werden früher oder später materialisiert/ somatisiert und  gewinnen für die Betroffenen existenzielle Bedeutung. Auch wenn sie bestimmte Nachteile haben und spätere Gefährdungen dadurch vorprogrammiert sind, so stellen sie doch für das Kind entscheidende Lebensgrundlagen dar. In der primären Psychotherapie werden nun diese Lebensgrundlagen in ihrer Absolutheit in Frage gestellt. Das geht mit einer tiefen Erschütterung einher, die nur schwer auszuhalten ist. Da die alten Lebensgrundlagen für den Betroffenen *das* Leben und *das* Sein bedeuten, wird ihre Infragestellung wie eine Infragestellung seines Daseins und Lebens überhaupt, also wie ein Sterben erlebt. Erschwert wird dieser harte Weg der Heilung noch dadurch, dass der Betreffende ihn meistens alleine gehen muss, weil die umgebenden Personen oder Gruppen ähnliche Lebensphilosophien haben und diese auch nur schwer aufgeben können oder wollen, denn auch sie, wie wir alle, sind mehr oder weniger davon abhängig.[[817]](#footnote-816)  
(Therapeutische Hinweise auch im Abschnitt `[Vergangenheit](#_19._Vergangenheit)´.)

### Ausführungen für Patienten

[Hinweis: Die folgenden Abschnitte dieses Kapitels habe ich früher für Patienten geschrieben.   
 Sie enthalten deshalb zum Teil Wiederholungen oder überschneiden sich mit bisher Gesagtem.]

##### Grundeinstellungen

Es geht in diesem Abschnitt um bestimmte Grund- oder Lebenseinstellungen, die für uns eher günstig oder ungünstig sein können. Die Frage, ob wir uns günstig oder ungünstig verhalten, hat letztlich nur eine relative Bedeutung, denn noch wichtiger ist die Tatsache, dass Gott uns genauso liebt, auch wenn wir uns ungünstig verhalten - und das wird immer wieder der Fall sein. Ja **im Einzelfall und kurzzeitig kann die ungünstige Grundeinstellung sinnvoller als die günstige sein.**

Tab. 24:

|  |  |
| --- | --- |
| relativ **UNGÜNSTIGE GRUNDEINSTELLUNGEN** | relativ **GÜNSTIGE GRUNDEINSTELLUNGEN** |
| Es ist ungünstig, wenn man von Problemen aufgefressen wird. Der Betreffende lebt dann von der Substanz. Es ist ungünstig, wenn man kein personales Zentrum hat oder dieses von etwas besetzt oder abhängig ist. Es ist ungünstig, wenn man Relatives verabsolutiert. Man könnte diese ungünstige Grundkonstellation wie folgt symbolisieren:       Hier ist das personale Zentrum, der Kern, von verschiedenen Problembereichen besetzt. (Schwarz: negatives, Weiß: positives fremdes Absolutes). Diese bilden neben dem eigentlichen Personenkern neue Zentren und verdecken den ursprünglichen Kern. Die an sich relativen Dinge sind nun absolut und existenziell geworden. Der Betreffende kann sie nicht mehr locker nehmen.  Es haben Fehlverabsolutierungen bzw. Fehlzentrierungen stattgefunden.  Zeichen dafür sind: Ich-muss-unbedingt-Einstellungen /-Handlungen z.B. ich muss unbedingt perfekt sein, ein guter Mensch sein, muss unbedingt dies oder das tun etc. Am Anfang macht das Verabsolutierte oft Lust (!) (Sucht). Erst später kommt das Leid.  Ich-darf-auf-keinen-Fall-Einstellungen. Entweder-oder-Denken bzw. -Handeln. Schwarz-weiß- Denken und -Handeln. Alles-oder-nichts-Denken. Entweder- falsch- oder- richtig- Denken. Freund-oder-Feind-Einteilungen (s.u.). Fremdbestimmt sein, denn der Kern ist von etwas Fremdem besetzt. Er ist fremd-bestimmt aber auch fremd-gestützt!  Gefühl: „ich funktioniere“ oder gar „ich bin fremdgesteuert“. Abfahren auf etwas wie auf einer Schiene oder, häufiger, blockiert sein.  Falsche Verabsolutierungen z.B. häufiges und fehlplatziertes: „nie“, „immer“, „absolut“, „um jeden Preis“, „unmöglich“, „unverzeihlich“, unbedingtes Müssen! Ich spiele eine Rolle, statt Ich bin ich selbst.     Ich glaube, aus diesem hier vorgestellten Modell lassen sich viele seelische Krankheiten recht zwanglos (mit)erklären. Durch die Besetzung des Kerns, wie oben dargestellt, werden z.B. Bedrückt-Sein (→Depression), Spaltung (bis hin zur Schizophrenie), Unfreiheit und Enge (Angstkrankheiten), Müssen (Zwangskrankheiten), Aufsaugen relativer Inhalte durch das ausgehungerte Zentrum (Sucht), Aufgefressen-Werden (Burn-out, bis hin zur Mitursache bei Krebs?) usw. anschaulich deutlich. In einer Art Gegenreaktion kann der Betroffene auch versuchen, das Problem ganz zu verdrängen, zu negieren oder zu verteufeln. Oft wird zunächst etwas (oft unbewusst!) vergötzt, später, wenn man darunter leidet, verteufelt. Motto: Die man rief die Geister, wird man nun nicht los. Es haben Fehlverabsolutierungen stattgefunden, die den Menschen bestimmen und verfremden. Der Mensch ist in Zwiespalt (Feindschaft oder Hybris) mit sich selbst geraten. Er ist für Andere (seltener auch für sich s. Narzissmus) oft der "beste Freund" - sich selbst aber der schlimmste Feind geworden. | Es ist günstiger, wenn man von Problemen nicht aufgefressen wird. Wenn man ein Zentrum hat, das unabhängig und unangreifbar, also stark und frei ist. Wenn man nicht von der Substanz lebt, sondern sie bewahrt.  Diese Grundkonstellation kann man wie folgt symbolisieren:     Man kann einen Kern und einen Außenbereich unterscheiden: Im Kern steht das Absolute; „Außen“ sind alle anderen seelisch bedeutsamen Bereiche, die aber nur relativ wichtig sind. Das können z.B. Beziehungen zu Personen, zur Umwelt, auch Leistung, Erfolg, Moral, Gewissen, Sicherheit, Gesundheit, Aussehen, Besitz usw. sein. Der Außenbereich umfasst also das Relative. Im Kern dagegen steht das Wichtigste, Eigentliche, Existenzielle, Absolute, das Kern-Selbst, mit folgenden Charakteristika: So wie ich bin, bin ich gut genug. Ich bin frei.  So wie ich bin, darf ich sein, wie auch immer das ist:  Ich darf fehlerhaft, schwach, krank - ich darf sogar böse, unmoralisch, egoistisch, belastend, unnütz, unnormal oder sonst wie sein - immer bleibe ich gut genug. Im Kern steht auch: Das Existenzielle, Wichtigste, läuft von selbst (!) am besten, deshalb kann man sich auf Gott und muss sich nicht auf sich oder andere Menschen verlassen. Der Betreffende hat wie eine innere Insel der Freiheit, des prinzipiellen Wohlbefindens, des Wertgefühls, der Freude und Gelassenheit- des Himmels. Er hat inneren Frieden.  Er hat Eigensubstanz, ein starkes, freies Selbst.  Er hat Identität. (Motto: Ich bin, der ich bin). Er hat einen hohen Grad an freiem Willen.  Im Zentrum stehen prinzipielle Selbstbestimmung und Gottvertrauen. Dieses Zentrum existiert unabhängig von dem, was „draußen“ geschieht. Es ist unzerstörbar.  Im „Außenbereich“ steht die Einstellung: „Ich will frei-willig versuchen, das jeweils Richtige zu tun, aber ich muss es nicht tun - ich darf mich auch im Zentrum ausruhen. Weil es aber unklug und meist nachteilig ist, sich nur auszuruhen, will ich versuchen, das jeweils Sinnvolle zu tun.“  Es ist dann wie eine zusätzliche Bereicherung des Lebens für mich und die anderen, aber kein Zwang, denn man kann sich jederzeit auf die Basis zurückziehen und dort ausruhen.  Das ist vor allem in Notfällen sehr sinnvoll. Man bedenke, dass man im relativen Bereich (Außenbereich) nie ganz sichere, immer gültige Ratschläge geben/ bekommen kann, weil alles im relativen Bereich zwei oder mehrere Seiten hat und immer nur Regeln enthält, die auch Ausnahmen haben. Günstig: Denken in fließenden Übergängen, Sowohl-als-auch-Denken im relativen Bereich. Hier Gefühl: „ich lebe“. Nicht: „ich funktioniere“  freies, geschütztes Selbst  freies, geschütztes  Selbst |
| Ungünstig ist, wenn kein Unterschied und keine Abgrenzung zwischen dem, was am Wichtigsten und dem, was zweitrangig ist, besteht. Es existiert kein oder ein schwacher Kern (Basis) und die sekundären Angelegenheiten bestimmen den Betreffenden.  Der Betreffende wird so mehr oder weniger zum Spielball des sekundären Bereichs. Das eigene Ich bzw. Selbst ist verkümmert, zerrissen, vielleicht auch kompensatorisch aufgebläht (falscher Stolz). Man ist nicht mehr (oder nicht mehr völlig) man selbst. | Wichtig ist, dass der Kern (das Selbst) geschützt ist. Diesen Schutz muss ich nicht selbst herstellen. Gott schützt es. Deshalb ist es unzerstörbar. Ich muss dieses Innerste nicht verteidigen.  Es reicht, wenn ich mein Ich verteidige. Das Recht auf Selbstbestimmung, Freiheit, Würde, Integrität, sein Geliebtsein von Gott und seine Gottesebenbildlichkeit sind unantastbar. |
| Ungünstig sind die daraus resultierenden Einstellungen: Erst Leistung, dann sein. Erst Leistung, dann Leben. Erst funktionieren, dann leben. Erst Leistung, dann Wohlbefinden.  Erst Änderung, dann Selbstakzeptanz. Erst das Irdische, dann das Himmlische. | Günstig ist: Erst sein, dann leisten.[[3]](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\TO\Desktop\Grundeinstellungen%20NVU.html#_ftn3) Erst Leben, dann Leistungsversuche. Erst leben, dann funktionieren. Erst Wohlbefinden, dann Versuch von Leistungen.  Erst Selbstakzeptanz, dann Änderungsversuche. Erst das Himmlische, dann das Irdische. |
| Ungünstig ist  Ich muss erst so oder so werden, dann bin ich ok. | Günstig:  Ich bin, unabhängig von meinen Taten, gut genug. |
| Ungünstig ist sowohl ein Zwangs-, als auch Lust-und-Laune-Prinzip. | Am günstigsten ist das Freiwilligkeits-Prinzip.  (Achte auf den Unterschied zum Lust-und-Laune-Prinzip!) |
| Erst muss ich meine Existenzberechtigung erarbeiten, dann darf ich mich wohlfühlen. | Schon jetzt, immer, darf ich mich wohlfühlen.  Erst dann will ich sehen, ob nicht dies oder das Sinnvolle zu tun ist. |
| Ich muss mich beweisen oder rechtfertigen.  Ungünstig ist, Forderungen an sich und die Welt haben. Haltung: Ich muss! | Ich muss mich nicht beweisen auch nicht rechtfertigen.  Wünsche an sich und die Welt haben. Haltung: Ich bin, ich darf – ich will versuchen. |
| Schwimmer Diese Menschen sind wie Schwimmer, die immerzu strampeln müssen, um über Wasser zu bleiben. Sie tragen eine innere Messlatte mit sich, mit der sie sich am Schluss erschlagen (F. PERLS). Oder sie erschlagen damit andere. Ihr Befinden ist fest mit der jeweiligen Leistung gekoppelt. Mit unbedingten Forderungen an uns unterminieren wir unser Selbst – die Grundlage unserer Persönlichkeit. | Ich auf Fels Diese Menschen stehen wie auf einem Fels.  Sie können bleiben wo und wie sie sind.  Sie könnten auch zurückgehen. Sie gehen nicht unter, was auch immer sie tun. Die Basis trägt den Namen: „Ich bin gut genug.“  Religiös: „Gott liebt mich immer.“ |
| Es ist ungünstig, die falsche Lebensstrategie zu haben. Diese besteht v.a. darin, wenn ich das Wichtigste (hier: A) an die zweite und das weniger Wichtige (hier: B) an die erste Stelle setze.  Wenn ich also nach dem Schema lebe: Erst B, dann A, so ist es, als wenn ich den zweiten Schritt vor den ersten setzte, um so durchs Leben zu stolpern. Das Pflichtprinzip B rangiert vor dem Liebesprinzip A. | Günstig ist es, die Prioritäten im Leben richtig zu setzen:  „Erst A, dann B“ könnte das Motto lauten.  Genauer: „Erst und immer A - dann versuche B“.  A = Freiheit, Selbstbestimmungsrecht, innerer Frieden und Wohlbefinden (Sich in der Liebe Gottes sonnen).  B = Bemühen um sinnvolle Leistungen usw. (s.d.)  D.h. wichtiger noch als die Frage, ob ich richtig oder falsch handele, ist, dass ich auch zu falschem Handeln stehen kann und diese Frage nicht zur Basis meines Lebens mache. |
| Ungünstig ist es, sich auf die Optima im Leben zu fixieren, also perfektionistisch zu leben.  Mit der Fahrt durchs Leben ist es wie im Straßenverkehr: man fährt schlecht, wenn man gar keine, aber auch, wenn man alle Verkehrsschilder beachten muss.  Es erscheint schlimm, das Leben primär als Abfolge von Pflichterfüllungen zu sehen. | Die Freiheit ist wichtiger als die Perfektion.  Man fährt am besten durchs Leben, wenn, wie beim Straßenverkehr Freude und Lockerheit an erster Stelle stehen und nicht das korrekte Fahren. Auch: Erst tanken, dann fahren. Die Lebensfreude sollte vor der Disziplin Priorität haben.  Motto: Alles ist erlaubt, aber nicht alles ist gut. |
| Beim Auftreten von Problemen fehlt dem Betreffenden die in der rechten Spalte aufgeführte 1. und wichtigste Antwort. Der Betreffende ist von der Lösung der Probleme direkt abhängig.  Sie bestimmen ihn, nehmen ihn gefangen. Er steht nicht über den Problemen. Bei Fehlern reagiert er selbstanklagend oder selbstzerstörerisch. Man kann Probleme schlechter lösen, Lebensziele schlechter erreichen, wenn man sich ihnen unterwirft. Man ist dann nicht Herr der Lage.     Ungünstig ist es, keine eigene Schuld zu erkennen, aber vielleicht noch ungünstiger ist es, eigene Schuld lange mit sich herum zu tragen. | Der Mensch mit günstiger Grundstrategie hat beim Auftreten von Problemen zwei Antworten: 1. und wichtigste Antwort:  Ich bin frei - in Gott. Dadurch stehe ich über den irdischen Problemen Ich bin und bleibe gut genug, ob ich die Aufgabe löse oder nicht. Ich muss das Problem nicht unbedingt lösen. D.h. zunächst sollte man sich dieser Basis erinnern, dann erst, zweitrangig die quasi 2. Antwort geben, nämlich die Lösung des Problems, aus einer freien Position versuchen. Fehler (Schuld) wird relativ, also zweitrangig behandelt.  Günstig ist es, eigene Schuld einfach an Gott abzugeben. |
| Es ist ein ungünstiger und auch unnötig anstrengender Glaube, wenn man meint, sich seinen Wert erst erarbeiten zu müssen. Erst arbeiten, dann erst sich wert und wohl fühlen ist eine fragwürdige Lebensmaxime. Dennoch hat in unserer Gesellschaft Arbeit bzw. Arbeitsfähigkeit oft den Stellenwert eines Götzen. Bei solchen Leuten steht einmal auf dem Grabstein: „Sein Leben war nur Arbeit und Pflichterfüllung.“ Auf solch einen Grabstein kann man verzichten.  Jemand hat einmal gesagt, das sei ein Grabstein für ein Pferd, aber nicht für einen Menschen. | Aus religiöser Sicht kann sich der Mensch in jeder Lebenssituation als Ebenbild Gottes fühlen. Höher geht es eigentlich nicht. In den Psalmen heißt es sogar von den Menschen: „Ihr seid Götter.“  Der Mensch kann sich sagen, dass er spätestens vor Gott immer und ohne Vorbedingungen gut genug ist, dass er einen unabänderlichen Grundwert ohne irgendwelche Vorleistungen in sich trägt. Der Mensch hat so Anspruch auf ein, „Basis-Wohlbefinden“ und eine tiefere, existenzielle Freude. Motto: Ein heilige Freude und Gelassenheit soll mich nicht verlassen. |
| Es ist ungünstig für uns, wenn unsere Kerndefinition nur die Erwachsenen-Rolle beinhaltet. | Die m.E. stärkste Kerndefinition ist die, Kind Gottes zu sein und die Erwachsenenrolle mit all ihren Verantwortlichkeiten dem unterzuordnen.  (Siehe dazu später Genaueres). |
| Ungünstig ist zu glauben, man selbst oder die Welt sei ganz gut oder ganz schlecht. Im ersten Fall ist man naiv und wird früher oder später hart mit der Realität konfrontiert. Im zweiten Fall wird man schnell resignieren. Auch das verdirbt die Lebensfreude. | Es wäre gut, wenn der Mensch, so auch Du, liebe(r) LeserIn, nicht nur Dich, die anderen Menschen, die Welt, kurz das ganze Leben gut genug fände. Motto: Es ist gut genug. (Ich schreibe absichtlich „gut genug“, denn natürlich ist der Mensch oder das Leben nicht nur gut). |
| Es ist ungünstig zu glauben, man sei letztlich dem Schicksal oder der Materie oder dem Nichts ausgeliefert. Natürlich lässt sich Gott nicht beweisen. Seine Nichtexistenz allerdings auch nicht. Es ist in diesem Fall eigentlich dumm, zumindest aber ungünstig, nicht an ihn zu glauben. | Es wäre weiterhin günstig, wenn man in der Tiefe ein Urvertrauen, ein existenzielles Gefühl der Geborgenheit und Sicherheit hat. Dieses sollte über die aktuelle Befindlichkeit, das körperliche Wohlbefinden und über den Tod hinaus reichen. |
| Primär ist irgendein Fehlabsolutes (fA) und das Selbst nachrangig. Der Mensch ist abhängig und fremd-bestimmt vom (fA). Er ist letztlich dessen Sklave, glaubt aber dessen Herr zu sein. Gewissen, Moral, irdische Verantwortungen, Leistungen, Meinung Anderer, Ideale, Sicherheit, Gesundheit, Erfolg, Anerkennung, Schuld, fixierte Ziele, Rollen, Normen usw. bestimmen das Selbst.  Um das verabsolutierte Positive zu erreichen, das Negative abzuwehren und die Leere zu füllen, ist eine dauernde Kraftanstrengung erforderlich – eine letztlich unnötige Energieverschwendung. | Das Selbst ist primär, (fast) alles andere nachrangig:  Gewissen, Moral, irdische Verantwortungen, Leistungen, Meinung Anderer, Ideale, Sicherheit, Gesundheit, Erfolg, Anerkennung, Schuld, fixierte Ziele, Rollen, Normen usw. Hier ist das Ich-Selbst frei, selbstbestimmt und eigenverantwortlich und Herr im eigenen Hause. (Religiös und m.E. stärker: primär dem liebenden Gott vertrauend mit nur sekundärer Verantwortlichkeit. Dadurch Entlastung!). |
| Es ist ungünstig, das Relative für selbstverständlich zu halten, so wie es unklug ist, das eigentlich Selbstverständliche - die Zusagen an das Selbst- (s. vorne) infrage zu setzen. | Es ist klug, das Relative nur relativ zu nehmen und das +Absolute (Gott und seine Zusagen) absolut zu setzen. |
| Viele seelisch Kranke sind in einer (oft unbewussten) Opferrolle /Opferhaltung.  Dadurch hat der (frühere) Täter immer noch Macht über den Betreffenden!  Ähnlich ist die Aufopferungs-Rolle. Wir machen uns dann zum Opfer eigener oder fremder Ziele, Ideale, Termine, Erfolge, des Gewissens usw. | Es wäre gut, die Opferrolle abzulegen und sich möglichst nicht in eine (wenn auch noch so verständliche) Täterrolle hineinziehen zu lassen.  Religiös: Ich-will-Gott-vertrauen-Haltung - und als Opfer: Ich bin Gottes Kind und werde, wenn ich Opfer bin, ggf. von ihm gerächt. („Mein ist die Rache“ sagt Gott.) |
| Es ist ungünstig, die Lebenshöhe wichtiger zu nehmen als die Lebensbreite. | Die Lebensbreite ist wichtiger als die Lebenshöhe. Denn je breiter Deine Lebensbasis ist, umso sicherer und umso höher kannst Du Dein Leben aufbauen. |
| Es ist weit verbreitet, leider auch in christlichen Kreisen, zu glauben, man müsse *unbedingt* gut und moralisch sein. Die Moral ohne Freiheit (Gnade) ist tödlich, sagt sogar die Bibel. So ist es.  Immer nur moralisch sein zu müssen, ist eine Qual, auf deren Boden die verdrängte Unmoral erst recht gedeiht. Karen Horney, eine Psychoanalytikerin, nennt solche Menschen „Pressengel“.  Ungünstig sind Einstellungen wie:  ⦁Eltern lieben uns nur, wenn wir brav sind.  ⦁Andere Menschen nur, wenn wir ganz toll sind.  ⦁Der Partner liebt uns nur, wenn wir ihn auch lieben.  ⦁Unser Gewissen, wenn wir nicht dagegen verstoßen.  ⦁Die Moral liebt uns nur, wenn wir moralisch sind.  ⦁Der Erfolg liebt uns nur, wenn wir erfolgreich sind. | Erst mit der Freiheit, auch unmoralisch oder auch böse sein zu dürfen, kann man am ehesten gut sein.  Ich denke, man versucht auch intuitiv, seinen Kindern zu vermitteln: „Erst seid ihr akzeptiert und geliebt, dann erst versucht, moralisch und gut zu sein. Denn von einem moralisch gelebten Leben hat man selbst am meisten, nicht, um damit dem lieben Gott oder anderen Menschen zu gefallen.“ Mit anderen Worten: Die Gebote o.ä. sind für den Menschen da und nicht der Mensch für die Gebote. Ebenso sollte die Kirche für den Menschen und nicht der Mensch für die Kirche da sein.  Es ist also klug, wenn man freiwillig versucht, moralisch zu sein, unklug, zu glauben, es sein zu müssen. |
| Ungünstig: Seine Grenzen überschreiten und dann gegen seine Natur leben.  Ich-Stärke ist wichtiger als Selbst-Stärke. | Günstig:  Seine Grenzen zu beachten, nicht über seine Kräfte gehen. Selbst-Stärke ist wichtiger als Ich-Stärke (siehe später). |
| Es ist ungünstig, nur den Körper oder das neue Auto oder die Wohnung zu pflegen und nicht auch etwas für die Psyche zu tun. Leider haben wir dieses Wichtigste nicht in der Schule gelernt. | Um mehr auf die „günstige Seite“ zu kommen, ist es sinnvoll, regelmäßig „Seelenpflege“ zu betreiben. Die alten Kräfte, die uns nur kurz Ersatzglück geben, langfristig aber ausbeuten, sind tief verankert. Man kann sie aber durch geduldiges Üben entmachten, zumindest schwächen. Konkret: So wie man sich Zeit zum Essen nimmt, so sollte man sich auch Zeit zum Ernähren der Seele nehmen. |
| Ich wiederhole, weil wichtig: Die Frage, ob wir uns günstig oder ungünstig verhalten, hat letztlich nur eine relative Bedeutung, denn noch wichtiger ist die Tatsache, dass Gott uns genauso liebt, auch wenn wir uns ungünstig verhalten - und das wird und darf immer wieder der Fall sein. | Kurz: günstig für uns ist: ⦁Erst (kostenloses) Absolutes, dann Relatives. ⦁Erst Absolutes nehmen, dann Relatives geben. ⦁Erst Himmlisches, dann Irdisches. ⦁Erst Selbst, dann Ich-Aktivitäten. ⦁Erst Freiheit, dann Pflicht. ⦁Erst Lebensbreite, dann Weg. ⦁Erst Lebensbreite, dann -höhe. ⦁Erst Grundlage, dann Versuche zu springen. ⦁Erst Messlatte auf 0, dann springe. ⦁Erst Freiheit, dann Optimum-Versuche. ⦁Erst Leben, dann Rolle.  ⦁Keine Forderungen, aber Wünsche an sich und die Welt zu haben |

Ungünstige und günstige Einstellungen in Beziehungen

Tab. 25

|  |  |
| --- | --- |
| **Ungünstige Einstellungen** | **Günstige Einstellungen** |
| C:\Users\TO\Pictures\Symbiose.JPG **Ungünstig** ist es, wenn ein oder beide Partner keinen oder nur einen schwachen und fremdbesetzten Kern haben: Einer macht des anderen Kern aus. Das kann einen oder, häufiger, beide betreffen. Dadurch entstehen Abhängigkeiten, Anklammerung, aber auch leicht gegenseitige unbewusste Manipulationen und Erpressungen (Eifersucht!). Jeder ist gleichzeitig des anderen Herr und Sklave.  Die Beziehung ist entweder zu symbiotisch oder geht schnell auseinander. Typisch sind „Liebe“-Hass-Beziehungen. Es ist das gleiche Muster wie auch die Einteilung der Menschen in nur gute oder böse- also Freund-Feind-Denken;  Oder: „Wer nicht für mich ist, ist gegen mich“. | C:\Users\TO\Pictures\autonome Kerne.JPG **Günstige** Beziehungen lassen sich etwa so symbolisieren: Beide Menschen haben einen starken, freien Kern, den sie auch schützen. Sie machen sich auch vom geliebtesten Partner nicht abhängig. Letztlich spielt auch er nur eine relative Rolle, mag er im Leben noch so viel Raum einnehmen. D.h.: Kein Partner oder anderer Mensch überhaupt gehört in den innersten eigentlichen Selbstbereich.  Relativiert man die Wichtigkeit der anderen Menschen, so verringert sich zwar scheinbar auch die Aussicht, von ihnen *das* Glück und *die* Sicherheit zu bekommen, andererseits sind die Vorteile viel größer und realistischer: Ich muss auch nicht *der* Retter, Glücksbringer und Alleinverantwortlicher für ihn sein. Wenn der Eine beim Anderen bleibt, so im wahrsten Sinn des Wortes frei-willig und nicht aus Abhängigkeitsgründen. |
| C:\Users\TO\Pictures\Position Angehörige2.JPG Die Abbildung zeigt die Position anderer Menschen im Selbst-Bereich des Betreffenden. Diese besetzen mehr oder weniger diesen Selbst-Bereich, sodass dieser Mensch z.T. fremdbestimmt lebt. Er kann sich zwar einerseits auf die anderen stützen, wird aber andererseits von ihnen ausgelaugt. | C:\Users\TO\Pictures\Position Angehörige.JPG  Die Abbildung zeigt eine günstige Position anderer Personen zum Selbst. Die anderen befinden sich nicht im Zentrum (Selbst-Bereich), sondern haben für den Betreffenden eine letztlich relative Bedeutung. Die Person ist dadurch nicht fremd-, sondern selbstbestimmt. Die günstige Reihenfolge der Personen im Außenbereich ist:  1. Partner 2. Kinder 3. Eltern und Geschwister |
| Es fördert seelische Krankheiten ungemein, wenn man glaubt, man müsse den Anderen mehr als sich selbst lieben. Auch dieser Grundsatz, meist nicht so direkt genannt, scheint kirchliches Allgemeingut zu sein. Mangelnde Selbstliebe aber ist eine der Hauptquellen für seelische Krankheiten und Partnerkonflikte.  Parallel dazu ist es ungünstig, zu erwarten, dass andere die mangelnde Selbstliebe ausgleichen. | „Liebe den Nächsten wie dich selbst“- ist eine der zentralsten biblischen Aussagen. Um es unmissverständlich zu formulieren: Man soll sich lieben und den Anderen lieben.  Selbstliebe = Fremdliebe  Wichtig: Liebe ins System bringen!  Es ist günstig, wenn man nicht erwartet, dass die anderen meine mangelnde Selbstliebe ausgleichen. |
| Die Beziehung wird umso schwieriger, je mehr die Betreffenden Forderungen/ Erwartungen an sich, den/die anderen und das Leben haben, die unbedingt erfüllt werden müssen. | Die Beziehung läuft umso besser, wenn die Betreffenden ihre Wünsche (an sich, andere und das Leben) deutlich machen, ohne auf deren Erfüllung fixiert zu sein. |
| Alle Tricks und Techniken nützen wenig, wenn die Liebe fehlt (und zwar nicht nur die Liebe zum anderen, sondern auch die Selbstliebe). | Je mehr Liebe da ist (Selbst- und Fremdliebe), umso weniger Bedeutung behalten die zuvor unbewältigbar erscheinenden Differenzen. |
| Weitere ungünstig Einstellungen: ⦁ Aufgabe des Selbstbestimmungsrechts  ⦁ Ich muss mich aufopfern.  ⦁ Verausgaben und vereinnahmen lassen.  ⦁ Ich muss mindestens genauso viel geben, wie ich bekam (Nützlichkeitsideologie), d.h. auch:  ⦁ Ich darf möglichst nichts annehmen.  ⦁ Ich muss für die anderen nützlich sein.  • Ich darf niemandem zur Last fallen.  ⦁ Ich darf nicht nein sagen, auch wenn es mir dabei an die Substanz geht.  ⦁ Die Meinung der anderen ist wichtiger als die eigene.  ⦁ Ich muss besser sein als die anderen (Rivalitätsdenken).  ⦁ Ich muss Fehler wiedergutmachen   (Wiedergutmachungsdenken).  ⦁ Erlittenes Unrecht muss ich rächen (Rachedenken).  ⦁ Ich stelle an mich und den anderen Vorbedingungen,  die wir erfüllen müssen, bevor wir uns mögen können. | Günstig: ⦁Selbstbestimmungsrecht auch in Partnerschaft bewahren. ⦁Nicht vereinnahmen lassen und nicht verausgaben. ⦁ Ich gebe und tue das, was ich will (Freiwilligkeitsprinzip) und ich werde versuchen, daraus kein Lust- und Laune- Prinzip werden lassen. Ich gebe nur so viel, wie ich kann. ⦁ Ich darf auch ohne schlechtes Gewissen nehmen, ohne zu geben.  ⦁ Ich muss nicht nützlich sein, ich kann es nur versuchen.  ⦁ Ich darf auch anderen zu Last fallen. Ich soll sogar anderen zur Last fallen, wenn es notwendig ist. (Hilfe annehmen!)  ⦁ Ich darf nein sagen.  ⦁ Ich will die Meinung der anderen prüfen, für mein Leben ist aber meine Meinung entscheidend.  ⦁ Wenn die anderen besser sind als ich, will ich mich mit ihnen freuen.  ⦁ Ich muss Fehler nicht unbedingt wiedergutmachen, wenn, dann tue ich´s freiwillig.  ⦁ Ich will mich gegen Unrecht wehren, aber mich nicht auf einen persönlichen Kampf einlassen.  ⦁ Ich stelle an den anderen und mich keine Vorbedingungen, äußere aber deutlich meine Wünsche. |
|  | Das hier propagierte Modell ist kein egoistisches Modell, sondern eins des Selbstschutzes und der Selbstbewahrung. Indem derjenige sich bewahrt, steht er auch der Gesellschaft zur Verfügung. |
| Ungünstig ist, von sich oder dem anderen erst Veränderungen zu fordern, bevor man sich/ihn akzeptiert.  Ungünstig ist das Einklagen von Veränderungen. | Günstig ist es zu versuchen, sich/andere zuerst zu akzeptieren und dann Veränderungen zu wünschen.  Man sollte diese Veränderungen möglichst wünschen, nicht einklagen. (Auch bei sich selbst nicht einklagen!) |
| Es ist ungünstig, wenn wir schon bei kleineren Schattenseiten uns oder den Anderen verurteilen. | Günstig wäre es, die Kraft oder den Großmut zu besitzen, sich und den Anderen noch weiter lieben zu können, auch wenn das Verhalten fehlerhaft ist. (Außenbereich).  Günstig wäre es, könnten wir dann deutlich zwischen dem Verhalten und der Grundeinstellung der Person (Selbst) unterscheiden. D.h. negatives Verhalten verurteilen, nicht aber die Person verurteilen. |
| Ungünstig ist es, sich in unerträglichen Situationen nicht trennen zu können. | Günstig ist es die Freiheit zu haben, sich zu trennen, wenn die Beziehung unerträglich wird. |

[1] Die ungünstigen Grundeinstellungen sind manchmal günstig und nicht verboten (!). D.h. wir dürfen oder sollten manchmal auch zu ungünstigen Notlösungen bzw. solchen Abwehrmechanismen greifen. Die günstigen Grundeinstellungen sind meistens, aber nicht immer günstig bzw. dann ungünstig. Sie sind deshalb kein Muss.  
[2] Das Kern-Selbst ist nicht ein irdisches, herzustellendes Selbst, sondern ein quasi himmlisches, göttliches Selbst, das man sich einfach schenken lässt und das das relative irdische Selbst umfasst. Es wird am stärksten konstituiert durch eine Macht, die die Person um ihrer selbst willen liebt und die ich persönlich in Gott sehe.   
[[3]](file:///C:\\Users\\TO\\Desktop\\Grund%20blue%20best.html" \l "_ftnref3" \o ") Gemeint ist nicht: Erst sein und dann nichts tun usw. © by T. Oettinger, 2003/ 2020  
  
Hinweis: Die folgenden Beispiele sagen Ähnliches aus. Auch hier gilt: das jeweils Günstigere bzw. Wichtigere ist gegenüber dem eigentlichen Absoluten (Gott) von relativer Bedeutung.

##### Selbst-Stärke und Ich-Stärke

„Ich bin schwach, aber mein Gott ist stark und macht mich stark.“

Die Hypothesen lauten:   
Selbst-Stärke ist wichtiger als Ich-Stärke.   
Je stärker das Selbst, umso stärker ist das Ich.   
Das Ich-Selbst ist am stärksten, wenn es unbedingt geliebt ist.   
Ich gehe davon aus, dass wir von Gott am meisten geliebt werden und von ihm das stärkste Selbst bekommen.  
Deshalb wird ein Schwacher mit Gott letztlich stärker sein als ein Starker ohne Gott.  
Das Selbst stellt keine Vorbedingungen, ist immer da, lebt von selbst und ist die Basis für psychische und körperliche Funktionen.  
Deshalb könnte man sogar die primär von selbst laufenden Körperfunktionen auch als Wirkungen des Selbst deuten.  
Allerdings laufen diese Körperfunktionen nicht völlig, sondern nur prinzipiell von selbst. Unser Zutun ist also auch sinnvoll, aber nicht von vornherein das unbedingt Erforderliche und gegenüber dem Selbstlauf von sekundärer Bedeutung. D.h. wir helfen dem Körper, dass er gut funktioniert, aber wir müssen diese Funktionen nicht primär im Griff haben und kontrollieren.  
Das Gleiche trifft in noch stärkerem Maß auf die geistig-seelischen Funktionen zu.   
Diese Priorität des Selbst bedeutet an sich eine existenzielle Entlastung des Menschen, denn er muss sich nicht primär, sondern nur sekundär um sich und um seine Existenz kümmern.  
 Ein wesentliches Problem aber ist, dass wir aufgrund einer vorwiegend atheistisch-materialistischen Psychologie nicht mehr an ein solches von Gott gegebenes und von selbst lebendes Selbst glauben, sondern an dessen Stelle das verantwortliche Ich setzen. Das aber hat weitgehende Konsequenzen: Wir haben kein Urvertrauen in ein Absolutes, denn ein Vertrauen nur in uns selbst kann von vornherein nur ein relatives sein. Wenn wir uns aber absolut für uns und unsere Welt verantwortlich machen, laden wir eine Verantwortung auf uns, die wir so nicht tragen können und auch nicht müssen.  
Die Selbst-Stärke zu wagen, ist objektiv sehr leicht, subjektiv z.T. schwer und mit Todesangst besetzt, weil alte teure Verabsolutierungen aufgegeben werden müssen, mit denen wir uns identifiziert haben und die unser Selbst, wir selbst, geworden sind. Vor allem der Verzicht auf deren Vorteile ist schwer. Selbst wenn sie keine Vorteile mehr bringen, so sind sie uns doch gewohnt und es droht eine kaum aushaltbare Leere in uns, wenn wir sie relativieren (Entzug). Es ist normal, wenn wir immer wieder in die alten, fremden Denkmuster verfallen, bevor das Neue, Einfache, Entlastende und Erlösende selbstverständlicher geworden ist.  
Also, liebe/r Patient/in, sei geduldig und wage, Du selbst sein zu dürfen. Das bedeutet nicht dauerndes Lernen, eher häufiges Erinnern an die eigene Würde und Freiheit. Das sind eben keine unbedingt zu erbringende Leistungen, sondern ein Locker-Lassen bzw. ein Sich-fallen-Lassen in Gott. Etwa nach dem Motto: Gott macht das Wichtigste und er liebt mich unbedingt – ich muss mir oder anderen nichts beweisen. Es ist wie ein Sich-immer-wieder-bewusst-Machen der ersten Liebe.  
Es geht nicht gegen die Ich-Stärke. Im Gegenteil: Die Selbst-Stärke ist die beste Grundlage für die Ich-Stärke. Was sind die Charakteristika unseres eigentlichen Selbst? Es spricht die Sprache der Liebe, der Freiheit, der Selbstbestimmung und unbedingten Wertschätzung der eigenen Person (bei kritischer Sicht dessen, was man tut.) Dieses Selbst hat das Gefühl letzter Geborgenheit und unbedingten Geliebtseins.  
  
Ist das kein Egoismus oder Narzissmus wird mancher fragen. Ich glaube nicht. Ich meine, der Mensch hat Recht auf Selbstbestimmung und er darf und soll sich vor Fremdbestimmung und Abhängigkeit schützen. An erster Stelle in seinem Leben steht das freie, einmalige nicht hinterfragbare Selbst, das es zu finden und zu verteidigen gilt.[[818]](#footnote-817) Und darunter ist ein Bereich, um den er sich kümmern sollte, den er aber unterordnen darf.

|  |  |
| --- | --- |
| Gewissen, Moral, irdische Verantwortungen, Leistungen, Sicherheit, Meinung anderer Menschen, Ideale, Gesundheit, Wohlbefinden, Erfolg, Anerkennung, Rollen, Normen; aber auch: Schicksalsschläge, Traumatisierungen, Schuld usw. ↓ Selbst | SELBST ↓ Gewissen, Moral, irdische Verantwortungen, Leistungen, Sicherheit, Meinung anderer Menschen, Ideale, Gesundheit, Erfolg, Anerkennung, Rollen, Normen; aber auch: Schicksalsschläge, Traumatisierungen Schuld usw. |
|  |  |
| (Abb. 76) Die linke Abbildung zeigt verschiedene fremde Absolutheiten, die über das Selbst einer Person dominieren. Die rechte Abbildung zeigt ein Selbst, das diese fremden Absolutheiten relativiert. | |

Liebe Leser, ich bin mir der Schwierigkeiten dieser Thematik bewusst. Es mündet in die zentralen Fragen:   
Was ist das Wesen des Menschen? Was ist der Mensch wert? Was ist sein Sinn, sein Glück? Muss er nicht erst einmal etwas tun, bevor er Absolutheit in Anspruch nehmen darf? Besteht nicht die Gefahr eines ethischen Relativismus, wo dann doch der Zweck die Mittel heiligt - Positionen, die immer wieder von irgendwelchen Führern eingenommen werden und die sie für ihre Zwecke missbrauchen? [[819]](#footnote-818)  
Im Rahmen dieser Arbeit kann ich auf diese Fragen nur kurz eingehen. Zunächst möchte ich feststellen, dass seelische Krankheit fast immer auf dem Boden eines fremdbestimmten, wenig wert empfundenen, schwachen oder selbstzerstörerischen Selbst erwächst und dass es unsere vordringlichste Aufgabe ist, diesen Menschen außer ein paar Pillen vor allem ihre Würde, ihr Selbstbestimmungsrecht, ihre innere Freiheit und eine Grundfreude an sich und dem Leben wiederzugeben. Dies werden wir umso eher können, wenn wir in Theorie und Therapie auch von einem entsprechenden Menschenbild ausgehen. Man stelle sich etwa einen Therapeuten vor, der von seinem Patienten denkt: „Das ist dieser Schizophrene” oder noch schlimmer: „Das ist die Schizophrenie, die mir Kollege X geschickt hat.” Und weiter etwa, ganz fachlich, technokratisch und vielleicht durchaus lehrbuchmäßig: „Es ist jetzt wichtig herauszukriegen, ist dies eine hebephrene, katatone, paranoid-halluzinatorische Schizophrenie oder eine Simplex oder eine Neurose und welches entsprechende Medikament setze ich dagegen ein?” Dieser Therapeut kann fachlich überaus kompetent sein, doch letztlich macht er den Kranken (übrigens auch sich) zu einer Art Sache - und das Tragische ist, dass die seelisch kranken Menschen sich meist selbst so sehen.   
Wird nicht jene Psychotherapie die stärksten Kräfte mobilisieren, die am höchsten von dem Menschen denkt? Viele Ansichten von dem, was der Mensch ist, sehen ihn aber zu niedrig, zu schwach und zu unfrei. Ich sehe in einem Menschenbild, in dem der Mensch Gottes Ebenbild ist, frei ist und sich auch ohne Vorbedingungen wertvoll und geliebt fühlen darf, eine unüberbietbare Basis - ich habe jedenfalls keine stärkere und wertvollere gefunden.[[820]](#footnote-819) Was macht mich so sicher?   
 1. Es ist genau das, was ich auch meinen Kindern zuspreche: „Ihr seid so, wie ihr seid, ohne Vorbedingungen und ohne irgendwelche Leistungen wertvoll, frei, geliebt und ihr dürft Euch wohl fühlen, noch bevor ihr einen Finger gekrümmt habt!” Erst nach dieser Zusage, ist es klug, auf die Aufgaben im Leben hinzuweisen (s.a. Geschichte `Erst A dann B´). Dies auch nicht, damit der liebe Gott sich wohl fühlt, sondern weil man selbst so besser durchs Leben kommt und auch die Anderen etwas davon haben. Leider ist das umgedrehte Prinzip: `Erst Leistungen - dann Leben´ gang und gäbe und wird mancherorts auch noch kirchlicherseits verbreitet.  
 2. Das, was von Jesus überliefert ist: sein Leben, seine Aussagen.   
Insbesondere, dass er primär als Erlöser und Retter und erst sekundär als Mahner auftrat, dass er primär eine befreiende und frohe Botschaft verkündete, die gleichzeitig äußerst human ist, diese Humanität aber nicht als Vorbedingung für diese Zusagen sieht.[[821]](#footnote-820)  
In beiden Fällen kommt die `Sprache der Liebe´ zum Ausdruck.  
Das heißt: Erst muss der Mensch ernst genommen werden, ihm Freiheit, Selbstbestimmungsrecht und Würde gegeben werden, bevor er etwas geben kann. Erst muss der Mensch bekleidet sein, bevor er die Hälfte seines Mantels abgeben kann. Selbst einem Hund gibt man erst zu fressen, bevor man ihn auf Wache schickt. „Liebe den Nächsten wie dich selbst“ - d.h. doch auch, dass es ein vergeblicher und sogar unchristlicher Versuch ist, den Nächsten mehr als sich lieben zu wollen oder gar zu müssen.   
Die tragische Verkettung ist doch in der Regel so: Die Eltern hatten zu wenig Liebe und gaben zu wenig Liebe - und der Betroffene kann sich selbst auch nicht genug lieben, sondern er versucht vergeblich, durch diese oder jene Leistungen Liebe zu erringen. Aber Mangel an Liebe, Wertschätzung und Freiheit kann man nicht auf Dauer durch etwas anderes ersetzen. Nur vorübergehend, nur als Ersatz, nur zur Not - dann aber will die Seele das, was einzig sie sättigt: ein starkes, erlösendes Absolutes mit echter vorbedingungsloser Liebe.  
  
Woran erkenne ich ein fremdes Selbst?   
Vor allem an den falschen Verabsolutierungen und an dem permanenten unbedingten Müssen.  © by T. Oettinger, 2003/ 2016

##### Kind-Ich und Erwachsenen-Ich

Man kann die Alternative zwischen beiden eben genannten Lebensstilen so symbolisieren: (Abb. 77)

Erwachsenen-Ich

Erwachsenen-   
 Ich

Kind Gottes

(Selbst)

Links ist das Erwachsenen-Ich im Zentrum: angestrengt bemüht, das Leben zu bewältigen und in den Griff zu bekommen. Es hat nie wirkliche Ruhe. Es kann sich nie ganz fallen lassen. Es muss immer aufpassen. Es ist sehr ernst, meist überfordert, schnell ausgebrannt. Es muss in vielen Mitmenschen Rivalen oder gar Feinde sehen. Es ist sich selbst nie gut genug. Es ist immer wieder auf sich selbst zurückgeworfen. Immer verantwortlich.  
Rechts ist das auf Gott kindlich-vertrauende Ich im Zentrum, das sich lieben lässt, nichts tun muss, spielerisch, viel leichter und dennoch viel realistischer, denn es fordert nichts von sich, was es sowieso nicht leisten kann.[[822]](#footnote-821) Der Betreffende hat dabei aber sein aktives Erwachsenen-Ich nicht ausgeschaltet! Es wird im Gegenteil umso stärker sein, wenn es sich auch ausruhen und Fehler machen kann. Es wird sich dann nicht selbst zum Feind. Aber: Das Ich, das sich selbst idealisiert, wird sich auch selbst zum Feind. Denn es ist ja nicht ideal, also muss sein Schatten sein Gegner werden. Es idealisiert und bekämpft sich gleichzeitig - oder weicht auf andere Notlösungen aus. Tragen wir nicht alle die Sehnsucht in uns, wie ein geborgenes Kind sein zu dürfen, uns einfach fallenzulassen, keine Verantwortung zu tragen? Christen haben so etwas, wenn sie sich primär als Kinder Gottes definieren. (Jesus: So ihr nicht werdet wie die Kinder, ist euch das Himmelreich verschlossen (Mt 18,3).[[823]](#footnote-822)   
© T. Oettinger 2003/ 2020

##### Erst A dann B

Viele Menschen leben nach einer ungünstigen Strategie. Diese lautet: „Erst B dann A.“  
Was ist damit gemeint? Die meisten von uns sind so erzogen, dass wir erst bestimmte Bedingungen (B) erfüllen müssen, bevor ein Akzeptanz- oder Absolutgefühl (A) der eigenen Person auftritt. (`A´ könnte man auch die Annahme durch Gott nennen.)   
Bevor die Person sich in ihrer Haut wohl fühlen darf, ja bevor sie das Gefühl haben darf, sie habe überhaupt das Recht zu existieren, muss sie aus einer primären B-Position Irgendetwas geleistet haben. Die Erfüllung irgendwelcher Vorbedingungen ist dann das Erste und Wichtigste - die Person selbst das Zweite, weniger Wichtige.  
Man kann das symbolisch so darstellen: (Abb. 78)  
  
   
  
Das linke Symbolbild zeigt, wie der an sich erste und wichtigste Schritt (A) an der zweiten, weniger wichtigen Stelle und an seiner Stelle das an sich Zweitrangige (B) steht.   
Der Betreffende versucht quasi den zweiten Schritt vor dem ersten zu tun. Wen wundert es, wenn er stolpert. Er rennt quasi der Akzeptanz seiner Person dauernd hinterher.   
Das rechte Symbolbild zeigt uns auch, dass diese Person auch nicht „rund“ läuft und nicht in sich ruht. Sie eiert.   
Die Ursache dafür liegt, wie an anderer Stellegenauer beschrieben, in einer Verabsolutierung von etwas Relativem, die Fremd-Selbsts mit zwei oder mehreren Mittelpunkten entstehen lässt, um die das Ich eiert.  
  
Wir sind klug, wenn wir nach dem Motto: „Erst A, dann B“ leben. Wenn wir immer davon ausgehen, dass wir wertvoll, einzigartig, liebenswert und (im Kern) frei sind und uns immer gut genug fühlen dürfen. Das alles als Erstes - also noch bevor wir irgendeinen Finger gekrümmt haben. Wir sind klug, wenn wir sehen, dass diese Grundrechte auch dann nicht erlöschen, wenn wir die gravierendsten Fehler machen.  
Symbolisieren wir das Gemeinte, so können wir das Angestrebte so darstellen: (Abb. 79)  
  
   
  
`AB´ kann auch für Abschied und Befreiung stehen.  
Das B\* vor dem A sollte nicht umsonst „sterben“, sondern damit es als B selbst erst richtig leben kann. Richtig leben kann es erst nach A bzw. auf der Grundlage von A. **Es geht also nicht gegen B** (unsere Wünsche, unsere Leistungen usw.), sondern **es geht auch für B**.   
Wir werden das Irdische doppelt und dreifach haben, wenn wir uns davon nicht auffressen lassen. Wie heißt es doch? „Suchet zuerst das Reich Gottes, dann wird er euch mit allem anderen versorgen.“[[824]](#footnote-823)  
Wir werden das Himmlische (A) *und* das Irdische (B) besitzen, wenn wir dem Himmel Priorität geben.[[825]](#footnote-824)  
Schwächer werden wir aber sein, wenn wir unsere innere Stärke nur aus uns selbst oder von anderen Menschen beziehen.   
Es ist das alte, krankmachende Muster, wenn wir unsere Person von der Erfüllung dieser oder jener Bedingungen abhängig machen. Wir sind dann, wie a.a.O. geschildert, Diener dieser Dinge oder Personen. Solange wir sie erfüllen, lassen sie es gnädig zu, dass wir, stolz darauf, es erreicht zu haben, uns, meist kurz nur, wohl fühlen oder gewähren einen Kick. Erfüllen wir ihre Anforderungen jedoch nicht, dann kommt die Strafe automatisch und unbarmherzig. Sie werden uns aussaugen, denn wir sollen, aus ihrer Sicht, für sie funktionieren und nicht sie für uns. Könnte man diese lassen, besser: an Gott abgeben!, wäre man gelassener. © by T. Oettinger, 2003/ 2020

A

B\*

A

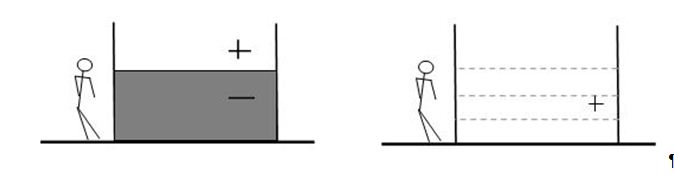
B

B

A

B sterben” lassen

##### Hochsprung mit oder ohne Messlatte



|  |
| --- |
| Abb. 80 Die zwei Arten des „Hoch-Springens“ Auf dem linken Symbolbild springt der Mensch über eine fixierte Messlatte. Er legt sich auf eine bestimmte Höhe fest. Schafft er diese Höhe, dann hat er ein sehr starkes positives Gefühl, schafft er die Höhe nicht, ein stark negatives Gefühl (Schwarz-weiß-Muster).  Auf dem rechten Symbolbild lässt der Springer die Messlatte auf Null. Auch er versucht, so hoch zu springen, wie er kann, ist aber auf keine bestimmte Höhe festgelegt. Er hat so weder Kick noch Frust und langfristig die besten Karten die gewünschten Leistungen zu erreichen. Anders formuliert: Ohne Messlatte über uns, öffnet sich der Himmel über uns und gleichzeitig werden wir besser geerdet, weil wir nicht auf eine bestimmte Höhe fixiert sind. |
|  |

##### Die Lösung der Fixierung

|  |
| --- |
| C:\Users\TO\Pictures\Fixierung.JPGAbb. 81 zeigt eine Fixierungsstelle. Die Person lebt und beurteilt sich nicht von ihrer eigentlichen Mitte, ihrem Selbst, sondern von einem Fremd-Selbst (\*) her.  Erst ein Prozess des „Sterben“ oder Lockerlassens (dargestellt durch den Pfeil) des als unbedingt erlebten Fremd-Selbst, löst die Fixierung und schafft eine freiere, selbstbewusstere Position - eine Art Auferstehung. Die Person lebt nun wieder aus ihrer Mitte, aus dem Selbst und aus Gott. |

Wir sind klug, wenn wir lieber unsere Fixierungen, unsere falschen Götter sterben lassen, als uns. Unsere Fixierungen sind beispielsweise: immer perfekt und gut sein zu müssen, unser fixiertes Sicherheits- und Ordnungsdenken, unsere unbedingten Ansprüche auf Gesundheit und Wohlergehen, auf äußeres Glück und Erfolg, ja letztlich die fixierten Erwartungen, wie wir und die Welt überhaupt sein müssten. Erst dann wären wir frei, das Leben ohne (krankhafte) Angst zu leben. Am besten wäre es, wir könnten alle diese sinnvollen `Tode´ unserer Fixierungen schon sterben, bevor wir an ihnen zugrunde gehen. Es geht um jenes „stirb´ und werde“ (Goethe), um den Gewinn eines solchen `Sterbens´ (Paulus), um jene `Kapitulation´, wie es die Anonymen Alkoholiker nennen, die uns ein eigentlicheres, freieres Leben eröffnet, um jenen Abschied vom Fixierten, den Hermann Hesse so beschrieb: „Wohlauf mein Herz nimm´ Abschied und gesunde!“ Oder Jesus: „Wer sich ans Leben festklammert, der wird es verlieren. Wer es aber um meinetwillen verliert, der wird es neu geschenkt bekommen."[[826]](#footnote-825)  
Aber wir wollen Es\*, die fremden Absolutheiten, nicht sterben lassen, weil wir sie für unser Selbst halten. Wenn ich mich mit dem fremden Absoluten identifiziere, dann werde ich zum Es\* und bekomme dann das Gefühl, ich stürbe, wenn ich Es\* sterben lasse. Aus dieser Sicht ist es eine logische Konsequenz, wenn sich mancher im Extremfall lieber selbst umbringt als seine fremden Absolutheiten aufzugeben.   
Wir sind in einem Dilemma: Führen wir das Ersatzleben weiter, so werden wir sterben - wollen wir frei leben, so müssen wir auch etwas „sterben“ lassen. Wir haben die Wahl zwischen zwei Arten des Todes und Lebens. Das Ersatzleben richtet uns meist langsam zugrunde. Es ähnelt einem Drogenleben. Wir mögen zeitweise ganz high sein, langfristig jedoch leben wir ein Ersatzleben und sterben einen Ersatztod - einen Tod, den wir so nicht sterben müssten. Aber die christliche Lösung geht noch weiter und ist noch leichter: Jesus ist schon für dich gestorben! (Was nicht ausschließt, dass man sich nicht selbst um die Relativierung der falschen Absoluta bemüht.) © T. Oettinger 2003/ 2019

##### Die Wahl des Selbst oder die Wahl Gottes - ein Plädoyer

Ich glaube, dass der Mensch in der Wahl des Absoluten absolut frei ist. (Ich habe das unter dem Begriff des `Wahlabsoluten´ schon mehrfach erwähnt). Sonst ist die Freiheit eines Menschen eine relative. Genauer: Ich glaube, jeder Mensch steht vor einer freien, existenziellen und absoluten Entscheidung, auch wenn er sich dessen nicht bewusst ist.   
Es ist eine Art prinzipielle Grundeinstellung für oder gegen das Gute. Ich weiß, dass ich mich hier auf reines Glaubensgebiet begebe. Wie ich aber zu zeigen versuche, handelt es sich nicht um ein rein theoretisches oder spekulatives Thema, sondern um etwas, das in unserem Leben eine entscheidende Rolle spielt. Denn es ist verbunden mit der Frage: „Kann ich mir und anderen Menschen aufgrund dieser Grundeinstellung immer die o.g. Charakteristika des Selbst zusprechen oder nicht?“   
Die Antwort darauf habe ich persönlich am eindrucksvollsten in der Beziehung zu meinen Kindern und parallel dazu in der christlichen Religion wiedergefunden.   
Mit der Geburt meiner Kinder würde ich automatisch und instinktiv einem jeden von ihnen die schon genannten Charakteristika des Selbst zusprechen: Jedes Kind ist für mich einzigartig, einmalig, etwas ganz Besonderes (Gottes Ebenbild), unbedingt liebenswert usw. - ohne dass es auch nur einen Finger dafür krümmen müsste. Und ich glaube, jeder Mensch hat einen Anspruch darauf, sich so zu sehen. Nur durch sein bloßes Dasein. Diese Charakteristika des Selbst geben dem Menschen aber nicht nur eine unschätzbare Würde, sondern auch absolute Wahlfreiheit. Genauer: Während die üblichen Entscheidungen für oder gegen dies oder das, für oder gegen diese oder jene Handlungen, ja sogar für oder gegen das üblich moralisch Gute oder Böse nur eine relative Bedeutung haben, gibt es meines Erachtens eine absolute Entscheidung oder Ausrichtung zum Positiven oder zum Negativen hin.   
Konkretes Beispiel: Sollte eines meiner Kinder (oder ich oder sonst ein Mensch) prinzipiell und unwiderruflich das Böse, Zerstörerische und Menschenfeindliche verherrlichen, so würde derjenige m.E. jene Grenze überschreiten, die ein Verzeihen unmöglich, ja sogar unsinnig machte.[[827]](#footnote-826) Sollte er aber in seinem Herzen eine prinzipielle Ausrichtung zum Guten hin entdecken, so könnte er m.E. weitere Zusagen an sein Selbst (s.u.) in Anspruch nehmen, auch wenn er im Alltag immer wieder böse oder schlecht handelte.  
Man könnte deshalb neben einem quasi neutralen Selbst, das jeder hat, noch ein sich prinzipiell zum Positiven oder sich prinzipiell zum Negativen entschiedenes Selbst unterscheiden. Natürlich ist kein Außenstehender in der Lage, das eine oder andere einem Menschen zuzusprechen.[[828]](#footnote-827) Es geht mir hier nicht um eine spekulative Theorie, sondern ich will Menschen Mut zu machen, ihr „Haupt“ zu erheben, ihr Selbst zu leben, auch wenn sie noch so viel Fehler gemacht haben.   
Aus christlicher Sicht darf sich ein solcher Mensch prinzipiell erlöst und gerettet fühlen. Die eigentliche, existenzielle Frage, wo es um Leben oder Tod, Sein oder Nicht-Sein geht, ist mit der Antwort zum guten Lebensprinzip hin beantwortet. Alle anderen Fragen, mögen sie auch noch so wichtig sein, dürfen als relativ, zweitrangig und somit gelassen betrachtet werden - so auch entsprechende Verantwortungen, Schuld- und Gewissensfragen usw.   
Es ist eine Bestätigung des eigentlichen Selbst. Das Selbst ist von Gott und das Selbst ist gleichzeitig vom Ich, wenn es das, was von Gott ist, bejaht. Wenn ich mich auf mein Selbst beziehe, so beziehe ich mich letztlich auf Gott.   
Auch: Wenn das Ich das Selbst bestätigt, wird es eine Einheit, wird zum Ich-Selbst - zwei Seiten ein und derselben „Sache“.   
Mir scheint ein solches Selbst im wahrsten Sinn göttlich zu sein, denn wir Menschen gehen damit oft ganz anders um. Nach meinen Kenntnissen und Erfahrungen bleiben alle anderen Weltanschauungen dahinter weit zurück. Vor allem bei seelisch kranken Menschen beginnen unbewusste selbstzerstörerische Mechanismen schon weit im Vorfeld. Anderen Menschen zu verzeihen und großzügig zu sein, fällt vielen seelisch Kranken nicht schwer. Sich selbst jedoch gegenüber großzügig zu sein und das eigene Selbst frei von den übrigen Versagungen, Sünden, Fehlern zu sehen, es ihnen gegenüber als unantastbar zu sehen, vermögen die meisten seelisch Kranken nicht. Sie sind von Negativem bestimmt, das absolute und existenzielle Bedeutung bekommen hat mit entsprechend verheerenden Wirkungen in ihrem Absolut- und Selbst-Bereich. Das Selbst, das ich meine, ist wie die Liebe und Gott souverän und unantastbar. Es spricht für sich selbst. Es ist nicht hinterfragbar. Es hat es nicht nötig sich zu beweisen. Es ist ein Geschenk. Man muss es nicht erst erringen. Es umfasst auch die Fremd-Selbsts, weil es stärker ist als diese. Wenn eine Person das Selbst ablehnt und ein fremdes Selbst zu seinem Absoluten macht, dann ist das eigentliche Selbst in der Tiefe dennoch da. Wie viele Menschen sehnen sich nach einem guten Selbstwertgefühl, glauben aber, es erst erarbeiten zu müssen. Das ist ein weit verbreiteter Irrtum.   
Wenn H. Schröder, stellvertretend für viele andere, formuliert: „Das Selbstwertgefühl wird durch das Verhältnis von eigenem Anspruchsniveau und erreichten Erfolgen bestimmt“,[[829]](#footnote-828) so beschreibt er damit eine Art „Leistungs-Selbstwertgefühl“ - eben das eines Menschen, der sich nur darüber definiert, was er erreicht hat und nicht das eines Menschen, dessen Wertgefühl aus seinem eigentlichen Selbst stammt. Bei vielen Menschen ist dieses Gefühl im Minusbereich und sie hätten keine Chance, wenn es zum Glück nicht noch andere Ansichten gäbe. Dass wir unser Leben häufig nicht auf unserem eigentlichen Selbst gründen, sondern es sogar bekämpfen, habe ich an anderer Stelle besprochen.  
 Welche Auswirkung hat das auf die Therapie und das Selbstwertgefühl der Patienten?   
Es scheint offensichtlich: Was für ein Bild der Mensch von sich hat, wird entscheidend für sein Selbstwertgefühl sein. Ebenso: Was für ein Menschenbild der Therapeut hat, wird wesentlich für den Therapieerfolg sein. Wie kann ein Patient ein starkes, gutes Selbstwertgefühl entwickeln, wenn vielleicht auch sein Therapeut das Selbst niedrig veranschlagt? Wenn es stimmt, dass jeder von uns an sich um seiner selbst willen geliebt werden möchte, dann ist es gut, wenn wir das als Therapeuten auch tun.   
In einem der folgenden Kapitel werde ich ein entsprechendes Konzept für die Schizophrenietherapie vorstellen.

##### Der Kreis schließt sich

Ich war von dem Gedanken ausgegangen, dass wir Menschen, in den Symbolgestalten von Adam und Eva, uns durch die „Ursünde“ von Gott entfernt und damit auch das Paradies verloren haben. In Anlehnung an die Wortwahl Janovs (wenn auch nicht mit derselben Bedeutung) stellt diese Erfahrung unseren „Urschmerz“ dar und wir kommen vielleicht deshalb mit einem „Urschrei“ auf die Welt, weil diese, wie wir selbst, voll Leid und Tod und erlösungsbedürftig ist. Ein Teil des Leids sind seelische Krankheiten.   
Wir versuchen, uns selbst zu erlösen, indem wir verschiedenste „Erlöser“ in Form von fremden positiven Absolutheiten (+fA) etablieren - die jedoch nur Ersatzlösungen sind, die einige Vorteile, aber noch mehr Nachteile haben. In der Terminologie dieser Arbeit: Wir vertauschen (invertieren) Gott und Relatives und setzten so die „Ursünde“ in Form unserer „Alltagssünden“ fort. Zur eigentlichen Lösung, die „Revision der Inversion“ hat der Mensch mit einer prinzipiellen Grundeinstellung zum Guten hin meines Erachtens den entscheidenden Schritt getan. Man kann auch sagen: Gott wird den Menschen erlösen, wenn dieser die Erlösung will. Damit schließt sich der Kreis, an dessen Anfang die „Ursünde“ und an dessen Ende Jesus oder die „Urliebe“ Gottes steht.[[830]](#footnote-829)

#### Systematik

Im folgenden Abschnitt versuche ich einige Hinweise im Sinn einer `primären Psychotherapie´ bezüglich einzelner Aspekte mehr oder weniger systematisiert und auf Patienten bezogen zu geben. Die Einteilung folgt der im Teil `Metapsychologie´ beschriebenen, wobei sich einzelne Aspekte überschneiden und wiederholen und deshalb nur Akzentsetzungen darstellen. Einige therapeutische Aspekte behandle ich nur stichwortartig, andere ausführlicher und einige will ich später bearbeiten. Ich verweise auch auf die obigen Ausführungen im Teil `Psychiatrie´ und auf die von mir veröffentlichten Meditationen,[[831]](#footnote-830) auf die Ausführungen im Kapitel `Die eigentliche Lösung´ sowie auf die ähnlichen Intentionen folgenden Grundsätze der anonymen Selbsthilfegruppen. Wie diese glaube ich, dass die beste Grundlage für die Lösungen aller Lebensprobleme Gott (Liebe) ist[[832]](#footnote-831) - weil dieser den Menschen am stärksten bestätigt und befreit und alle anderen Anforderungen an ein [positives Absolutes](#_Was_ist_das) entspricht.   
In Anführungszeichen stehen einige Sätze, die ich, sinngemäß, einem Betroffenen in einer entsprechenden Situation sagen würde.[[833]](#footnote-832)

#### Bezüglich der Dimensionen

##### a1 Absolutes und Relatives oder: Erlösung und Lösungen

In diesem Aspekt geht es um das positive Absolute. Das Ergebnis des positiven Absoluten ist Erlösung, die positiven Relativa machen Lösungen. Über beides habe ich schon im Abschnitt `[Lösungen](#_Lösungen)´ geschrieben. „Du bist prinzipiell durch Gott erlöst.“ Erlösung geht vor Lösung. Erlösung geht auch vor Selbsterlösung, denn Selbsterlösung birgt in sich auch Selbst-zerstörung und Fremdzerstörung.   
Schon ein Denken an Gott/ Jesus relativiert alle fremden Absolutheiten.  
Erlösung beginnt mit Freiheit, mit „Ich darf”. Sie wäre keine Erlösung, wenn sie mit einem Muss, mit einer Pflicht begönne. Das ist aber nur die Grundlage aller Lösungen. Der zweite Schritt wäre der Versuch, das Problem zu lösen. Dadurch aber, dass ich das Problem nicht lösen *muss*, wird die dadurch entstandene Gelassenheit zudem die Wahrscheinlichkeit, dass das Problem eher gelöst wird, noch erhöht!

##### a2 Identität und Andersartigkeit

Bezüglich der Identität unterscheide ich eine absolute Identität und viele relative Identitäten.[[834]](#footnote-833) Ich halte die Identität, die wir uns selbst geben, wie etwa die des „guten Menschen“ oder die unseres Berufs oder unseres Status nicht für die absolute Identität, sondern für attributive oder relative Identitäten.   
Aber wie gesagt: Wir brauchen eine unzerstörbare Identität. Diese kann keine irdische sein, denn alles Irdische ist zerstörbar. Die absolute bzw. stärkste Identität, ist die, so glaube ich, die Gott uns zuspricht, nämlich die der Gottesebenbildlichkeit, die auch dann nicht verloren geht, wenn wir den eigenen Vorstellungen unserer Identität nicht entsprechen.   
„Wenn Du Dich oder Deine Umgebung verfremdet erlebst, dann ist das nicht unnormal, denn wir alle leben in mehr oder weniger verfremdeten Wirklichkeiten (zweitrangige Wirklichkeiten). Du empfindest diese Verfremdungen nur besonders deutlich. Auch wenn Dich das quält, habe keine Angst: Dein eigentliches Selbst, das Du besitzt, aber vielleicht noch nicht gefunden hast, lässt Dich, wie die Liebe/ Gott, immer Du selbst sein, weil diese Dich um Deiner selbst willen lieben, was die fremden Kräfte (die fremden Absolutheiten) nicht tun. Auch ein geliebtes Kind verliert nicht seine Identität, auch wenn diese verändert oder verletzt wurde oder das Kind böse ist. Du hast eine unzerstörbare Identität. Du bist einzigartig und einmalig.“ Siehe auch [Identität, Selbst (a2)](#_Identität,_Selbst_(a2)).

##### a3 Wirklichkeit und Unwirklichkeit

„Habe keine Angst vor den zweitrangigen Wirklichkeiten. Diese sind nicht schlecht - die erstrangige Wirklichkeit aber ist besser und letztlich stärker. Bedenke: wir alle, auch die sogenannten Normalen, leben in diesen zweitrangigen Wirklichkeiten und leiden unter ihnen, wenn auch wahrscheinlich weniger als Du. Wenn Du die Welt, Deine Umgebung, Deine Mitmenschen aber besonders irreal, künstlich, glänzend oder tot, entgrenzt oder eingeengt empfindest und die Dinge und anderes Unbelebte so erlebst, als wären sie lebendig, als sprächen sie zu Dir - oder wenn Du Mitmenschen so erlebst, als wären sie Roboter, Marionetten, die den gleichen furchtbaren Kräften gehorchen, wie Du selbst;   
wenn die Zusammenhänge verloren gehen und anderes, was nicht zusammengehört, verschweißt wirkt[[835]](#footnote-834) - wenn Du das und anderes Schlimmes erfährst, dann habe keine Angst, sondern versuche zu vertrauen, dass die Liebe/ Gott, von denen die erstrangige erlösende Wirklichkeit kommt, auch in Dir stark wird, so dass auch Du gesund wirst. Die Liebe / Gott erlöst Dich prinzipiell, aber auf dieser Erde nicht total von den Nachteilen der zweitrangigen Wirklichkeiten.“

##### a4 Einheit und Vielfalt

Die Liebe/ Gott und die ihr entspringende erstrangige Wirklichkeit ist einheitlich und vielfältig zugleich. In den zweitrangigen Wirklichkeiten findet man statt Einheit häufig Kompressionen und anstatt Vielfalt Spaltungen.  
Liebe aber ist wie Gott unteilbar. Durch beide können Spaltungen, Fusionen und selbst Autismus wieder zur vielfältigen Einheit werden.  
„Wenn Du Dich gespalten, dissoziiert oder Dich in Dir gefangen und zusammengequetscht fühlst oder mit anderen Personen oder Objekten wie eins bist und keine Grenzen oder die Grenzen unüberwindlich spürst, habe keine Angst, denn Dein eigentliches Selbst ist eine unzerbrechliche vielfältige Einheit.“ „Gott wird die heilen, die zerbrochenen Herzens sind.“ (Ps. 717)

##### a5 Freiheit und Sicherheit

In der Liebe/ Gott ergänzen sich Sicherheit und Freiheit.[[836]](#footnote-835) Keines existiert auf Kosten des anderen. Ich unterscheide, wie erwähnt, eine absolute Freiheit, die auch alle irdischen Unfreiheiten mit umfasst, wie auch eine absolute Sicherheit, die alle irdischen Unsicherheiten mit umfasst.   
Ich glaube, die Liebe/ Gott geben diese absolute Freiheit und Sicherheit kostenlos, dem der will. Ein geliebtes Kind wird sich sicher und frei fühlen. Absolute Freiheit/ Sicherheit sind nicht identisch mit totaler Freiheit und totaler Sicherheit. Sie sind primär geistiger Natur, wirken sich aber auch stark im psychischen und körperlichen Bereich aus.  
  
 Freiheit und Verantwortung

Optimale Entlastung entsteht, wenn man nur von *einer* absoluten, individuellen `Verantwortung´ (absolute Grundeinstellung) und sonst nur von relativen Verantwortlichkeiten ausgeht. D.h. alle üblichen Verantwortungen werden uns überfordern, wenn sie absolut gesetzt werden wie etwa die „unaufhörliche Wahrheitssuche“ (S. Freud), die Individuationsanforderungen C. G. Jungs oder dogmatisch formulierte Verantwortungen eines missverstandenen Christentums oder anderer Religionen.  
(Beispiele findet man in der ungekürzten Version in der Meditation `Orientierung und Freiheit´.)

##### a6 Mitte und Rand

Wie bei der Besprechung der christlichen Religion schon erwähnt, ist diese sowohl theo- als auch anthropozentrisch, d.h. Gott hat den Menschen mit in seine Mitte bzw. in die Mitte der Welt/ des Kosmos genommen. Nach religiösem Verständnis hat der Mensch zwar durch die `Ursünde‘ diese Mitte (das Paradies) verlassen, ist jedoch durch Jesus Christus wieder dorthin zurückgekehrt (wenn er will). Wie geliebte Kinder können wir uns auch als Erwachsene immer in der Mitte fühlen, auch wenn wir an den Rand gedrängt wurden. Diese geistige Mitte verhindert, dass wir uns psychisch isoliert und ausgegrenzt fühlen. Diese Mitte ist kein Punkt, sondern ganz breit. Diese Lebensbreite, die auch alle negativen Bereiche mit umfasst, ist günstiger als der Versuch, einen bestimmten (weltlichen) Lebensmittelpunkt erreichen oder halten zu müssen. (Das schließt natürlich irdische Ziele nicht aus, macht den Menschen aber nicht abhängig davon.)  
„Gott ist auch im entferntesten (Gedanken-)Universum bei Dir, auch wenn Du glaubst, Dich und Deine Mitte schon verloren zu haben.“ Siehe auch Buch: Elyn R. Saks: „The center cannnot hold!“[[837]](#footnote-836)

##### a7 Geborgenheit und Autonomie

Geborgenheit geht vor Autonomie. Auch als Erwachsener kann man sich, wie ein geliebtes Kind, in der Liebe/ in Gott geborgen, frei und autonom fühlen. Auf die absolute Autonomie eines Menschen habe ich in Bezug auf die sogenannte [absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle) schon mehrfach hingewiesen. Sonst sind Autonomie und Geborgenheit, wie auch die anderen absoluten Dimension zwar prinzipiell, aber nicht total wichtig. Durch ihre Grundsätzlichkeit jedoch wirken sie auch in alle anderen Aspekte des menschlichen Lebens hinein.  
 Therapieziel Autonomie?

Autonomie ist nur dann ein Absolutes, wenn es sich um die Selbstbestimmung dem Absoluten gegenüber handelt. Nicht, wenn es um Selbstbestimmung im irdischen Bereich geht. Die größere Autonomie hat derjenige, der so frei ist, auch abhängig sein zu dürfen.

#### Bezüglich der Differenzierungen

###### Hauptaspekte

##### I. Sein

Geistiges Sein ist stärker und wichtiger als materielles Sein.   
Ähnlich: das Innere ist wichtiger als das Äußere.  
„Du darfst sein, wie auch immer das ist. Du hast eine unbedingte Daseinsberechtigung.“

##### II. Leben

Mottos: Erst leben, dann funktionieren.   
 Das himmlische Leben hat mehr Essenz als das irdische Leben.

„Du hast eine unbedingte Lebensberechtigung, auch wenn Du Dich böse, aggressiv, verrückt, irrational, paranoid, neurotisch, schweinisch oder sonstwie verhältst. Du solltest versuchen, möglichst wenig davon zu sein, aber wenn nicht, dann nicht. Wenn Du zu sehr dagegen kämpfst, rate ich Dir, übe absichtlich und spielerisch das, was Du Dir unbedingt verbietest, dann bist Du Herr darüber - d.h. negatives Verhalten muss Dich nicht knechten.“   
„Übe sowohl Funktionalität als auch Dysfunktionalität.“

##### III. Qualitäten

„Du bist wichtiger als alle irdischen Werte, wichtiger als alle Ideale."  
„Keiner ist mehr (aber auch nicht weniger) wert als Du.“   
„Du bist ein Ebenbild Gottes.“  
„So wie Du bist, bist Du gut genug. Gott liebt Dich auch, selbst wenn Du schlecht bist.   
Versuche Dich über den Zeitgeist zu erheben, der Dir einreden will, wir müssten uns optimieren."

##### IV. Subjekt/ Objekt und Zusammenhänge

Die Dinge sollten den Menschen dienen und nicht umgekehrt.   
„Du bist (als `Subjekt´) wichtiger als alle Objekte."  
Die Liebe / Gott verbindet ohne zu verschweißen und löst ohne abzuspalten.

##### Einzelaspekte Nr. 1-18

###### 1. Alles, Einzelnes und Nichts

Alles ist erlaubt, aber nicht alles ist gut. Alles wird einmal gut.  
Auch: „Ich habe nichts zu verlieren - ich bin frei!"

###### 2. Gott und die Welt (Transzendenz, Immanenz)

"Werde kein Sklave des Irdischen!" gemäß Genesis 1:28

Der Mensch und die Welt sind erlösungsbedürftig. Irdisches, Immanentes ist oft sehr gut - gute Transzendenz aber noch besser und geht viel weiter. Gott ist die stärkste lebendige personelle Kraft. Er ist allmächtig, der Mensch aber ist nur teilmächtig. Der Mensch ist klug, wenn er sich nicht nur auf sich selbst, sondern noch mehr auf Gott verlässt. Ich habe in meinem Leben keine stärkere und bessere „Kraft“ kennengelernt als Gott und glaube auch nicht, dass es Größeres und Liebevolleres gibt.  
„Wenn Du nicht mehr weiter weißt, kannst Du Dich an Gott oder Jesus wenden. Wenn Du nicht an ihn glaubst, kannst Du es ja einmal probieren. Im einfachsten Fall sagst/ denkst Du einfach: `Gott´ oder `Jesus´ und `ich will versuchen zu glauben, dass ich unbedingt geliebt und geborgen bin!´ So oder so ähnlich, je nachdem, wie Dir zumute ist.[[838]](#footnote-837) Nach meinen Erfahrungen ist es für uns am günstigsten, wenn wir uns von ihm beschenken und bestätigen lassen und nicht, wenn wir glauben, ihm Irgendetwas geben oder ein guter Mensch sein zu müssen - denn er hat uns zur Freiheit geboren und nicht, dass wir seine oder anderer Menschen Sklaven sind. Wenn Du Näheres über Gott/ Jesus wissen willst, kannst Du im Neuen Testament nachlesen, wie er ist und was er Dir rät.“

###### 3. Personen und Dinge

Menschen sind wichtiger als Dinge.

###### 4. Ich und Andere

`Liebe den Nächsten wie Dich selbst!´ - Aber werde nicht der Sklave eines anderen Sklaven.  
  
Einfaches Selbstsein geht vor Selbstwerdung oder Reifungen oder anderen Änderungen. Das Streben des Menschen, irgendwann er selbst zu werden, ist eine Illusion und überfordert ihn. Das Selbst ist ein Geschenk der Liebe/ Gottes, das jeder hat. Das stärkere Selbst ist auch nicht das, das nur stark, nur authentisch oder wahr sein muss, sondern das, das auch schwach oder ein fremdes Selbst sein darf, das sich nicht verliert, wenn es uneigentlich, nicht authentisch oder unwahr wird, sondern diese Anteile integrieren kann. Das Selbst geht dann nicht verloren, sondern integriert alle fremden Anteile, die so Auch-Selbsts werden. Goethe, C. G. Jung et al. sahen dagegen Individuation als oberstes Ziel.  
Alle Menschen sind gleich wert.   
„Liebe den Nächsten wie Dich selbst!“ ist eine Menschheitserkenntnis, die in allen Zeiten und von allen großen Religionen und Philosophen formuliert wurde. Als ethische Grundformel ist sie für den Humanismus die letzte Instanz - für einen Christen ist die letzte Instanz Gott und seine Liebe zu uns, die dadurch diese ethische Grundausrichtung nicht zum Dogma werden lässt. D.h. konkret: Selbst wenn ich den Anderen oder mich hasse, bleibe ich von Gott geliebt.  
„Wenn Du Dich verloren, absolut einsam, kalt, fremd, irreal, gequält, abgestumpft oder voller Angst oder voller Wut, ohne Sinn, ohne Wert, ohne Hoffnung, ganz anders als die scheinbar Normalen, verantwortlich und schuldig für Alles oder unter dem Diktat befehlender Stimmen fühlst, wenn Du mit letzten Kräften gegen etwas kämpfst, das Dich überrollen, Dir seinen Willen aufzwingen oder Dich zu etwas verführen will, was Du gleichzeitig willst und doch nicht willst, was Dich vielleicht innerlich zerreißt[[839]](#footnote-838) - was auch immer Dein Leid ist, versuche es auszuhalten, denn es wird eine Frage der Zeit sein, bis Dein eigentliches Ich, Du selbst, prinzipiell, wenn auch nicht total (denn mehr ist auf dieser Erde nicht drin), von ihnen befreit sein wirst, weil Dein Selbst, die Liebe, Gott, letztlich starker sind als diese Kräfte, die Dir das antun!“  
Aber auch: „Gott liebt Deine Mitmenschen genauso wie Dich.“

###### 5. Geist, Seele und Körper

Geist ist wichtiger und stärker als Materie - sowohl im positiven aber auch im negativen Sinn.  
Über die Zusammenhänge von Geist, Seele und Körper s. a.a.O.   
Der Geist einer unbedingten Liebe/ das +A, der Geist Gottes oder der Heilige Geist, wie man ihn auch nennt, ist m.E. die stärkste und beste Kraft in unserem Leben - soweit wir ihn zulassen. Gesundheit und Wohlbefinden hängen nicht nur von Gott ab. Aber freie, gute, geschenkte und nicht teuer erkaufte Gesundheit und Wohlbefinden sind am besten mit Gott erreichbar. Sie sind aber auch nicht unbedingt nötig, sie müssen nicht dauernd aufrechterhalten werden und ihr Verlust hat nur relative Bedeutung.

###### 6. Liebe und Sexualität

Liebe/ Gott sind die beste Basis für guten Sex.

###### 7. Heil und Wohlbefinden

Mottos: `Seelenfrieden ist wichtiger als ein Wohlbefinden´.  
 `Dein Schmerz heute ist Deine Freiheit von morgen´.  
   
„Mache das, was dir gut tut!“ ist ein häufig zu hörendes Motto in Therapien. I.d.R. versteht das der Betreffende so, dass mit dem `Guten´ Wohlbefinden gemeint ist. Wohlbefinden kann ich aber auch durch ein +fA (oder direkt durch eine Droge) erzeugen. [[840]](#footnote-839)   
„Du darfst alle Gefühle haben, die es gibt, insbesondere auch die `verrückten´ und `bösen´ wie Hass, Neid, Eifersucht, Rache usw. Kämpfe nicht dagegen an, versuche sie nicht zu unterdrücken - sie sind von relativer Bedeutung - zwar meistens relativ ungünstig und deshalb versuche, sie beiseite zu legen oder gib sie an Gott ab. Wenn nicht, dann nicht. Manchmal können sie aber auch eine positive Funktion haben, auch dann wäre es schade, wenn Du sie bekämpfst. Wenn Du negativ erlebte Gefühle zu sehr tabuisierst, rate ich Dir, übe sie absichtlich ein. Spiele probehalber die Rolle des Neidischen, Rachsüchtigen, Verrückten usw.“  
Warum gibt es Menschen, die scheinbar keine Gefühle haben, wie z.B. Autisten? Ich denke, sie tragen von Kindheit an das Verbot in sich, keine bösen oder irrationalen Gefühle und Gedanken haben zu dürfen.

###### 8. Absoluter und relativer Wille

„Berufe Dich auf Deinen `Primärwillen´(→ [Primärtugend](Primär-_und_Sekundärtugenden#_)).   
Es ist keine Todsünde, wenn Du, wie jeder Mensch, z.T. das Böse willst und tust.“  
(Siehe auch `[absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle)´).

###### 9. Sein und Haben

Haben ist gut, Sein ist besser. Günstiger als Habsucht ist Bescheidenheit. Aber Habsucht ist keine Todsünde. Gott ist der Einzige, der keinen Preis für sein Tun fordert - im Gegensatz zu allen Ideologien und den meisten Weltanschauungen.  
Himmlisches zu nehmen ist wichtiger als Irdisches zu geben.  
„Du bist immer mehr als Du besitzt oder erreicht hast.“  
(Siehe auch: Erich Fromm: „Haben oder Sein“).

###### 10. Stärke und Schwäche

Mottos: `Ich-Stärke ist gut, Selbst-Stärke noch besser!´. Oder: `Selbst-Stärke ist wichtiger als Ich-Stärke.´  
„Versuche stark zu sein - Du kannst aber auch schwach sein, denn das Wichtigste läuft von selbst. Lass´ Gott (oder andere) machen, was Du selber nicht schaffst.“  
Siehe auch Abschnitt: `[Selbst-Stärke und Ich-Stärke](#_Selbst-Stärke_und_Ich-Stärke)´.

###### 11. Ordnung und Notwendigkeit

Man sagt: Der Weg zur Hölle sei mit guten Vorsätzen gepflastert.   
Mehr noch: Der Weg zur Hölle ist v.a. mit vielen Muss gepflastert.  
Günstig deshalb ist: kein Muss, kein Zwang - aber auch das Günstige muss nicht sein.

###### 12. „Primärtugend“ und Moral

Moral ist gut, aber anstrengend - die →`[Primärtugend](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Primär-_und_Sekundärtugenden#_)´ ist wichtiger und leichter.  
Zur Schuldfrage siehe Aspekt 22 unten.

###### 13. Freiheit und Kontrolle

Wir sind zur Freiheit geboren. Kontrolle und Disziplin sind gut, Freiheit aber ist besser.  
Du darfst sein, wie auch immer das ist!   
(Siehe ggf. Meditation: `Orientierung und Freiheit´ in ungekürzter Fassung).

###### 14. Neues und Altes

Unter diesem Aspekt bespreche ich als wichtiges Symptom der Schizophrenie die **Halluzinationen** als neue, fremde `Kreationen´.  
Die Hypothese bezüglich ihrer Genese lautete: Inversionen in allen Aspekten können Halluzinationen fördern oder hervorrufen, insbesondere aber Inversionen im Aspekt 14 selbst („Hauptstoßrichtung“).   
Im Umkehrschluss, so lautet die Hypothese, müssen alle Revisionen, die letztlich alle das eigentliche Selbst stärken, gegen Halluzinationen helfen, insbesondere solche, die man dem Aspekt 14 zuordnen kann, wie „Du bist ein einzigartiges Geschöpf - die sog. normale Realität ist untergeordnet.“ Oder: „Alles was von Dir stammt, alle Deine `Kreationen´ dürfen sein, selbst wenn sie schlecht sind.“   
Außerdem können auch andere Interventionen oder Meditationen sinnvoll sein, weil auch andere Aspekte (v.a. Asp. 3 und 4) eine große Rolle spielen. Bewährt hat sich für mich in diesen Fällen, den Inhalt und die mögliche Herkunft der akustischen Halluzinationen gemeinsam mit dem Patienten zu reflektieren. Etwa der Frage nachzugehen, von welchen Personen könnten solche Stimmen stammen? Welche Bedeutung haben diese Personen für den Betroffenen? Welche Funktionen könnten die Halluzinationen haben?   
Sehr fruchtbar ist nach meinen Erfahrungen, wenn der Betroffene die Stimmen, die er hört, nicht unterdrückt oder gar bekämpft, sondern, zunächst im Beisein des Therapeuten, sich mit diesen Stimmen „unterhält“. Dabei rate ich, den Stimmen „ein Stück weit“ Recht zu geben, um eine Auseinandersetzung oder einen Kampf mit ihnen zu vermeiden und der Tatsache Rechnung zu tragen, dass diese Stimmen teilweise positive Funktionen haben, dass an ihnen meist „etwas dran ist“. Dadurch kommt der Betroffenen nicht mit sich selbst in Widerspruch, denn die ursprünglich meist äußeren Ursachen für die Halluzinationen sind irgendwann eigene Fremd-Ichs geworden, die zu ihm sprechen.   
Im nächsten Schritt jedoch, nachdem man den Stimmen teilweise Recht gegeben hat und sie dadurch ins Leere laufen ließ, rate ich, die eigene, dem eigentlichen Selbst entsprechende Position darzustellen. Etwa nach dem Motto: „Du, Stimme, hast hier nicht ganz unrecht und irgendwie verstehe ich dich schon - ich sehe das aber doch (jetzt) im Wesentlichen anders und zwar so und so usw.“[[841]](#footnote-840) Beschimpft die Stimme den Betroffenen, was häufig der Fall ist, sagt sie beispielsweise etwas wie: „Du bist ein Schwein!“ so wäre die optimale Entgegnung nicht: „Ich bin nie ein Schwein!“ o.ä. Die stärkste Entgegnung wäre die der Liebe/ Gottes, die etwa sagt: „Du darfst ein Schwein oder sonstwie sein, Du kannst sein, wie auch immer das ist, immer bleibst Du unbedingt geliebt und mein Ebenbild - und alles andere ist weniger wichtig!“

###### 15. Lassen und Tun

Nach meinen Erfahrungen sind die meisten psychisch Kranken funktional festgelegt - d.h. sie funktionieren im Sinne eines fremden Absoluten bzw. dessen „Systems“. Das Leben kommt so zu kurz. Wie viele Menschen stellen fest: „Ich funktioniere nur noch!“ -können das aber nicht ändern, weil das nur sehr langsam geht (weil sich das von der Kindheit an so eingefleischt hat.) „Kämpfe nicht dagegen, versuche es zunächst zu akzeptieren und dann, wenn möglich, locker beiseite zu schieben und Lieben und insbesondere Geliebt-Sein einzuüben - vor allem dann, wenn Du glaubst, Du hast es nicht verdient.“  
„Erst sein, - dann leisten“ ist keine schlechte Devise. Oder: „Den Seinen gibt’s der Herr im Schlaf!“ - zumindest das Wichtigste. Oder, nach Augustinus: „Liebe - und tue, was Du willst!“  
„Viele glauben, sie müssten unbedingt Gutes tun. Schön, wenn Du das kannst und die Kraft dazu hast. Aber es ist auch normal, Böses oder nichts zu tun und manchmal aggressiv zur sein. Wenn Du Dir das verbietest, kannst Du es ja spielerisch üben. Du kannst ja Deine Umgebung ggf. darüber informieren, dass Du das negative Verhalten üben sollst - auch zu ihrem Nutzen, denn so staut sich keine Aggressivität an. Außerdem kannst Du Dich ja hinterher entschuldigen. Oder Du lässt Dir Deine `Sünden´ einfach von Gott vergeben.“

###### 16. Vertrauen und Wissen

Verstand und Wissen sind gut, Vertrauen auf Gott noch besser.  
Rationalität ohne Irrationalität wird steril - also „unterdrücke Deine Irrationalität und Dein Nichtwissen nicht. Sowohl Gott als auch Dein Nichtwissen werden Dich davor schützen, von zu vielen Informationen überflutet zu werden, denn alle irdischen Informationen haben nur eine relative Bedeutung.“  
Siehe auch `[Glaube und Wissen](#_Glaube_und_Wissen)´.

###### 17. Offenheit und Verschlossenheit

„Versuche, offen zu sein - Du kannst aber auch `zu´ sein und Dich verstecken.“  
„Ihr seid das Licht der Welt!“und „Stellt euer Licht nicht unter den Scheffel!“, sagt Jesus.   
Aber wir dürfen ebenso im Dunkeln sitzen bleiben, uns verstecken und verraten - ohne unser Selbst zu verlieren.

###### 18. Werte

Unter diesem Aspekt habe ich als wichtiges Symptom der Schizophrenie den **Wahn** vor allem als Ergebnis von Urteil- und Denkstörungen genannt. Diese wiederum, so die Hypothese, können aufgrund von Inversionen in jedem Aspekt entstanden sein, hauptsächlich aber durch Inversionen im Aspekt 18 `Werte und Bedeutungen´ - wie ich das in dem entsprechenden Abschnitt der Wahnentstehung im Teil `Metapsychiatrie´ dargestellt habe.   
Analog dazu steht eine Revision dieser Inversion in diesem Aspekt 18 im Vordergrund - andererseits werden sich, quasi wie eine therapeutische Streuung, Revisionen auch in allen anderen invertierten Aspekten therapeutisch günstig auswirken, so insbesondere der Selbstwert des Betroffenen, der durch entsprechende Meditationen gestärkt werden kann. Z.B. „Das Wichtigste hast Du/ bist Du schon (Dein Selbst, die Liebe Gottes, sein Ebenbild) - alles andere ist weniger wichtig.“ Wie gesagt, gilt das auch für alle anderen Aspekte. D.h. alle Meditationen oder Einstellungsänderungen, die das eigentliche Selbst der Person bestätigen, werden sich therapeutisch günstig auswirken. Sie alle finden ihren gemeinsamen Nenner in einer unbedingten Liebe zum Betroffenen, bzw. dem +A oder den Zusagen Gottes - wie man es nennen will. Ich glaube, um es verkürzt zu sagen: Nichts ist so wirksam gegen Wahn, wie auch gegen alle anderen schizophrene Symptome, wie diese unbedingte Liebe.  
 Eine Frage taucht in der Therapie häufig auf: Soll man die Wahngedanken des Patienten direkt korrigieren?   
Nach meinen Erfahrungen ist es das Beste, die subjektive Wahrheit, die die Wahngedanken für den Patienten haben, als solche anzuerkennen und weiter, zu versuchen, auch deren positive Funktion darzustellen (etwa als Abwehrmechanismus) und, je nach Stabilität des Betroffenen, diesem Mut zu machen, diese Schutzfunktion zu lockern oder aufzugeben und dem eigentlichen Selbst/ Gott zu vertrauen. Gleichzeitig weise ich darauf hin, dass es bei größerer Belastung sinnvoll sein kann, absichtlich wieder auf die alten Abwehrmechanismen (wie auch auf Antipsychotika) zurückzugreifen. Das setzt natürlich eine intensive Auseinandersetzung mit den Inhalten und Hintergründen der Wahngedanken voraus.  
Bezüglich des Denkens: „Du darfst alle Gedanken haben, auch die bösen und verrückten - Tötungsgedanken, Rachegedanken, sadistische, masochistische, sodomitische - Du darfst Gott in Gedanken oder laut verfluchen (er hält das schon aus) oder Deine Mitmenschen verfluchen, auch wenn sie es nicht aushalten. Versuche diese oder ähnliche Gedanken und damit auch Dich in Deiner Gesamtheit zu akzeptieren. Versuche sie aber auch nicht ins Kraut schießen zu lassen, denn sie haben meist eine negative Wirkung, werden aber noch negativer, wenn Du sie tabuisierst. Ja sie können manchmal auch ganz wichtig sein und eine positive Funktion haben, dann wäre es schade, wenn Du sie unterdrückst.“ Wie auch immer: „Du darfst sein, wie auch immer Du bist und Du darfst denken, was auch immer Du denkst. Versuche damit klug umzugehen (aber Du musst auch nicht klug sein.) Übe ggf. die bösen, verrückten Gedanken aktiv, indem Du sie absichtlich denkst, wenn Du dazu neigst, sie zu tabuisieren.“

##### 19. Vergangenheit

Ich glaube, die meisten Menschen, die einmal an einer Psychose erkrankten, sind von Geburt an oder pränatal durch bestimmte fremde Absolutheiten belastet. Sie leben mit dem Gefühl, nur unter Vorbedingungen sein zu dürfen. Erfüllen sie diese Vorbedingungen, sind sie relativ stabil, wenn auch immer gefährdet. Das trifft mehr oder weniger auf uns alle zu, auf manche aber besonders. Eine Psychose tritt m.E. dann ein, wenn jemand bestimmte fremde Absolutheiten nicht mehr erfüllen kann oder nicht mehr will! Wir regredieren dann und kehren zu einem Punkt in der Kindheit zurück, an dem wir durch bestimmte fA überfordert wurden. Wir sind dann hilflos, ohnmächtig und ausgeliefert wie ein Embryo oder Kind.[[842]](#footnote-841) Wir sind das dann auch als Erwachsene, selbst wenn wir in anderen Lebensbereichen durchaus erwachsen und reif sind. Die damals etablierten fAs kommen nun mit ihren Kehrseiten zum Zug. Um deren Forderungen nicht durch die `Notlösung Krankheit´ abzuschwächen, sollten sie relativiert werden. Wie sollte das geschehen? „Einfach“ dadurch, dass wir, durch das +A geschützt, die Position einzunehmen wagen, die wir in der Kindheit nicht einnehmen durften. Wenn wir also wagen würden, wie ein Kind Gottes ihm zu vertrauen und wie in „Abrahams Schoß“ geborgen zu fühlen und nichts, aber auch gar nichts vorweisen zu müssen, um eine Lebensberechtigung zu haben, dann wären die wichtigsten fAs entmachtet und wir wären prinzipiell (aber nicht total - was hier nicht möglich ist) heil und frei - und besäßen die beste Grundlage, um geheilt zu werden. Wir hätten dann auch die Erfahrung, dass uns trotz dieser hilflosen, ausgelieferten Situation nichts passiert und wir wären wie neugeboren. Nicht wenige Psychiater haben ähnlich gedacht und erfolgreich gehandelt: S. Freud in gewisser Weise und A. Janov auf seine besondere Art („Urschreitherapie“). „Große Erfolge wiesen [auch andere] Therapeuten auf, die auf die Regression ihrer schizophrenen Klienten eingingen und diese wie Säuglinge und Kinder nährten, wie zum Beispiel John Rosen, Marguerite Sechehaye und Jacqui Lee Schiff. Während Rosen und Schiff ihre Patienten mit der Flasche fütterten, befriedigte Sechehaye deren Bedürfnisse auf symbolischer Ebene.“[[843]](#footnote-842)  
Alle waren sich darin einig, von ihren Patienten nicht irgendwelche Vorbedingungen und Leistungen zu fordern und ihnen in Form eines „Hilfs-Ichs“ o. ä. Geborgenheit und Anerkennung zu vermitteln. Dieser Weg hört sich leichter an, als er ist, denn es bedeutet für den Betroffenen ein großes Risiko, sich wie ein Säugling oder Kleinkind wieder Jemandem anzuvertrauen, der vielleicht wie früher, wieder nicht die Urbedürfnisse befriedigt und so das alte Leid wiederholt. Aber auch für Therapeuten wird ein gemeinsamer Weg mit dem Patienten nicht einfach, denn auch sie sind, wie jeder von uns, in manchen fAs befangen. Umso günstiger, glaube ich, ist es für alle, das +A/ die Liebe/ Gott mit ins Spiel zu bringen, um sich nicht zu überfordern oder keine symbiotische Beziehung entstehen zu lassen, denn +A ist das Selbstverständliche und Unabhängige, das von selbst läuft und Verschmelzungen verhindert. (S.a. die Geschichte „[Das Kind in uns](#_Das_Kind_in)“).

##### 20. Gegenwart

Die Gegenwart ist gut - die Ewigkeit besser.  
Man rät: „Carpe diem!“ (nutzte den Tag) - ich glaube aber, dass der Tag, die Gegenwart nur ein Attribut der Ewigkeit ist und diese insofern das Wichtigste ist. Also kann man den Tag auch mal verschlafen. Manche sagen: „Der Weg ist das Ziel." Doch: „Wer vom Ziel nichts weiß, kann den Weg nicht haben." (Chr. Morgenstern).  
(Siehe auch `[Der Weg ist das Ziel](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Der_Weg_ist#_)´.)

###### 21. Zukunft

„Versuche, an Dich und die Welt keine fixierten Erwartungen aber Wünsche zu haben.“  
Die irdische Zukunft kann gut sein - die beste Zukunft ist im Himmel.  
Wir sind schon in das Buch des ewigen Lebens in unserer ganzen erstrangigen EInzigartigkeit eingeschrieben und dort versiegelt. Wir brauchen deshalb keine existenzielle Angst mehr zu haben. Es geht vorbei! (Gemeint ist das `Es‘ im Sinne dieser Arbeit.) „Erhebet eure Häupter, weil sich eure Erlösung naht!“|

##### 22. Richtiges und Falsches

`Und Gott sprach: Siehe, der Mensch ist geworden wie unsereiner und weiß,  
was gut und böse ist.´ (nach 1.Mose 3,22)   
  
  
   
  
„Das Unsühnbare nagt mit blindem Wüten  
An unsrer Seele schwachem Fundament …  
Erstickt man je die alte bange Gewissensqual,  
Die in uns lebt und klammernd uns umschlingt (…)  
Sag´s schöne Zauberin, o sag´s, wenn du es weißt!“[[844]](#footnote-843)

Zur Lösung der Schuldfrage:  
Bleibende Schuldgefühle fördern nach meinen Erfahrungen erheblich die Entstehung psychischer Krankheiten, vor allem von Psychosen. Betroffen sind vor allem verantwortungs-bewusste und perfektionistische Menschen. „Weil ich dies oder das falsch gemacht habe, muss ich bestraft werden - sonst findet meine Seele keine Ruhe.“ Nicht ein gnädiger Gott, sondern unsere Über-Ichs fordern diese Selbstbestrafung. Diese Quälereien sind oft geschildert worden, besonders eindrücklich von Franz Kafka in „Der Prozess" oder   
Charles Baudelaire in `Das Unsühnbare´:

In der Psychotherapie besteht die Tendenz, Schuld zu verleugnen oder die Schuldfrage auszuklammern. Man erörtert nur Schuldgefühle (die beseitigt werden sollen), aber keine Schuld.[[845]](#footnote-844) Oder: „Bei den meisten Patienten liegt die Überzeugung vor, selbst schuld an der Erkrankung zu sein. Hier ist es notwendig ... diese falschen Schuldüberzeugungen zu überwinden und stattdessen zu lernen, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Und dies ist ein sehr großer Unterschied, denn dies führt den Patienten ins Handeln und in eine Gestaltung seiner Gegenwart und Zukunft, anstatt im Grübeln über die Schuld zu verharren.“[[846]](#footnote-845)  
Sicher sollte man Schuldvorwürfe vermeiden. Andererseits sehe ich weder im Ignorieren von Schuld noch in der Übernahme von Verantwortung *die* Lösung, um Schuldfragen zu umgehen. Warum sollte ich meine Schuld, meine Fehler, meine Schattenseiten tabuisieren? Warum sollte man sich nicht einfach entschuldigen, wenn es stimmt? Außerdem könnte man sich von Jesus entschulden lassen.[[847]](#footnote-846) Muss man nicht, ist aber leichter. Aber man hat sich von Jesus weitgehend verabschiedet. Die Kirche ist daran selbst nicht unschuldig. Man denke an den Missbrauch der Beichte in früheren Zeiten, in denen diese ein Muss war. Dazu Scharfenberg: „Eine christliche Theologie und kirchliche Praxis … die Schuldgefühle erst wecken und pflegen muss, um sie dann mit dem Wort der Vergebung wieder zu lösen, pervertiert zum reinen Selbstzweck einer lebensfeindlichen Ideologie.“[[848]](#footnote-847) Ähnlich H. Wahl: „Die Dialektik des ewigen Konflikts, der Entzweiung des Menschen mit sich und Gott und der wiedergefundenen Einheit und Versöhnung mit Gott und Welt in Christus, zwischen `Vorletztem´ und `Letztem´ weist auch dem Phänomen des Ethischen und damit der Ethik ihren Ort und Stellenwert im Ganzen der Wirklichkeit zu: als Wissen um Gut und Böse gehört alle Ethik zur Struktur des Vorletzten ... Dieser Freiraum, in dem statt masochistischer Selbstzerquälung nach dem Mechanismus von `Schuld und Sühne´ menschliche Selbstannahme (Tillich), Glück, Phantasie und Leidensfähigkeit (Sölle), freier Ich-Gehorsam und ein freier Umgang mit den Trieben (Mitscherlich) zur Identität des Glauben gehören, impliziert die Aufhebung des `Schuld-Prinzips´, jedoch gerade nicht die Bestreitung wirklicher Schulderfahrung, die ein differenziert strukturierteres, `starkes´ Ich voraussetzt; vielmehr zielt diese Befreiung auf die Befähigung und Bereitschaft zu verantwortlicher Schuldübernahme (Bonhoeffer; Ricoeur) [`und Schuldabgabe´ sollte man m.E. noch hinzufügen] - statt `illusionärer Schuldbewältigung´ vor einem fremden Gesetz - bzw. Über-Ich-Gott.“[[849]](#footnote-848)  
Viele Menschen sehen im Evangelium nur eine moralische Lehre. Aber man wünscht, wie der oben zitierte Blogger oder wie H. Thielicke ausführt „`jenseits von Gut und Böse´, in medizinischer `Sachlichkeit´ behandelt zu werden. Man möchte befreit sein von Schuldgefühl und Verfolgungswahn; man möchte so etwas haben wie der Christ, der um `Vergebung´ und um `Frieden´ weiß ... Man möchte ... ein Ausreden des Schuldgefühls.“[[850]](#footnote-849) „Durch verschiedene Analysen wird der unbewusste Hintergrund der Schuld erhellt. Dieses selbst wird dem Patienten als das Produkt (sagen wir ruhig: als das kausal ableitbare Produkt) verschiedener Kindheitstraumata oder ähnlicher Ursachen dargestellt und damit Sphäre der Freiheit entzogen, in der alle echte Schuld und alles echte Schuldwissen gründen. Es ist das Ergebnis eines Prozesses, zu dem der Patient sich rein als Objekt verhält … Indem aber meine Taten, mein Gewissen, mein Fühlen, überhaupt meine ganze subjektive Existenz als Produkte überpersönlicher und von meiner Verantwortlichkeit gelöster Zusammenhänge aufgefasst werden, wird meine Freiheit geleugnet und damit auch der echte Schuldcharakter[[851]](#footnote-850) meiner Depressionshintergründe bestritten.“[[852]](#footnote-851)   
Kurz gesagt: Man behandelt den Patienten dann wie ein unschuldigen Objekt und nicht wie einen normalen Menschen, der manchmal auch schuldig wird. Und das wird auch die Therapie schwächen. Wie gesagt: Schuld ist nicht das Letzte. Wer sie dazu macht, der sei noch einmal an Luthers Satz erinnert: „Sündige tapfer und umso tapferer glaube an die Vergebung Gottes.“   
Oder: „Du musst dich nicht selbst rechtfertigen - Du bist schon gerechtfertigt!“[[853]](#footnote-852)  
(Siehe auch `[Keine Angst vor `Todsünden](#_Keine_Angst_vor)´.)

##### 23. Schutz und Abwehr

„Versuche zu vertrauen: Dein Selbst ist unzerstörbar! Was zerstörbar ist, sind unsere Fremd-Selbsts. Aber unsere Fremd-Selbsts sind nicht nur schlecht, sie schützen uns auch, wie schwere Panzer. Im Notfall sind sie gut, i.d.R. aber zu schwer und zu teuer. Versuche, nicht gegen Deine Feinde zu kämpfen, sondern sie zu lassen, vielleicht sogar zu `lieben´ (nicht, was sie tun!), dann wird es Dir leichter fallen, auch Deine eigenen inneren Feinde zuzulassen oder gar zu lieben. Das ist kein Muss! Du kannst auch Deine Feinde hassen, im Notfall ist das sogar günstig, i.d.R. aber ist es zu kraftraubend und abhängig machend. Wir verteidigen oft unsere Fremd-Selbsts, weil wir sie für unser Selbst halten und kämpfen gegen unser Selbst, weil wir es für das Fremde halten. **Aber wir müssen auch unser Selbst nicht verteidigen. Es verteidigt sich selbst. Stärker: Gott verteidigt es.**Es reicht, wenn Du Dein Ich verteidigst. Wenn Du dafür keine Kraft hast, habe keine Angst, Gott schützt dennoch das Wichtigste, Dein Selbst. Gott wird Dich auch rächen. Deine Täter werden von ihm gerecht behandelt werden, d.h. bereuen sie, wird er ihnen verzeihen, wenn nicht, dann haben sie sich selbst gerichtet. `Mein ist die Rache´ sagt Gott, aber sein ist auch die Gnade. Du musst Dir dieses anstrengende Richteramt nicht ans Bein binden - Er macht das schon.“

Fiktiver Brief an einen schizophrenen Menschen

„Glaube mir: Nichts kann den eigentlichen Grund Deiner Person zerreißen, Dein eigentliches Selbst, denn das ist, da es in Gott ruht (auch wenn Du nicht an Gott glaubst), unzerstörbar. Was zerbrechen kann, ist ein fremdes Selbst, die fremde Mitte, das fremde Absolute in Deiner Seele - das, was Du vielleicht für Dein Selbst hältst, was es aber nicht ist. Diesem fremden Absoluten keine absolute Bedeutung mehr zu geben, kann wie ein harter Drogenentzug sein, weil wir nach den fremden Absolutheiten süchtig geworden sind. Das wird viel Durchhaltevermögen von Dir fordern. Aber Du hast Zeit. Wenn das fremde Selbst in Dir stirbt, dann kann das eine schreckliche Erfahrung sein, weil Du es für Dein eigenes Selbst hältst. Aber glaube mir, unter dem fremden Selbst ist noch ein anderes unzerstörbares Selbst, das Du nicht siehst oder noch nicht erlebt hast. Unter Deiner Krankheit ruht die eigentliche Gesundheit - keineswegs dauerndes Wohlbefinden.  
Woran erkennt man das fremde Selbst? Vor allem daran, dass es etwas unbedingt von Dir fordert, bevor Du Du selbst sein darfst.  
Woran erkennst Du das eigentliche Selbst (Gott)? Daran, dass in Dir etwas ist, das Dich um Deiner selbst willen liebt - also ohne Vorbedingungen, ohne Forderungen (nur mit Orientierungen.)   
Versuche zu glauben, dass Du um Deiner selbst willen geliebt wirst, so sein darfst, wie auch immer Du bist!  
Glaube mir, der Geist Gottes, den man auch den Heiligen Geist nennt, wird Dich immer lieben und begleiten. Gott wird alle Schuld von Dir nehmen, Du wirst wie neugeboren sein und immer leben.“

by T. Oettinger, 2003/ 2020

#### Erfolge einer `Primären Psychotherapie´

Bezüglich der Erfolge von Psychotherapien, die Religiosität oder Spiritualität mit bedenken, gibt es wenig deutschsprachige Literatur. Außerdem sind die Unterschiede zwischen den verschiedenen Religionen und `Spiritualitäten´ teilweise immens groß, so dass es schwierig sein wird, pauschale Aussagen über deren Erfolge zu machen. Soweit ich weiß haben jedoch die anonymen Selbsthilfegruppen, deren Konzepte dem meinen sehr ähneln, sehr gute Erfolge. Und wenn selbst S. Freud die Vorzüge `religiöser Gläubigkeit´ gegenüber der Psychoanalyse pries, [[854]](#footnote-853) sollte das jedem betroffenen Laien Mut machen, eine solche Gläubigkeit zu nützen.   
In der anglo-amerikanischen Literatur finden sich viele Berichte auch über Heilungen, denen vergleichbare Erfahrungen zugrunde liegen. (Siehe auch zur `[Heilbarkeit](#_Heilbarkeit)´ der Schizophrenie.)  
Ich habe die Erfahrung gemacht, dass unter Einbeziehung dessen, das ich das positive Absolute (die Liebe/ Gott) genannt habe und das im Mittelpunkt dieser `primären Psychotherapie´ steht, auch die schweren psychischen Erkrankungen, wie es v.a. die Psychosen sind, gute Chancen auf Heilung haben. Ich hoffe, gezeigt zu haben, dass eine Theorie und Praxis, die am meisten Liebe vermittelt, auch die wirksamste ist. Wenn ich diese größte Liebe in Gott/ Jesus finde, ist das meine (aber auch anderer Menschen) persönliche Erfahrung, die jedoch weniger auf religiösen Formeln als auf entsprechenden Inhalten beruht, wie sie auch mehr oder weniger in allen guten Psychotherapien zu finden sind.

#### 20 kurze Geschichten

• Erlösung  
• Die Nabelschnur-Geschichte  
• Das Kind in uns  
• Neurotische Argumentationen und-Lösungen  
• Mir ist nicht zu helfen - ich mache alles falsch.  
• Sadomasochismus  
• Wie komme ich von der Wippe?  
• Geschichte vom Absturz   
• Die „Brötchengeschichte“  
• Die Geschichte von der großen Falle  
• Die plus 30 oder minus 7o Prozent  
• Die Geschichte vom falschen Koffer  
• Die Geschichte vom fehlenden Dank  
• Schiene oder Schotter  
• Die Fallgrube  
• Die Geschichte von der gegensätzlichen Deutung  
• Die Geschichte von der Ursünde  
• Die Geschichte von den Prostituierten  
• Die Geschichte von einem großen und vielen kleinen Knoten  
• Eine Geschichte zwischen mir und meiner Frau

###### Erlösung

Vor einigen Jahren besuchte ich mit meiner Frau die Ordensgemeinschaft Taizé in Frankreich, weil ich mich in einer persönlichen Krise befand. Damals lebte der Prior Frère Roger noch. In den Sommermonaten treffen sich in Taizé meist Tausende Jugendliche aus vielen Ländern, um gemeinsam fröhlich zu sein, zu singen und zu beten. Mir aber war nicht danach, fröhlich zu sein. Ich war depressiv, ängstlich und voller Selbstzweifel.   
In meiner Not bat ich einen der Ordensbrüder, mich zu segnen, obwohl mir das ungewohnt war. Der Bruder fragte mich nur nach meinem Namen, nach nichts weiter. Ich nannte ihm meinen Namen. Dann geschah etwas Wunderbares: Er drückte mir kräftig ein Kreuzes-zeichen auf meine Stirn, das ich wie einen Siegel empfand, und sagte: „**Gott wird dich immer lieben!**“ Das durchfuhr mich wie ein Blitz. Ich musste weinen - es waren befreiende Tränen - ich fühlte mich erlöst.  
Der Segen befreite und erhob mich, weil er so vorbedingungslos war -er ließ es aber auch nicht zu, dass ich mich überhöhte. Ich bin sicher, ob nach mir der Präsident der Vereinigten Staaten oder ein Penner den Segen haben wollte - egal, sie bekamen den gleichen.

###### Die Nabelschnur-Geschichte

Menschen, die seelisch voneinander abhängig sind, sind wie durch Nabelschnüre miteinander verbunden.   
Das betrifft oft mehrere Menschen zugleich. So auch verschiedene Generationen. Selbst, wenn Eltern oder Großeltern nicht mehr leben, so können wir doch psychisch von ihnen abhängig sein. Solange man das Abhängigmachende noch hat, passiert ja nicht viel, denkt man. Wir übersehen jedoch dabei, wie sehr wir uns dafür aufopfern müssen und letztlich zu kurz kommen und unsere Ängste und Krankheiten mit dieser Situation zu tun haben.  
Was kann man tun? Zunächst empfehle ich zwei Übungen:  
1. Die Betreffenden sollten „**Trennungsübungen**“ machen: Selbständigkeit an den Stellen üben, wo man abhängig ist (etwa alleine Auto fahren, einkaufen, Besuche machen, verreisen, eigene Meinung sagen, eigene Wünsche deutlich machen und nicht zuerst nach den vermeintlichen Wünschen des anderen sich richten usw.) Ich rate, wenigstens einmal in der Partnerschaft  
- ein fiktives Trennungsgespräch zu führen. Etwa: Was ist, wenn wir durch Schicksal oder Scheidung auseinander gehen? (Das Gespräch sollte bis in die Details hinein geführt werden, sonst hat es wenig Sinn!)  
- ab und zu ein Gespräch mit vertauschten Rollen zu führen. Ich bin Du und Du bist ich - und was haben wir uns dann zu sagen!  
2. Ebenso ist es sinnvoll, wenn voneinander abhängige Partner **Annäherungsübungen** machen, denn voneinander Abhängige können sich weder richtig voneinander trennen, noch sich weit genug annähern.   
In beiden Fällen müssen sie um ihre seelische Stabilität fürchten. Bei völliger Trennung fürchten sie den Verlust eines ihnen unbedingt wichtig erscheinenden Absoluten, im Falle einer intensiveren Annäherung müssen sie fürchten, dass sie sich im Anderen verlieren bzw. von ihm „aufgesaugt“ werden.   
Da sie, anders gesagt, bei Trennung, den Verlust des anderen und bei großer Nähe ihren eigenen Verlust fürchten, bleiben die Partner in einer fixierten Mittel- oder Pattstellung stehen. Der Spielraum, den sie noch haben, wird vom Grad ihrer Abhängigkeiten bestimmt.  
Ein Ansatzpunkt für eine tiefere Lösung besteht in einer **Revision der Ansicht, was Liebe ist.** (Eventuell auch, was Gott ist.)  
Ein großes Feld! Die wichtigsten Missverständnisse, die es hier gibt, sind, kurz gesagt: mangelnde Selbstliebe, falsche Rücksichtnahme, die Meinung, es sich und dem Anderen beweisen zu müssen, festgefahrene Prinzipien und Ideologien, falsche Gottesvorstellungen usw.[[855]](#footnote-854) (Zur falschen Rücksichtnahme in Beziehungen siehe auch die `Brötchengeschichte´.)

###### Das Kind in uns

Die Abbildung zeigt hier ein Kind, das im Alter von drei Jahren in seiner Entwicklung blockiert wurde.[[856]](#footnote-855) Wenn diese Blockierung nicht aufgehoben wurde, wird das blockierte Kind noch in uns sein, auch wenn wir 25, 35, 40 Jahre oder älter geworden sind.

(Abb. 82)  
Therapie: Das kleine Kind akzeptieren, an der Hand nehmen und sehr geduldig versuchen, mit ihm nach vorne zu gehen, wenn es kann, sonst noch nicht.  
  
  
Wir Menschen erscheinen nach außen als *eine* Person. In unserem Inneren aber haben wir viele, z.T. widersprüchliche Bereiche. In diesen Bereichen sind wir unterschiedlich `weit´: unterschiedlich sicher, unterschiedlich informiert, kongruent, reif usw. Wir können auf manchen Gebieten sehr viel Erfahrung und Kompetenz haben und dort viel `weiter´ als Menschen gleichen Alters sein. Auf anderen Ebenen aber kann es völlig anders aussehen: Dort sind wir ängstlich, unsicher, hilflos wie kleine Kinder - vielleicht sogar wie ein Neugeborenes. Während man nach außen hin das Bild eines Erwachsenen abgibt, besteht in Wahrheit ein anderes, viel breiter gefächertes Bild, das, wie gesagt, vom Neugeborenen bis zum weisen Greis reichen kann. Äußeres Erscheinungsbild und innere Zustände stehen oft im extremen Widerspruch. Die reiferen, erwachseneren Anteile sind uns willkommen - die hilflos-kindlichen oder bösen nicht. Sie sind meist in Kindheit dadurch entstanden, dass wir in bestimmten seelischen Entwicklungsstadien blockiert wurden. Die wichtigsten Blockaden stellen, wie in dieser Arbeit dargestellt, fixierte Ideale, Verbote, Verabsolutierungen (fA) dar. In den meisten Fällen stammen diese von an ähnlichen Stellen blockierten oder fixierten Eltern. Meist unbewusst, etwa aus Angst oder anderen Gründen, wagten die Eltern oder ein Elternteil nicht, sich an diesen Punkten frei und selbstbewusst zu entwickeln und blockierten dann dort auch die Entwicklung des Kindes. Wagt das Kind neue Wege, stößt es auf Angst oder gar Ablehnung der Eltern. Die normale Entwicklung in diesem Bereich ist blockiert und kann so über Jahrzehnte auch unbemerkt blockiert bleiben. Kommt aber der Betreffende in eine Lebensphase oder Situation, wo er sich einem Problem auf dieser blockierten Ebene gegenübersieht, dann wird er sich dem „seelischen Alter“, in dem er blockiert wurde, entsprechend verhalten - also wie ein kleines, hilfloses Kind.  
Nun kommt ein entscheidender Punkt: Wir können diese Situation akzeptieren oder wir akzeptieren sie nicht. Fast immer tun wir leider das Letztere. Wir akzeptieren unsere ungeliebten kindlichen Verhaltensweisen nicht, verdrängen sie oder, am Schlimmsten, wir bekämpfen sie und wollen sie, also Teile von uns, ausrotten. Wir wollen das kleine Kind in uns töten. Wir haben unseren Eltern vielleicht schon oft vorgeworfen, dass sie uns zu wenig liebten - und bemerken gar nicht die Tragik, dass wir nun mit uns selbst vielleicht noch schlimmer umgehen. Was kann man tun?  
Wir sollten das tun, was wir mit unseren eigenen Kindern tun können, mit uns aber nie gelernt haben: Wir sollten das ängstliche, hilflose, böse Kind in uns versuchen anzunehmen, vielleicht sogar zu lieben. Wir sollten es an die Hand nehmen und ganz langsam und geduldig in die Welt begleiten, vor der es so viel Angst hat.   
Das bedeutet konkret, dass wir gerade in den Situationen, in denen wir „versagten“, versuchen sollten, zu uns zu stehen. Ganz effizient ist in diesen Fällen der `paradoxe´ Versuch, absichtlich die Rolle als Versager, Ekel, Schwein o.ä. absichtlich und aufrecht (!) zu üben.   
Hinweis: Eine Schwierigkeit der Beseitigung der Blockade besteht darin, dass sie nicht nur Hemmnis, sondern auch Schutz des hilflosen Kindes vor dem Bedrohlichen ist. Versuche, das Risiko einzugehen! Einem religiösen Menschen wird es helfen, sich in diesen Situationen ganz als Kind Gottes angenommen zu fühlen. Gott fordert nicht, dass wir immer erwachsen reagieren.

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

**3** 5 10 15 20 25 30 **35** 40 Jahre

###### Neurotisches

Neurotische Argumentationen/ Lösungen sind verdreht, verrückt, paradox, von zweitrangigem Charakter.   
Eine kleine Auswahl unserer Verrücktheiten:

1. Zuviel Lärm im Haus durch Dauerstreit.→ Alle stopfen sich die Ohren zu, statt die Konflikte zu lösen.
2. Schuld an der Arbeitslosigkeit sind die Arbeitslosen. Denn gäbe es die nicht, dann gäbe es ja auch keine Arbeitslosigkeit.
3. Das große Kind kann immer noch nicht laufen - also muss ich als Mutter das Kind tragen, es fällt ja sonst hin.
4. Wenn ich den Kopf in den Sand stecke, dann sehe ich die Gefahr nicht.
5. Weil ich zu dick bin, kann ich mich nicht bewegen, deshalb kann ich nicht abnehmen
6. Du bist schuld, weil ich mich falsch verhalte/ erkrankte. Oder: Ich bin schuld, weil Du Dich falsch verhältst bist.
7. Ich nehme Schmerzmittel, weil meine Füße wehtun, statt bessere Schuhe zu kaufen.
8. „Ich habe meinen Mann doch nur Deinetwegen verlassen!“
9. Wie kann ich die Waffe weglegen, dann erschießt mich ja der Feind. Dieser argumentiert aber ebenso.
10. Wenn der Zweck die Mittel heiligt.
11. Sie: „Ich liebe Dich! Er: „Ich danke Dir dafür.“
12. Dinge sind wichtiger als Menschen.

###### Mir ist nicht zu helfen - ich mache alles falsch

P: „Ich bin so verzweifelt, weil ich alles falsch mache."  
Therapeut zunächst: „Es ist nicht so schlimm. Nimm Deine Fehler locker."  
P: „Ich kann das nicht locker nehmen - schon wieder mache ich alles falsch. Mir ist nicht zu helfen."  
Therapeut wohl effektiver mit paradoxer Intervention: z.B. „Du darfst alles falsch machen.“ Oder: „Du wirst immer wieder (alles) falsch machen.“ Oder nach Luther: „Sündige tapfer und umso tapferer glaube an die Vergebung Gottes!“ Oder: „Deine Sünde ist klein und niedrig - nur Gottes Gnade ist groß.“[[857]](#footnote-856)

###### Sadomasochismus

Neurotisches Spiel `Sadomasochismus´: Er unterwirft sich der Domina und macht sich dadurch abhängig von ihr. Gleichzeitig ist sie abhängig von seiner Bezahlung. Jeder ist so der abhängige Beherrscher und der abhängige Unterworfene des Anderen zugleich. Neurotisches Glück und Befriedigung, neurotisches Gleichgewicht und neurotische Stabilität. Auch: Kürzeres Glück und längeres Pech.

###### Wie komme ich von der Wippe?

Zwei oder mehr Personen sitzen auf einer Wippe. Sie wollen mit Wippen aufhören.  
Problem: Der, der unten ist, könnte am leichtesten herunter, gefährdet aber den oben Sitzenden, weil dieser dann nach herunterfallen würde.  
Lösung: Der oben sitzt muss -mit einem gewissen Risiko- zuerst herunter. Eine scheinbar paradoxe Lösung, weil die zunächst riskantere Lösung die bessere ist. D.h. nicht jede leichte Lösung ist die Beste. Ähnlich: Geschichte von der Familie, die im `Boot´ ein teures Gleichgewicht halten. Wer sich bewegt ist schuld, weil das Boot kentern könnte, obwohl dadurch eine Lösung verbaut wird. (S.a. Abschnitt `[Beziehungsstörungen](#_Personale_System-_und)´).

###### Die Geschichte vom Absturz

Das **Fremd-Selbst (fS)** gibt der Person eine gewisse Basis, die unterschiedlich breit ist: vom schmalen Grat bis zu größerer Breite, die aber nie die Breite und Stabilität einer Selbstbasis erreicht. Solange die Person sich auf der fS-Basis befindet und diese nicht verlässt, steht sie sicher. Ja sie kann sich mit gewissem Stolz sagen, dass sie es geschafft hat, diese höhere Position gegenüber jemandem, der mit beiden Füßen auf der Erde steht, erreicht zu haben. Wenn der Betreffende jedoch die Anforderungen der fS Selbst nicht mehr erfüllt - dann wird er in den negativen Bereich abstürzen. Der Absturz wird zum Selbstläufer. Bei den meisten seelischen Krankheiten finden sich solche autodynamischen, meist selbstzerstörerischen Prozesse.  
(Abb. 83)

Menschen, die „Fremd-Selbst-Gipfel“ erklimmen, tun das, um sich zu beweisen, um sich ein Selbst zu schaffen, auf das sie stolz sein können. Sie leben unter dauerndem Zwang: „Du musst das machen, Du musst das erreichen, Du musst besser werden“ - überall `Muss´.   
Wird der Gipfel unter Selbstaufgabe erreicht, stellt sich kurz Höhenrausch aber bald Angst ein. Abstieg ist verboten. Er bedeutet Verlust der Selbstachtung. Der Gipfel muss gehalten werden - trotz Angst, trotz immensem Kraftaufwand, trotz zunehmender Kälte und Einsamkeit. Dabei wäre es viel einfacher, unserem eigentlichen Selbst (Gott) zu vertrauen, aber dann fehlt der Kick.

„+“ Bereich

− Bereich

fS

fS

###### Die „Brötchengeschichte“

Oder: Von der zu großen Rücksichtnahme.  
Am Ende ihres Lebens stellt ein Ehepaar erstaunt fest, dass beide, trotz größter Rücksicht-nahme, das Teil des Brötchens bekommen hatten, was sie nicht wollten. Wie kam das?   
Der Mann wollte eigentlich immer das obere Teil des Brötchens. Weil er aber seine Frau sehr liebte und dachte, sie wollte auch, wie er, das obere Stück, sagte er, er wolle viel lieber das untere. Sie aber wollte eigentlich immer das untere, und weil auch sie ihrem Mann das ihrer Meinung bessere geben wollte, so sagte sie, sie wolle das obere. Jeder gab also dem anderen aus einer falschen Rücksichtnahme das, was er eigentlich selber wollte - mit dem Ergebnis, dass beide das bekamen, was sie nicht wollten bzw. beide nicht bekamen, was sie eigentlich wollten. Dabei wäre es anders doch viel einfacher gewesen.|

###### Die Geschichte von der großen Falle

In der normalen psychischen Entwicklung durchlaufen wir Phasen der Anpassung, der Antihaltung (Trotz) und schließlich der Loslösung.   
Wir alle sind in dieser Entwicklung mehr oder weniger blockiert und befangen.   
Auf dem Weg, diese Blockierungen zu lösen, gibt es viele Hindernisse, Verführungen und Fallen.  
Eine der größten Fallen ist folgende: Endlich, so glauben wir, haben wir uns von unseren Eltern gelöst. Endlich laufen wir nicht mehr ihrer Liebe und Anerkennung hinterher. Endlich haben wir sie durchschaut und sind erschüttert darüber, wie schwach, ängstlich, fehlerhaft und sogar böse sie sind. Wir wissen nun, wo es wirklich lang geht und welche Fehler wir unseren Kindern gegenüber jetzt gewiss nicht mehr machen. Aber eines Tages schauen wir wie in einen Spiegel und sehen mit Entsetzen, wie ähnlich wir doch unseren Eltern geblieben sind. Wir sind vielleicht, wie beim Spiegelbild, genau anders, spiegelverkehrt, aber deshalb immer noch abhängig. Die große Falle nun ist nicht diese Erkenntnis, sondern, **wenn wir uns dafür verurteilen**. Ich wünsche meinen Lesern, dass sie das nicht tun. Wenn sie es nicht tun, dann bedeutet das aber auch, dass sie aufhören, ihre Eltern zu verurteilen.

###### Die plus 30 oder minus 7o Prozent

An den Stellen, an denen wir fixiert sind, wo wir etwas verabsolutieren, etwas vergötzen oder verteufeln, wird uns die Geschichte von den plus 30 und minus 7o Prozent begegnen.  
Man kann sich auf alles fixieren. Beispielsweise auf Sex oder Erfolg - was bei vielen Männern der Fall ist.   
Das innere, oft unbewusste Motto lautet etwa: Ich muss unbedingt Sex oder Erfolg haben. Erst dann bin ich glücklich. Es ist nicht der Fehler, wenn sich Männer Sex und Erfolg wünschen, der Fehler ist, wenn sie sich davon abhängig machen. Was passiert?  
Ist der Betreffende auf 1oo% Leistung fixiert, erreicht aber nur 30, so bringt er sich um 3o% Befriedigung, denn er erlebt aus seiner 1oo%-Fixierung das Ergebnis leider als 7o% Minus.  
(Abb. 84)

minus 70 %

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

+ 3o

100 %

###### Die Geschichte vom falschen Koffer

Ein Patient hatte einen Traum: Er ging mit einem schweren Koffer durch eine fremde Stadt und suchte Unterkunft. Plötzlich stolperte er, der Koffer fiel herunter, ging auf und sein Inhalt ergoss sich auf die Straße. Überrascht stellte er fest, dass die Sachen, die da auf die Straße gefallen waren, nicht die seinen, sondern die seiner Eltern waren. Er ließ alles liegen und ging befreit seiner Wege. Er hatte begriffen, dass der Koffer gar nicht sein „Ding“ gewesen war.

###### Die Geschichte vom fehlenden Dank

Unsere Enkel haben bestimmte Wünsche an uns als Großeltern. Obwohl meine Frau es sich manchmal aus den Rippen schneidet, erfüllt sie fast alle Wünsche. Folge: Die Enkel sehen es als selbstverständlich an und danken ihr deshalb selten. Vielleicht denken sie sogar: Die Oma braucht das, das ist eben ihr Ding - ja dann müsste *sie* es sogar sein, die uns danken müsste, dass sie uns was schenken darf.   
Ich versuche, manchmal das Motto durchzuhalten: „Lieber ein gesunder und böser Opa, als ein guter und toter.“ Folge: Mir wird für das meiste gedankt.

###### Schiene oder Schotter

Wenn wir auf die positiven fremden Absolutheiten programmiert sind und deren Forderungen erfüllen, dann fahren wir wie auf einer Schiene ab. Erfüllen wir die Forderungen nicht, weil wir nicht mehr können oder nicht mehr wollen, kommen wir von der Schiene auf den Schotter.  
Schiene oder Schotter, Alles-oder-Nichts, schwarz oder weiß, richtig oder falsch und nichts dazwischen, so lauten dann die Formeln. Es wird schwer sein, in diesem Gelände normale Wege oder Wiesen zu finden oder anzulegen.

###### Die Fallgrube

Menschen starten von ganz unterschiedlichen Positionen aus ins Leben.  
Der Erste weit im Plus, der Zweite weit im Minus.   
Der Zweite fällt oft in eine Grube, obwohl er mehr geleisttet hat als der Erste.  
Warum? Wenn er sich nach einigen Jahren mit dem Ersten vergleicht, ist er immer noch hinter ihm. Das nimmt er sich übel und fällt so in die „Grube“ (Depression ...).   
Sein Fehler: Er bedenkt nicht, dass er einen viel schlechteren Start hatte und an sich auf sich stolz sein könnte. Erkenntnis: Vergleichen ist Mist.

###### Die Geschichte von der gegensätzlichen Deutung

Meine Frau hat ein neues Buch geschenkt bekommen und statt zu mir ins Bett zu kommen, liest sie bis tief in die Nacht hinein. Ist das nun Zeichen mangelnder oder großer Liebe frage ich mich?   
Mangelnde Liebe vielleicht, weil sie das Buch mir vorzieht.   
Große Liebe vielleicht, weil sie mich für so großherzig hält, dass sie das alles machen kann.

###### Die Geschichte vom verlorenen Paradies

Wir haben das Paradies durch unsere Sünden verloren. Wir versuchen, uns an die Stelle Gottes zu setzen und essen vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen. D.h. wir haben uns etwas ans Bein gebunden, was zu schwer für uns ist. Statt jenseits der Frage von Gut und Böse zu leben, haben wir uns ihr unterworfen und sind nun verdammt dazu, das Gute zu tun und das Böse zu lassen. Diesen Stress hätten wir uns nicht antun sollen.  
Wir sollten im Zentrum unseres Lebens wieder paradiesisch leben - (im Kern) jenseits von Gut und Böse, jenseits von richtig oder falsch.[[858]](#footnote-857) (Siehe auch das `[Theodizeeproblem](#_Gott_und_Leid)´)

###### Die Geschichte von den Prostituierten

Eine Prostituierte zur anderen: Die Männer sind doch alle Schweine. Die wollen doch nur das Eine: Sex.  
Ein Freier zum anderen: Die Prostituierten sind doch alle Schweine. Die wollen doch nur das Eine: Geld.

###### Die Geschichte von einem großen und vielen kleinen Knoten

Hat man eine Schnur mit vielen aneinandergereihten kleinen Knoten, die man noch einmal verknotet, so hat man dann quasi eine „Knotenschnur” mit einem großen Knoten. Will man nun die kleinen Knoten lösen, wird das bei manchen schwer, bei anderen gar nicht gelingen, solange der große Knoten nicht gelöst ist. Am besten: Erst den großen Knoten lösen, dann versuchen, die kleinen zu lösen. Aber: Die kleinen Knoten müssen nicht unbedingt gelöst werden, denn die Schnur passt auch schon durchs Loch, wenn nur der eine große Knoten gelöst wird. Es kann aber auch sein, dass die Knotenschnur überhaupt nicht durchs Loch muss. Dann muss man gar keinen Knoten lösen.

###### Eine neurotische Geschichte zwischen mir und meiner Frau

Weil meine beiden letzten Patienten ausfielen, komme ich eine Stunde eher nach Hause. Statt Freude, sehe ich auf dem Gesicht meiner Frau leichten Schrecken, weil sie, wie ich später erfuhr, das Essen noch nicht fertig hatte. Das habe ich aber auch gar nicht erwartet - im Gegenteil es ist mir relativ egal.   
*Ich* fühle mich nun beleidigt, weil sie sich nicht über mein Kommen gefreut hat und noch mehr, weil sie mir zu unterstellen scheint, dass ich, wie ein Despot, sofort pünktliches Essen fordere.   
*Sie* fühlt sich verletzt, weil ich ihr unterstellte, sie freute sich nicht über mein Kommen und noch mehr darüber, weil es mir völlig egal zu sein scheint, wann das Essen auf den Tisch kommt und ich damit ihre entsprechenden Anstrengungen gering schätze.   
Eine neurotische Lösung, die mit durch den Kopf ging, wäre, dass ich nie eher nach Hause käme, so dass dieser Konflikt gar nicht erst entstünde. Und ich ziehe nicht selten solche neurotischen Lösungen vor, weil sie kurzfristig größere Erleichterung schaffen.  
© by T. Oettinger, 2003/ 2020

#### Meditationen (siehe ungekürzte Fassung)

# LITERATURVERZEICHNIS

[Das Literaturverzeichnis wurde von der ungekürzten Fassung und der englischen Fassung übernommen.]

Anonyme Alkoholiker, AA- Interessengemeinschaft e.V., 2014.

Arieti, Silvano: Schizophrenie. Piper-V., München-Zürich, 9. Aufl., 2006.

Arieti, Silvano: Understanding and Helping the Schizophrenic; Basic Books. Inc., New York, 1979.

Armbruster, J. (Hg.) et al.: Spiritualität und seelische Gesundheit, Psychiatrie-V., Köln, 2013.

Auster, Paul: Die New-York-Trilogie; Rowohlt, 1998.

Auster, Paul: The New York Trilogy; Faber and Faber,   
Ltd. London, 2011.

Avenarius, R.: Nervenarzt, 44. Jg. H. 5, 1973, S. 238.

Bandler, Richard; John Grinder: Metasprache und Psychotherapie; Junfermann-V., Paderborn, 1981.

Basaglia, Franco: Die Entscheidung des Psychiaters. Bilanz eines Lebenswerkes, Psychiatrie-V., Bonn, 2002.

Bateson, Gregory et al.: Schizophrenie und Familie, Suhrkamp TB, 1978.

Bateson, Gregory et al.: Toward a Theory of Schizophrenia. *Behavioral Science*, 1956 1(4): 251-254.

Becker, Vera: Die Primadonnen der Psychotherapie. Junfermann-V., Paderborn, 1989.

Benedetti, G. et al: Psychosentherapie.   
Hippokrates-V., Stuttgart 1983.

Berg-Peer, Janine: Schizophrenie ist scheiße, Mama! Fischer TB, Frankfurt aM, 2013.

Binder, Hans: Die menschliche Person; H. Huber-V. Bern, 1964, S.204.

Biser, Eugen: Theologie als Therapie; Verlag für die Medizin Dr. Ewald Fischer, Heidelberg, 1985, S.47.

Bleuler, Eugen: Lehrbuch der Psychiatrie. Springer-V., Berlin-Heidelberg-New York, 1983.

Böker W.; Brenner, HD: (Hg.): Bewältigung der Schizophrenie. Hans-Huber-V. Bern, Stuttgart, Toronto (1986).

Bollas, Christopher: Der Schatten des Objekts. Klett-Cotta, Stuttgart, 2005.

Borsche, Tilman (Hg.): Klassiker der Sprachphilosophie. C.H. Beck V., München, 1996.

Bovet, Theodor: Der Glaube Erstarrung und Erlösung. Paul-Haupt-V., Bern. 1947.

Bowels, Paul: Himmel über der Wüste. Rowohlt TB, 1991, S. 197.

Bowen, M. in: Schizophrenie und Familie;   
Suhrkamp Frankfurt a.M., 1978, S. 182.

Breggin, P. R.: Toxic Psychiatry. New York: St. Martin's Press. (1991).

Breggin, P. R.: Brain-Disabling Treatments in Psychiatry. New York: Springer Publishing Company, 1997.

Breggin, P. R. Psychiatric Drug Withdrawal. Springer Publishing Company, New York, 2012.

Brinkmann N.: Die deutsche Sprache Gestalt und Leistung. Düsseldorf, 1962.

Brockhaus Enzyklopädie in 24 Bd. 19. Aufl., F.A. Brockhaus, Mannheim, 1986-1994.

Bucher, Anton: Psychologie der Spiritualität, Handbuch. Beltz PVU (Im Net partiell veröffentlicht).

Büchner, Georg: Dantons Tod.   
z.B. Reclam, Stuttgart, 2001.

Büchner, Georg: Leonce und Lena.   
z.B. Studienausgabe, Reclam, Stuttgart, 2001.

Cardenal, Marie: Schattenmund.   
Rowohlt TB-Verlag, 1988.

Caruso, Igor, A.: Psychoanalyse und Synthese der Existenz. Freiburg, 1952.

Chomsky, Noam: Sprache und Geist. Suhrkamp, Frankfurt a.M., 1970.

Ciompi, Luc: Affektlogik. Klett-Cotta-V., Stuttgart, 1982.

Daim, Wilfried: Umwertung der Psychoanalyse. Herold- V., Wien, 1951.

Daim, Wilfried: Tiefenpsychologie und Erlösung. Herold-V., Wien, 1954.

Dawkins, Richard: Der Gotteswahn. 14. Aufl., Ullstein TB, Berlin, 2015, S. 12.

Dawkins, Richard: The God Delusion;   
Black Swan, New Ed, 2007.

Dettmering, Peter: Zwillings- und Doppelgängerphan-tasie. Königshausen & Neumann-V., Würzburg 2006.

Deutsches Fremdwörterbuch (DFWB). Bearb. Gerhard Strauss et al., Walter de Gruyter & Co; 2.Aufl., 1995.

Drewermann, Eugen: Psychoanalyse und Moraltheologie. Bd.1, Bd. 2 Matthias Grünewald V., Mainz 1984.

Drewermann, Eugen: Tiefenpsychologie und Exegese. Bd.II, Walter-V., Olten und Freiburg i.Br., 1986.

Drewermann, Eugen: Sünde und Neurose. In: Münchener Theologische Zeitschrift 31,1980.

Duden, Das große Fremdwörterbuch. Duden-V., 1994.

Duden Grammatik : Bibliographisches Institut Mannheim Wien Zürich. Dudenverlag, 3. Auflage, 1973.

Eigen, Michael: The Psychotic Core.   
Jason Aronson Inc. Publishers, New edition,1993.

Evangelischer Erwachsenen Katechismus,   
Gütersloh, 6. Aufl., 2000.

Finzen, Asmus: Schizophrenie.   
Psychiatrie-V., Köln, 2. Auflage, 2013 .

Foudraine, Jan: Wer ist aus Holz?.   
R. Pieper & Co.V. , München, 1974.

Frank, Gunter: Schlechte Medizin. Knaus-V., 2012.

Frankl, Viktor E.: Das Leiden am sinnlosen Leben.   
Herder V., Freiburg-Basel-Wien, 1980, S.98.

Frankl, Viktor E.: Der unsichtbare Gott. Kösel-V., 1974.

Freeman, Thomas, J.L. Cameron, A. McGhie: Studie zur chronischen Schizophrenie. Fachbuchhandlung für Psychologie Verlagsabteilung1983.

Frese, Frederick J. et al.: Recovery From Schizophrenia. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbn175> 2009.

Freud, Sigmund: Abriss der Psychoanalyse.   
Fischer TB, Frankfurt a.M., 1983.

Freud, Sigmund: Gesammelte Werke Bd. XIV S.378

Fromm, Erich: Die Kunst des Liebens.   
Ullstein-TB, Berlin, 1985.

Fromm, Erich: Haben oder Sein. DTV, München, 1992.

Fuchs, Thomas : Philosophische Grundlagen in der Psychiatrie und ihre Anwendung.  
Die Psychiatrie 2010; 7: 235-241.

Gasser, R: Nietzsche und Freud. De Gruyter-V. (Sek.literatur).

Gerrig, R.J. : Psychologie. Pearson, Deutschland Education. Inc. 20. Aufl. 2015. (Sek.literatur).

Gerrig, R.J.: Psychology and Life. Pearson Education. Inc 20. Ed., 2015. (Sek.literatur).

Glasenapp von, Helmuth et al. in: Das Fischer-Lexikon,   
1. Die nichtchristlichen Religionen, Fischer-V. Frankfurt a.M., 1957.

Gödel, Kurt: Über formal unentscheidbare Sätze der Principia Mathematica und verwandter Systeme I. Monatshefte für Mathematik und Physik 38, 1931,   
S. 173–198. (Sek.literatur).

Goethe, Wolfgang: z.B. Divan, Notizen und Abhandlungen; Faust.

Gray, John: Von Menschen und anderen Tieren - Abschied vom Humanismus. Klett-Cotta, Stuttgart, 2010.

Gray, John: Straw Dogs, Thoughts on Humans and Other Animals. Granta Books, London, 9/2003. (Sek.literatur)

Green, Hannah: Ich hab´ dir nie einen Rosengarten versprochen. Rowohlts TB, Reinbek b. Hamburg, 1980.  
/ id: I Never Promised You a Rose Garden. Holt, 1964.

Groddeck, Georg: Das Buch vom Es. Kindler, 1970.   
/ Id: The Book of the It, Vision Press, 1979 ed.

Großes Fremdwörterbuch. Duden-V., Mannheim et al., 1994.

Gruen, Arno: Der Verrat am Selbst. DTV, München, 2005.

Gruen, Arno: Der Wahnsinn der Normalität.   
DTV, München, 2004.

Guareschi, G., Don Camillo und Peppone;   
Rowohlt TB, 1995.

Gunderson John G.; Loren R. Mosher, "Psychotherapy Of Schizophrenia”, Aronson, New York City, 1975.

Hasler, Felix: Neuromythologie.   
Transcript-V., Bielefeld. 3. Aufl., 2013.

Heidegger; M. In: Die Sprache. Hrsg. Bayrische Akademie der schönen Künste. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1959, S. 93.

Heimann, H.: Psychiatrie der Gegenwart Bd. I/l.   
Springer V., Berlin-Heidelberg-New York, 1979.

Heintel, Erich: Einführung in die Sprachphilosophie. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1972.

Hellinger, Bert: Zweierlei Glück. Carl-Auer V., 2010.

Hesse, Hermann: Die Fiebermuse; Das Glasperlenspiel, Stufen.

Hölderlin, Friedrich: Der Tod des Empedokles, II,4; Hyperion, Insel-Verlag, Frankfurt a.M., 1983.

Hofmannsthal, Hugo von: Die Gedichte und kleinen Dramen. Insel-V., Leipzig, 1923, S.3.

Hofmannsthal, Hugo von: Der weiße Fächer. Ebd. S.136.

Horney, Karen: Neurose und menschliches Wachstum. Zit. aus I.D.Yalom: Was Hemingway von Freud hätte lernen können. Btb-V. 2003, S. 35.  
/ id: Neurosis and human growth. W.W. Norton, New York, 1950. (Sek.literatur).

Horvath, Ödön von: Der ewige Spießer. Frankfurt, Suhrkamp, 1987

Humboldt, W.v: zitiert bei Stenzel.

International Dictionary of Psychoanalysis, hrsg. von Alain de Mijolla, 3 Bände, Detroit [u.a.],Thomson/Gale, 2005, (PDF) (Sek.literatur).

Janov, Arthur: Der Urschrei. Ein neuer Weg der Psychotherapie. S. Fischer-V., Frankfurt a.M., 1982/ 1993.  
/ id: The Primal Scream; Abacus London, 1973.

Jaspers, Karl: Allgemeine Psychopathologie. 9. Aufl. Springer Verlag Berlin-Heidelberg-New York, 1973.

Jaspers, Karl: Die großen Philosophen.   
Piper-V. München, 5. Aufl. 1995.

Josuran, R., Hoehne, V., Hell, D., Mittendrin und nicht dabei. Verlag AG Zürich, 1999.

Jung C.G. In: Psychotherapie und Seelsorge. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt 1977, S.182.

Jung, W.: Grammatik der deutschen Sprache. Bibliographisches Institut Leipzig, 1973.

Kaiser, Peter: Religion in der Psychiatrie.   
V&R unipress Göttingen 2007 (Net).

Karon, Bertram P.: Psychotherapy of Schizophrenia:   
The Treatment of Choice, Jason Aronson, Inc. 1977.

Karon, Bertram P.: Psychotherapy versus medication for schizophrenia. In: Fisher, S., Greenberg, R.P.: The Limits of Biological Treatments of Psychological Distress. Hillsdale, New Jersey, 1989.

Kaufmann L., Luc Diskussionsbeitrag. In: Psychotherapie und Sozialtherapie der Schizophrenie. Hrsg. H. Stierlin, L.C. Keller A. Albert: Sprachphilosophie.   
Freiburg i.Br.-München Aber-Verlag, 1979.

Kellerhals, Emanuel: Der Islam.   
Brendow-V. Moers, 1993, 3.Aufl.

Kielholz, A. In: Psychotherapie und Seelsorge. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt 1977.

Kisker, K.P., H. Freyberger, H.K. Rose, E. Wulff: `Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie´,   
Georg Thieme-V. Stuttgart, 1991.

Klemperer, Victor: LTI: Notizbuch eines Philologen. Reclam Universalbibliothek, Leipzig, 2. Aufl., 1968.

Klessman, Edda & Horst-Alfred: Heiliges Fasten und heilloses Fressen;   
Hans Huber-V. Bern, Stuttgart, Toronto. 1988.

Klöppel, Renate: Die Schattenseite des Mondes;   
Rowohlt TB, Reinbek, 2004.

Klußmann, Rudolf: `Psychotherapie´.   
Springer, Berlin Heidelberg ... 3. Aufl., 2000.

Kondakow, N.I.: Wörterbuch der Logik;   
deb Verlag, Westberlin, 1978.

Koran (Qur´an), Die ungefähre Bedeutung des Koran, Hrsg. Lies Stiftung 11. Aufl. 2013.

Küng, Hans: Projekt Weltethos, Piper München, 1990.

Läpple, Volker & Joachim Scharfenberg (Hrsg.): „Psychotherapie und Seelsorge“; Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1977.

Laing, Ronald, D.: Das geteilte Selbst.   
Kiepenheuer & Witsch, 1983.  
/ Id: The Divided Self. Penguin Books, London, 1990.

Lauveng, Arnild: Morgen bin ich ein Löwe - wie ich die Schizophrenie besiegte; btb München, 2008.

Lehmann, Peter (HG.): Psychopharmaka absetzen; Antipsychiatrie Verlag, 2. Aufl., Berlin, 2002.

Lennox, John: Hat die Wissenschaft Gott begraben?   
R. Brockhaus Verlag; 2. Aufl. Wuppertal 2002.

Lessing: Minna von Barnhelm.

Liebrucks, Bruno: Sprache und Bewußtsein. Akademische Verlagsgesellschaft Frankfurt a.M. Bd. II, 1965.

Little, Margaret: Transference Neurosis & Transference Psychosis, Jason Aronson, Inc., 1977.

Loch, Wolfgang (Hg.): Die Krankheitslehre der Psychoanalyse. S. Hirzel-V. ,Stuttgart, 1977.

Lurker, M.: Wörterbuch der Symbolik.-  
Alfred Kroener Verlag Stuttgart. 1988.

Lütz, Manfred: Irre! Wir behandeln die Falschen - unser Problem sind die Normalen. Gütersloher Verl. 2009.

Mackler, Daniel: You Tube Film: Take These Broken Wings -- Recovery from Schizophrenia without Medication, 2014

Meyers Großes Taschenlexikon. In 24 Bd. 4. Aufl. Bd I. Taschenbuchverlag, Mannheim et al. 1992.

Mann, Thomas: Joseph und seine Brüder.   
Aufbau Verlag Berlin, 1974, Bd. 4, S.7.

Mentzos, Stavros: Neurotische Konfliktverarbeitung;. Frankfurt a.M., Fischer TB,1992.

Mertens, Wolfgang: Psychoanalyse.   
Kohlhammer, Stuttgart u.a., 1992.

Meyers Großes Taschenlexikon in 24 Bd. 4. Aufl. 1992.

Miller, James: Die Leidenschaft des Michel Foucault“ Kiepenheuer & Witsch 1995.   
/ id: The Passion of Michel Foucault; Harvard University Press, Cambridge, 1993.

Mosher, Loren and Lorenzo Burti: Community Mental Health; WW Norton & Co, 1989. (Sek.literatur).

Müller P.: Einige Aspekte zur Neuroleptika-Wirkung auf die psychosoziale Entwicklung schizophrener Patienten. In: W. Böker und H.D. Brenner, 1986.

Pasternak, Boris: Gedichte.   
Verlag Volk und Welt, Berlin 1969, S. 189.

Pasternak, Boris: Doktor Schiwago.   
Fischer TB-V.,Frankfurt a.M. 1975, S.20.

Peters, Uwe-Hendrik: Wörterbuch der Psychiatrie und medizinischen Psychologie. Urban u. Schwarzenberg V. 197l.

Peters, Uwe-Hendrik: Lexikon Psychiatrie, Psychotherapie, medizinische Psychologie, 5. Aufl. Urban & Fischer, München, 1999.

Pfeifer, Samuel: Die Schwachen tragen.   
Brunnen Verlag, Basel und Gießen, 2. Aufl., 1990.

Philosophisches Wörterbuch.   
VEB Bibliographisches Institut, Leipzig, 1970.

Philosophisches Wörterbuch, Hrsg. G. Schischkoff,   
Alfred Kröner Verlag, Stuttgart, 1991.

Podvoll, Edward M.: Recovering Sanity: A Compassionate Approach to Understanding and Treating Psychosis. Shambhala, 2003.

Posner, W. (Hg.): Religiosität und Glaube in Psychiatrie und Psychotherapie. Pabst V., 1999.

Psychotherapie und Seelsorge: Hrsg. V. Läpple &   
J. Scharfenberg,   
Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt 1977.

Ratzinger, Josef: Jesus von Nazareth.   
Herder-V., Freiburg im Br., 2007.

Resnik, Salomon: The Delusional Person: Bodily Feelings in Psychosis. Karnac, 2001.

Reza ,Yasmina: Kunst. (Theaterstück)

Richter, Horst-Eberhard : Eltern, Kind und Neurose. Rowohlt TB Verlag, Reinbek, 1983.

Richter, Horst-Eberhard: Der Gotteskomplex.   
Rowohlt Verlag, Hamburg. 1979.

Riemann, Fritz: Grundformen der Angst.   
Reinhardt Ernst-V. 40.Aufl., 2011.

Rolland, R.: Das Leben Tolstois.   
Rütten und Loening, Berlin 1967, S. 54.

Roth, Joseph: Juden auf Wanderschaft. Ges. Werke Bd 3 Allert de Lange V., Amsterdam, 1976 S. 293.

Ross, Werner: Der ängstliche Adler. Friedrich Nietzsches Leben, TB, München, 1984.

Rudolf, Gerd, Peter Henningsen, Hrsg.: Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik.   
6. Aufl. Thieme-V., Stuttgart, 2007.

Sachse, Ullrich: Traumazentrierte Psychotherapie; Schattauer-V., Stuttgart, 2004.

Safranski, Rüdiger, Goethe und Schiller.   
Fischer TB Frankfurt a.M., 2013.

Sartre, Jean-Paul: Geschlossene Gesellschaft.

Saint-Exupéry, Antoine de: Dem Leben einen Sinn geben. Karl Rauch Verlag, Düsseldorf 1957.

Scharfetter, Christian: Schizophrene Menschen.   
Urban u. Schwarzenberg, München-Weinheim, 1986.

Schischkoff, Georgi: Philosophisches Wörterbuch.   
Alfred Kröner-V. Stuttgart, 22. Aufl. 1991.

Schneemann, N.: Sprache und Psychopathologie. Nervenarzt 44, S. 359-366, Springer Verlag 1973.

Schweitzer, Albert: In: Ausgewählte Werke, Bd. 1,   
Union Verlag Berlin, S. 161

Searles, H.F.: Collected Papers on Schizophrenia and Related Subjects. International Psycho-Analytic Library, The Hogard Press, London 1965. (Sek.literatur).

Sechehaye, Marguerite: Tagebuch einer Schizophrenen, Edition Suhrkamp, Frankfurt a.M., 1973.

Seitlinger, Michael (Hg.): Was heilt uns? Zwischen Spiritualität und Therapie. Herder, Freiburg Brg. 2015.

Selvini Palazzoli, Mara, l. Boscolo, G. Cecchin, G. Prata: Paradoxon und Gegenparadoxon.   
Klett-Cotta, Stuttgart, 9. Aufl. 1996.  
/ id: Paradox and Counterparadox. Rowman & Littlefield Publishers, Inc., New York et al. 2004.

Sheldrake, Rupert: Der Wissenschaftswahn: Warum der Materialismus ausgedient hat. Droemer Tb., 2015.  
/ id: The Science Delusions; by Cornet, 2012.

Siirala M.: Die Schizophrenie des Einzelnen und der Allgemeinheit.   
Vandenhoeck u. Ruprecht, Göttingen, l96l/ 1999.

Slobin, Dan: Einführung in die Psycholinguistik.   
Scriptor Verlag, Kronberg/Ts., 1974.

Spierling, Volker: Kleine Geschichte der Philosophie. Piper-Verlag 5. Aufl.1997 S.244.

Staehelin, Balthasar: Haben und Sein.   
Siebenstern TB, Hamburg,1972.

Stastny, P. & Lehmann, P. (Eds.) Alternatives beyond Psychiatry. Peter Lehmann Publishing,   
Berlin/ Shrewsbury, 2007.

Stenzel J.: Philosophie der Sprache. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, 1964 S. 35ff, 108, 111.

Stich, Helmut: Kernstrukturen menschlicher Begegnung. Johannes Berchmans Verlag, München, l977.

Stierlin, H., L.C. Wynne, M. Wirschnig (Hg): Psychotherapie und Sozialtherapie der Schizophrenie. Springer V., Berlin-Heidelberg-New-York-Tokio, 1985, S. 284/285.

Stierlin, H., L.C. Wynne, M. Wirschnig (Hg): Psychosocial Intervention in Schizophrenia. Springer Verlag, Berlin-Heidelberg, 1983. (Sek.literatur).

Störig, Hans Joachim: Kleine Weltgeschichte der Philosophie. Fischer TB Verlag, Frankfurt a.M., 1998.

Straus E.W.: In: Psychiatrie der Gegenwart, Bd. I/2. Springer V., Berlin-Göttingen-Heidelberg 1963, S. 927.

Strindberg: „Ein Traumspiel".

Stumm, Gerhard & Alfred Pritz (Hrsg.): Wörterbuch der Psychotherapie, Springer V., Wien, New York, 2000.

The Cambridge Dictionary of Philosophy,   
Cambridge University Press 1999

Tölle, Rainer: Psychiatrie. 7. Aufl., Springer V., Berlin-Heidelberg-New York-Tokio, 1985, S.331.

Tolstoi, Alexander: Auferstehung; Wovon die Menschen leben.

Tschechow: Erzählung „Ariadna“.

Turgenjew: Iwan, in der Erzählung   
`Mein Nachbar Radilow´.

Ullmann, Ingeborg-Marie: Psycholinguistik-Psychosemiotik. Vandenhoeck und Ruprecht V., Göttingen, 1975.

Utsch, M. & Frick, E., Psychotherapeut (2015) 60: 451.

Vinnai, Gerhard: Die Austreibung der Kritik aus der Wissenschaft. Campus Verl. Frankfurt a.M., 1993 .

Virapen, John und Leo Koehof: Nebenwirkung Tod.   
Familien-V. Buchner, Kleinsendelbach, 2009.

Wahl, Heribert: Christliche Ethik und Psychoanalyse. Kösel-Verlag München, 1980.

Wahrig: Deutsches Wörterbuch. Bertelsmann Lexikon Verlag GMBH, 6. Aufl., Gütersloh, 1997.

Watzlawick, Paul : Vom Schlechten des Guten.   
Piper Verlag, München-Zürich, 1986.

Watzlawick, P., J.H. Beavin, D.D. Jackson : Menschliche Kommunikation.   
Hans Huber, Bern-Stuttgart-Wien, 1972.

Watzlawick, P., J.H. Weakland, R. Fisch : Lösungen.   
Hans Huber Verlag, Bern-Stuttgart-Wien, 1974.

Weinmann, Stefan: Erfolgsmythos Psychopharmaka. Psychiatrie-Verlag, Köln, 2008.

Weinrich, Michael (Hrsg.): Religion und Religionskritik. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2011.

Weitbrecht, Hans Jörg: Psychiatrie im Grundriss. Springer, Berlin, 1963.

Whitaker, Robert: [Anatomy of an Epidemic](http://www.madinamerica.com/2011/11/anatomy-of-an-epidemic/): Magic Bullets, Psychiatric Drugs, and the Astonishing Rise of Mental Illness in America, Crown, 2010.

Whorf , B. L.: Sprache, Denken, Wirklichkeit.   
Rowohlt Verlag, Hamburg, 1963, S. 39.

Wiebicke, Jürgen: Dürfen wir so bleiben, wie wir sind? Kiepenheuer & Witsch, Köln, 2013.

Wiesenhütter E.: Freud und seine Kritiker. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, 1974, S.17, 31, 43, 51, 52.

Wolle Stefan: Die heile Welt der Diktatur.   
Econ TB, München, 2001, S. 35.

Wöller, Wolfgang und Johannes Kruse: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart, 2005.

Wörterbuch der Logik. Hrsg. N.I. Kondakow,   
deb Verlag, Westberlin, 1978

Wygotski, L.S.: Denken und Sprechen.  
Fischer, Frankfurt a.M., 1974.

Wyss, Dieter: Die tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart. Göttingen, 1970.

Young, Sarah: Ich bin bei Dir. Gerth. Asslar. 2008.

Zimbardo, Philip G.: Psychology and Life. Harper Collins Publishers. 12.Ed. 1988. Ed. → R.J. Gerrig.

Zweig, Stefan: Der Kampf mit dem Dämon.   
Fischer TB 1998.

[Weitere Literaturangaben finden sich auch in entsprechenden Fußnoten].

### Verweise

<http://www.new-psychiatry.com/> (Englische Kurzfassung)

[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)

**Hinweis:**  
Kürzungen in der ungekürzten Fassung habe ich wie folgt gekennzeichnet:  
| = Kürzung nur weniger Sätze.  
(Siehe ggf. in ungekürzter Fassung.) = Kürzungen ganzer Abschnitte, Tabellen oder Grafiken.

Da die Überschriften der gekürzten und ungekürzten Fassungen meist gleich sind,   
kann man entsprechende ungekürzte Stellen in der ungekürzten Fassung leicht finden.

### Häufig verwendete Abkürzungen mit Erklärungen

| = Kürzung   
 (Bei größere Kürzungen schreibe ich `Siehe in ungekürzter Fassung´.)   
+ = positiv  
 − = negativ  
→ = `siehe´ oder `Folge ist´  
↕ oder ↔ = Symbol für Inversion  
~ = etwa (zum Teil auch für `zu sehr´ und `fremd´)  
¹ = erstrangig (wenn das Absolute über Relatives dominiert)  
² = zweitrangig (wenn Relatives über das Absolute dominiert)

\* = Zeichen für Verabsolutierung und/ oder Dominanz. Oft benutzt, um auf eine Verabsolutierung besonders  
 hinzuweisen.  
A = Absolutes

+A = positives Absolutes, −A = negatives Absolutes  
ASEEUPU = Abkürzung für die  7 Aspekte/Synonyme des Absoluten: Absolutes, Selbst, Eigentliches,  
 Einheitliches,Unbedingtes, Unabhängiges.  
∀ = Alles, hier im Sinn von fremdem Alles.   
 Teil des 2-teiligen Es: Alles und Nichts (∀/0)  
a.a.O. = am anderen Ort  
afA = absolutistisches fremdes Absolutes  
Asp. = Aspekt  
bzw. = beziehungsweise  
D = Dynamik  
DF = Differenzierungen   
DM = Dimensionen   
`Dyade´= Es bestehend aus Alles und Nichts.  
d.h. = das heißt  
ebd. = ebenda  
Es = dominierende Instanz, aus 2 oder 3 fA bestehend:  
 2 fA-Teile: Alles und Nichts (∀/0) = `Dyade´ oder   
 3 fA-Teile: Pro-fA bzw. +fA, Kontra-fA bzw. ‒fA und 0   
 = `Triade´  
Es/fA = Es oder fA-Teil vom Es  
f = fremd  
fA = fremde Absolutheiten:

Pro- bzw.+fA, Kontra- bzw. ‒fA[[859]](#footnote-858) und f0   
 (als 3 Teile eines Es) oder   
 als f∀ (fremdes Alles) und f0 (fremdes Nichts)  
 (als 2 Teile eines Es.)  
fS = Fremd-Selbsts allgemein (= personales Es/fA).

Als: Pro-fS = +fS; Kontra-fS = ‒fS und 0S (Nicht-Selbst).  
f0 oder nur 0 = fremdes Nichts = zweitrangiges Nichts.   
I = Ich  
i.d.R. = in der Regel  
i.e.S. = im engeren Sinn  
i.o.g.S. = im oben genannten Sinn  
i.w.S. = im weiteren Sinn  
K\* = Fremde komplexe Entitäten  
 aus ES/fA bestehend  
m.a.W. = mit anderen Worten  
m.o.w. = mehr oder weniger  
m. E. = meines Erachtens  
nf = neu, fremd  
Nichts = in dieser Arbeit als fremdes, zweitrangiges  
 Nichts f0 oder nur 0 abgekürzt.  
o.ä. = oder ähnlich

P = Person  
P¹ = erstrangiges Personales;   
P² = zweitrangiges Personales  
*R* = Relatives  
rfA = relativistisches Absolutes, Relativistisches  
pR = psychisch Relevantes  
*R =* Relatives (*R* steht für alles, was nicht A oder 0 ist.) *RFUUBSA* = Abkürzung für die 7 Aspekte/Synonyme des Relativen: Relatives, Fremdes, Uneigentliches,

Uneinheitliches, Bedingtes.  
S = Selbst  
s. = siehe oder →  
s.a. = siehe auch  
s.a.a.O. = siehe am anderen Ort.  
SLQZ = Sein, Leben, Qualitäten, Zusammenhänge  
STW = Stichwort  
`Triade´= Es bestehend aus 3 fA (pro/+, kontra/‒ und 0)  
u.a. = unter anderem  
v.a. = vor allem  
W = Welt, Wirklichkeit  
WPI = Welt/ Wirklichkeit, Person, Ich  
z.B. = zum Beispiel  
z.T. = zum Teil

## Index

Absolutes (A) 28

7 Synonyme des A 31

Gott und A 345

kollektives 247

negatives ‒A 61

positives +A 59, 344

Absolutes und Relatives im Vergleich **38**

Absolutes, Relatives

Symbole **40**

Abwehr und Gegenbesetzung 230

Abwehrmechanismen 230

Übersicht 234

Abwehrmittel 231

Abwehrziele 231

ADHS 329

Adjektive

absolute 27

Alles oder Nichts 172, 222

Alles und Nichts

Entstehung 128

Analogie von Sprache und Psyche 17

Angst 326

Anonyme Selbsthilfegruppen 414

Antipsychiatrie 331

Autonomie 55

Beziehungen

Phasen 247

Beziehungsstörungen 244

Buddhismus 364

Burn-out 327

Christentum 366

Christliche Einseitigkeiten 367

Coping 230

Depressive und manische Reaktionen **321**

Derealisierung 170

Dialektik 117, 142, *Siehe* Gegensätze

Differenzierung

allgemeine 17

Differenzierungsstufe

dritte 23

erste 19

zweite 22

Dynamik, personale 218

erst- und zweitrangige 218

Einheit 52

Einheiten/ Systeme

allgemein 41

Einheitspsychose 289

Elternrolle 279

Embodiment 406

Entgeistigung, Entseelung 173

Entzug 462

und Widerstand 383

Erlösung **338**, 472

Ersatzleid 268

Es

Definition 122

Entstehung 127

Es personales

Arten 159

Mutation und Adaptation 150

personales

Charakteristik 151

Differenzierung 157

DImensionen 153

Entstehung und Aufbau 151

Wahl des pEs 152

Teile 128

und FREUDsches Es 151

Valenzen 140, 141

wie Parasiten 167

Zwiespältigkeit 162

Es - die neue, fremde Entität 122–63

Esoterik 366

Es-Wirkungen

als +Es 206

als -Es 206

Arten 205

auf Personen

EInführung 182

auf Wirklichkeitsdimensionen 170

gegensätzliche 207

Expansion 241

Faszination

DIng, Objekt, Maschine 236

Selbstaufgabe 236

Sünde 236

Tod 236

Faszinationen

des Negativen 236

Fehlzentrierungen 130

Feminismus 245

Fortschrittsglaube 359

Freiheit 55

Fremdes Absolutes (fA)

absolutistisches 132

Entstehung 129

negatives= Kontra-fA 131

positives = Pro-fA 130

relativistisches 132

Fremd-Ich **208**

Fremd-Selbst 153

als Dyade 156

als fremdes personales Absolutes 153

als Monade/ Dyade 161

ambivalentes 161

Beispiele 154

Entstehung 154

Kehrseiten 156

positives und negatives 155

Freud 46, 116, 159, 162, 177, 229, 231, 260, 269, 289, 312, 322, 327, 334, 342, 350, 352, 371, 382, 392, 393, 469

Funktionalismus 353

Gegenbesetzung 232

Gegensätze **142**, 168

+fA und -fA 131

Dynamik 207

Dynamik, Beispiele **245**

Dynamik, personale 244

Gesetz der Entstehung 166

Übersicht mit wichtigsten Links **145**

Geschichten 488

Glaube und Wissen 69

Gott 59

das positive Absolute? 377

der Mensch und die Welt 378

Gott und die Welt 65

Gott und Leid 272

Götter und Teufel

falsche 378

Grundeinstellung 103

Grundeinstellungen

allgemein **454**

In Beziehungen **459**

Halluzinationen 320

Hassobjekte 131

Hinduismus 365

Hölderlin 82, 107, 179, 219, 276, 277, 342

Homunkulus 186

Humanismus 356

Kritik 357

Hyperformen 27, 166, 168, 169, 171, 185, 197, 199, 200, 201, 202, 203, 219

Ich

Absolutbereich 96

Arten 95, 96

Definitionen 95

Differenzierungen 98

eigentliches 96

Einteilungsübersicht 99

fremdes 97

Nicht-Ich 97

Vergleich mit Selbst 100

Ich und Selbst 100

religiöse Sicht 101

und `Etwas´ 102

Ich-Ideal 130

Idealismus 355

Identität **49**

unzerstörbare 473

Ideologien **181**

und Es 147

Individuation 105

Kritik der I. 105

Interaktionen, personale

Phasen 241

Inversion

Subjekt-Objekt 195

Inversionen 113–21

`Sünde´und I. 116

2 Anteile 112

Definitionen 114

Gegen-Inversion und I. 117

gesellschaftliche 115

individuelle 115

Orte der I. 115

Sprachanalogien und I. 118

systematische Auflistung 119

Verdrängung und I. 116

Verhalten und I. 116

Islam 362

Jaspers, Karl 12

Jung, C. G. 143, 197, 215, 340

individuation 105

Neurose 229

Kant 352

Kern-Selbst *Siehe* Selbst

Kind-Ich und Erwachsenen-Ich 465

Kollusion 247

familiäre 249

komplementäre 253

zwischen Partnern 251

Kommunikationsstörungen 328

Kompensation 230

Komplexe **215**

Körper, Seele, Geist

Spaltung 190

Zusammenhang 66, 94

Körperpsychotherapie 406

Krankeitsgewinn 269

Krankheit

Entwicklung, Biografie 278

Krankheit und Gesundheit 70

Krankheiten und Gesundheit

Rolle und Bedeutung 267

Krise 241, 256, 257, 259, 287

Kritik

am Christentum 372

am Materialismus 348

am positiven Denken 400

am säkularen Humanismus 357

an Neurowissebschaft 408

an Psychoanalyse 392

an Psychologie und Psychiatrie 415

an Religionen 370

an Schizophrenietheorien 313

an Verhaltenstherapie 398

an Wissenschaft 350

Pharmaindustrie 442

Selbsterlösung 374

Laing, R. D. 292, 433

Leben 57

Leib-Seele-Problem 94

Liebesobjekte 130

Lösung der Fixierung 468

Lösungen 49

der Psychoanalyse 342

nach Watzlawick 341

relative 432

und Erlösung 340

zweitrangige 339

M. Alzheimer 330

Materialismus **348**

Kritik 348

Materie und Geist 57

Mensch 65

und das Absolute 66

und Welt 67

Menschen als Ideale 438

Menschenrechte 60

Metapsychiatrie 108–276

Metapsychologie 14–73

Definition 14

metapsychologische Themen

spezielle 48

Metapsychotherapie 332–80, 420

Definition 332

Muss-Menschen 376

Negierung 170

Neurowissenschaft 408

Nicht-Ich *Siehe* Ich

Nichts **40**

Arten 41

Enstehung 133

Seiten des N. 237

Nicht-Selbst 157

Nietzsche 243, 276, 370

Nihilismus 157, 173, 215, 295, 318

Notlösungen

durch Krankheit 259, 434

Nullpunkt 242

Objekt 64

Objektrepräsentanzen

und Selbst 151

Opferdynamik **237**

Opferung 232

Paradoxien 117, 138, 141, 161, 168, 179, 193, 235

durch Psychotherapie? 389

Entstehung **189**

und Schizophrenie 301

Pastoralpsychologie, -psychiatrie 412

Person 74

Person als Es 219

Person und Psyche 74

Personale Störungen

De- Hypervitalisierung 193

De-, Fehlqualifizierungen 193

Derealisierungen 189

Einzelaspekte 197

Entselbstständigung 192

Entwurzelung 192

Fusionen 191

Negierung 186

Spaltungen 190

Verfremdung 187

Verunsicherung 191

Personale Störungen

Zerstörung 193

Personales, fremdes

Einzelbeispiel 205

Personales, fremdes, zweitrangiges

Übersicht 185

Person-Ding-Umkehr 198

Person-Es-Umkehr 183

Pespektive

absolute **334**

Philosophien **348**

Positives Denken, Kritik 400

Posttraumatische Belastungsstörungen 327

Primäre Psychotherapie **420**

Primärtherapie von A. Janov 395

Primärtugend 60

Profanierung 173

**Pseudoabsolute** **129**

Psyche

Definitionen 75

Dimensionen 82

eigene Definition 76

Einteilung 79

Psychoanalyse 391

Kritik 392

nach Freud 394

Psycholinguistik 24

Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie heute

Kritik 415

Psychopharmaka 442

Psychosen **287**

Übersicht 287

Psychosomatische Krankheiten 330

Psychotherapie

Einführung, Definitionen 381

Schwierigkeiten 381

Psychotherapie der Schizophrenie **448**

Psychotherapien

anthropozentrische 388

Dritte Wiener Schule 411

humanistische

integrative 404

Logotherapie 404

Salutogenese 405

systemische 404

spirituelle 410

transpersonale 411

Psychotherapierichtungen

Vor- und Nachteile 407

Qualitäten

gut und böse 58

Reaktionen *Siehe* Verhalten

Realismus 353

Relatives **35**

personales 93

Synonyme des R. 36

Religionen **361**

Religionskritiken 370

Resilienzforschung 405

Schizophrenie 291

Entstehung, Beispiel 295

gegensätzliche Symptome 300

Hauptursache Inversionen 292

Primäre Psychotherapie **452**

Symptome und Bedeutung 297

Theorien 292

Doppelbindungstheorie 310

Expressed-Emotion-Konzept 313

Kernbergs Objektbeziehungstheorie 310

Vulnerabilität-Stress-Modell 308

Übersicht 291

und Paradoxien 301

Schmerzen 327

Schuld 483

Schutz und Abwehr 485

Schutz, Abwehr 203

Seelsorge 413

Seinsformen 56

Selbst

7 Synonyme 88

absoluter Geist 89

eigentliches 88

falsches *Siehe* Fremd-Selbst

im Sprachgebrauch 89

Kern-Selbst 88

relatives-Selbst (Auch-Selbst) 88

S.48-54 82

Selbsterlösung 364, 374, **376**, 388, 393, 401, 472

Selbsthilfegruppen 413

Selbstoptimierung *Siehe* Selbsterlösung

Selbst-Stärke 85, 389, 462

Sicherheit 52

Sinn

von Krankheit 268

Sinnlosigkeit *Siehe* Nichts

Soteriogenese 413

Spaltung 170

Spaltungen

allgemein 190

Spiritualität und Psychotherapie 410

Sprachanalyse

konkret 106

Sprache

und psychisch Relevantes 17

Sprachgebrauch

Ich und Selbst 100

Sprachphilosophie 24

Stottern 232, 309

Streuung und Verdichtung

Beispiele 265

Streuung und Verdichtung 261

Subjekt 63

Subjekt-Objekt-Problem 63, 64

Subjekt-Objekt-Spaltung 191, 196

Subjekt-Objekt-Umkehr 195

Subjekt-Objekt-Umkehrung 172

Subjekt-Objekt-Verschmelzung 196

Sucht **228**, 330

Symbiose 219

Symptombildung

Faktoren 261

Symptome

Ableitungen, Deutungen 266

Entstehung 260

Symptomwandel 267

Täter 167, 220, 333, 485

Täter-Opfer-Problematik 62, 180, 187, 328, 389

Teufelskreise 242

Theodizee **272**

Therapien

ursächliche und symptomatische 432

Therapieziele

primäre und sekundäre **428**

Tod und Leben 70

Todestrieb 159, 236

Todsünden? 63

Triade, Dyade 128–40

Überanpassung 173, 281

Umkehr 114

Gott-Mensch 120

Übersicht 114

Umkehrung

des Kontext 172

ins Gegenteil 242

Subjekt-Objekt 172

verschiedene, ab Seite 171

Umkippen des Systems 166, 242

Umwelten 181

Ur 55

Urbild, "Ursünde", Urspaltung, Urschmerz 55

Ursachen

allgemein 53

für Krankheiten 111

Urvertrauen 46, 129, 367, 390, 462

Verabsolutierung

von Gesundheit 71

von Sachen und Ideen 439

Verdinglichung 173

Verfremdung 170

Verhalten

ambivalentes und paradoxes 222, 235

zweitrangiges 223

Verhaltenstherapien

achtsamkeitsbasierte 402

der Zukunft 403

dialektisch-behaviorale 402

kognitive 398

Kritik 398

Metakognition 403

rational-emotive 401

Verrückung 171

Virtuelle Welten 181

Wahl des Selbst / Wahl Gottes 469

Wahlfreiheit

absolute 67, 84, 469

Wahlmöglichkeit

absolute **103**

relative 104

Wahn **316**

Beispiel Entstehung **318**

Wahrheit 50

Weltanschauungen

anthropozentrische/ theozentrische 347

kritische Übersicht 345

optimale 377

suboptimale 374

Welten

verkehrte, paradoxe 179

Weltlichkeiten, fremde

autonome Phasen eines Es 212

Widersprüchliche 168

Widerstand **379**, **382**

Wille

absoluter und relativer 60

Wirklichkeit, eigentliche

Nachteile 178

Wirklichkeiten

fremde, zweitrangige 111

Bereiche 165

zweitrangige

Begriffe 165

zweitrangige, fremde

Entstehung 164

Wirklichkeiten, fremde

Begriffe und Sprache 177

Interaktionen

allgemeine 213

Vorteile 178

Wirklichkeiten, verschiedene

Vergleich **174**

Wirklichkeiten, zweitrangige

Gesellschaftssysteme 180

Hierarchien 167

Wissenschaft

Kritik 350

Wissenschaftskritik **351**

Yin-Yang 130

Zusammenhang

Geist, Materie 45

Körper, Psyche, Geist 94

Sprachformen und Psyche 45

von Einheiten 46

von Wirklichkeiten 45

Zuviel des Guten 172, 246, 252

Zwangsstörungen 324

Zweierlei Glück und Unglück 194

## Autor und Kontakt

Ich bin Nervenarzt-Psychotherapeut und habe jahrzehntelang v.a. psychotherapeutisch gearbeitet. Zu meiner Ausbildung siehe auch Angaben im Abschnitt `Einleitung´ in der ungekürzten Fassung.   
  
Ich habe weder gegenüber irgendwelchen Einzelpersonen noch Gruppen Verbindlichkeiten oder Verpflichtungen.

Über Rückmeldungen freue ich mich:

Dr. Torsten Oettinger  
Wewelsburger Weg 7  
D- 33100 Paderborn

per Mail: [2torsten.oettinger@gmail.com.](mailto:2torsten.oettinger@gmail.com.)  
  
© by T. Oettinger, 1999/ 2023 [Letzte Änderung: 30.01.2023]. Liz. CC BY SA.

Englische Kurzfassung: <http://www.new-psychiatry.com>

1. Ich verwende die Begriffe `Ismen´ bzw. `Ideologien´ beispielhaft als Sammelbegriff für alle Geisteshaltungen mit Absolutheitsanspruch, nicht nur für soziale, sondern auch, in Ermanglung besserer Begriffe, für doktrinäre u.ä. Haltungen in Familien und Einzelpersonen. [↑](#footnote-ref-1)
2. Ich schreibe „Sieg“, da es sich letztlich nur um einen Scheinsieg handelt. [↑](#footnote-ref-2)
3. Diese allgemeine Grundlage kann bei Bedarf individuell ausdifferenziert werden. [↑](#footnote-ref-3)
4. Näheres dazu in den Teilen `Metapsychologie´ und `Psychologie´. [↑](#footnote-ref-4)
5. Dazu gehören gerade die existenziellen Themen wie Glaube, Liebe, Hoffnung, Treue, Würde, Vertrauen, Hingabe, Trost, Einsamkeit, Verzweiflung, Schuld, Verzeihung, Sterben und Tod.   
   Ähnlich T. Fuchs: „Zentrale Begriffe der Psychiatrie ... sind nur auf dem Weg der philosophischen Reflexion zu erhellen.“ (S. 240). Und K. Jaspers: Wissenschaft ist in der Psychiatrie sei wichtig, aber die Ausschaltung der Philosophie für die Psychiatrie „verhängnisvoll.“ (S. 643)   
   Weiteres zu diesem Thema in `[Kritik an materialistischer Wissenschaft und Psychologie](#_Kritik_speziell_an)´. [↑](#footnote-ref-5)
6. Siehe auch Abschnitt `[Esoterik](#_Esoterik_und_ähnliche)´. [↑](#footnote-ref-6)
7. So ist etwa die Aussage, dass die Liebe der Eltern gut für ihre Kinder ist, zwar glaubwürdig, aber nicht beweisbar, da man Liebe nicht beweisen kann. [↑](#footnote-ref-7)
8. Karl Kraus, Nachts (Zeit); in: G. Fieguth: Deutsche Aphorismen, Reclam Verlag, Stuttgart 1978, S. 227. [↑](#footnote-ref-8)
9. Weiteres siehe in ungekürzter Fassung. [↑](#footnote-ref-9)
10. Diese, wie ich glaube, normale Erkenntnis, scheint in den letzten Jahren auch im universitären Bereich angekommen zu sein. Nach Thomas Fuchs (s. Lit.) haben sich in den letzten 20 Jahren vor allem in den angelsächsischen Ländern Forschungsbereiche für philosophische Fragen in der Psychiatrie etabliert. [↑](#footnote-ref-10)
11. Der **Topik** Freuds entsprächen etwa die Repräsentanzen psychisch relevanter (pr) Substantive und Subjekte; der **Dynamik** die der pr Verben und Prädikate und der **Ökonomik** v.a. die Repräsentanten der Dimensionen. [↑](#footnote-ref-11)
12. Siehe Fußnote Nr. 5. [↑](#footnote-ref-12)
13. 1. „Psyche“ oder „Seele“ ist die personale Form des psychisch Relevanten (pR).   
    2. Die Abkürzung `*R*´ allein steht für Relatives. [↑](#footnote-ref-13)
14. Das Nichts spielt eine besondere Rolle, auf die ich noch zurückkomme. [↑](#footnote-ref-14)
15. Victor Klemperer: „… Sprache dichtet und denkt nicht nur für mich, sie lenkt auch mein Gefühl, sie steuert mein ganzes seelisches Wesen, je selbstverständlicher, je unbewusster ich mich ihr überlasse.“ (S. 24) [↑](#footnote-ref-15)
16. Die besondere Bedeutung der Sprache für Denken und Erkenntnis der Menschen wurde schon von Nietzsche, Heidegger und Wittgenstein betont. Sprache als „unhintergehbare Bedingung oder Matrix des Denkens und der Erkenntnis. Stichwort: `linguistic turn´. [↑](#footnote-ref-16)
17. Siehe z.B. <https://de.wikipedia.org/wiki/Strukturalismus> , 2017. [↑](#footnote-ref-17)
18. Syntax: aus dem altgriechischen Wort σύνταξις ['syntaksis] (σύν: „zusammen“, τάξις: „Ordnung, Reihenfolge, Anordnung“). [↑](#footnote-ref-18)
19. Während, so glaube ich, die genannten Hauptaspekte bei jedem seelisch Relevanten obligatorisch wiederzufinden sind, so gilt dies für die einzelnen 23 Aspekte (s.u.) nur fakultativ. [↑](#footnote-ref-19)
20. Großes Fremdwörterbuch. [↑](#footnote-ref-20)
21. Aus H. Cibulka: Tagebücher, Halle (Saale), 1976, S. 137. Hervorhebung von mir. [↑](#footnote-ref-21)
22. Ortega y Gasset in: „Triumph des Augenblicks Glanz der Dauer“ DVA Stuttgart, 1983 S. 75ff. [↑](#footnote-ref-22)
23. a) Das Absolute ist das Wichtigste, Entscheidendste, Erstrangige.  
    b) Welche fundamentale Bedeutung ein einzelnes psychisch Relevantes hat, ist letztlich Glaubenssache.   
    In der Regel besteht in vielen Punkten aber Übereinstimmung. So etwa, dass Geld, Status, Äußerlichkeiten usw. keine absolute Bedeutung haben. [↑](#footnote-ref-23)
24. **Abkürzung: Relatives = *R***. Ich habe das *R* absichtlich *kursiv* geschrieben, um es von der Abkürzung des (psychisch) Relevanten (R) zu unterscheiden. [↑](#footnote-ref-24)
25. Das Nichts spielt eine besondere Rolle, auf die ich noch zurückkomme. Es existiert nur als Pseudo-Nichts (Nicht²), denn ein `echtes Nichts´(Nichts1) gibt es nicht. (Dieses wäre meines Erachtens eine Folge von -A). [↑](#footnote-ref-25)
26. `Vertikal´ bedeuted: vom höchsten und fundamentalsten Gesichtspunkt aus. (→ [absolute Perspektive](#_Die_absolute_Pespektive)) [↑](#footnote-ref-26)
27. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Absolutadjektiv>, 1/2012. [↑](#footnote-ref-27)
28. Dazu später Im Teil `Metapsychiatrie´ mehr. [↑](#footnote-ref-28)
29. In dieser Arbeit verwende ich die Begriffe Dimension und Bezugssystem synonym. [↑](#footnote-ref-29)
30. Aus <http://universal_lexikon.deacademic.com/66716/Bezugssystem> 2/2012. [↑](#footnote-ref-30)
31. Aus [www.wissen.de/lexikon/inertialsystem](http://www.wissen.de/lexikon/inertialsystem) 3/2013. [↑](#footnote-ref-31)
32. Großer Brockhaus, STW „Bezugssystem“. [↑](#footnote-ref-32)
33. Aus Schischkoff, STW „Raum“. [↑](#footnote-ref-33)
34. In Anlehnung an den Ausspruch von Novalis: „Wir suchen überall das Unbedingte und finden nur die Dinge.“ [↑](#footnote-ref-34)
35. „Erst kommt das Fressen, dann die Moral!“ B. Brecht. [↑](#footnote-ref-35)
36. In dieser Arbeit verwende ich die Begriffe `eigentlich´und `erstrangig´ und die Begriffe `fremd´ und`zweitrangig´ synonym. Ebenso die entsprechenden Abkürzungen. D.h. fA = A², während für A¹ der Einfachheit halber oft nur `A´ steht. [↑](#footnote-ref-36)
37. Wenn ich im Folgenden nur vom eigentlichen Absoluten bzw. erstrangigen Absoluten spreche, dann ist damit i.d.*R*. das positive gemeint. Das negative eigentliche Absolute bezeichne ich extra. [↑](#footnote-ref-37)
38. F. Nietzsche: „Es gibt mehr Götzen als Realitäten in der Welt.“ (Götzen-Dämmerung). [↑](#footnote-ref-38)
39. So ist es beispielsweise ein entscheidender Unterschied, ob ich glaube, dass die Moral für den Menschen da ist oder der Mensch für die Moral. Oder ob der Fortschritt oder die Wissenschaft oder sonst irgendein Relatives für den Menschen das ist oder umgekehrt. [↑](#footnote-ref-39)
40. 1. Peter B. Rohde: Kierkegaard, Rowohlt 1998, S. 37–42.  
    2. Von den früheren Philosophen haben sich v.a. Platon, Nicolaus von Cues, Spinoza, Kant, Schelling, Hegel und Fichte mit dem `Absoluten´ auseinandergesetzt. [↑](#footnote-ref-40)
41. Siehe Literaturverzeichnis. [↑](#footnote-ref-41)
42. „Im Materialismus und den auf ihn zurückführbaren Systemen findet ein Absolutes keinen Platz.“ (Schischkoff). [↑](#footnote-ref-42)
43. In dieser Arbeit nenne ich das personale Absolute das „Selbst“. Siehe später. [↑](#footnote-ref-43)
44. Folgerichtig sagt Gott von sich: „Ich bin, der ich bin“. [↑](#footnote-ref-44)
45. Die Duden-Grammatik etwa ordnet den Begriff `absolut´ typischerweise unter der Rubrik: `Adjektive, bei denen eine Vergleichsform nicht üblich ist´ ein. (S.a. Begriff der absoluten Adjektive vorne). [↑](#footnote-ref-45)
46. Ich kennzeichne der Einfachheit halber oft die erstrangigen A statt mit A¹ nur mit A. Wenn aber ihre Erstrangigkeit oder Gegensätzlichkeit zu den fA gekennzeichnet werden soll, schreibe ich A¹. [↑](#footnote-ref-46)
47. Mögliche Synonyme: absolutes, selbst, eigentliches, einheitliches, unbedingtes, primäres, unabhängiges Absolutes. [↑](#footnote-ref-47)
48. Mögliche Synonyme: relatives, anderes, mögliches, uneigentliches, teilweises, uneinheitliches, bedingtes, sekundäres, abhängiges Absolutes. [↑](#footnote-ref-48)
49. Einfachste Komplexe sind die fA, fS, ∀ und 0. Die `Es´ sind aus diesen Teilen zusammengesetzte Komplexe. `Hyperkomplexe´ bestehen aus vielen Es. (Siehe auch Abschnitt über [Komplexbildung](#_Bildung_von_Komplexen) im Teil `Metapsychiatrie´.) [↑](#footnote-ref-49)
50. 1. Wenn nicht anders angegeben, geht es hier um das eigentliche Relative.

    2. Ich wiederhole: Abkürzung: Relatives = *R*. [↑](#footnote-ref-50)
51. Vielleicht auch ein Teil eines anderen „größeren“ Relativen, wobei beide dann letztlich doch Teil eines A sind.   
    Über das Relative als Teil eines Nichts siehe später. [↑](#footnote-ref-51)
52. Zwar müssten die relativen Eigenschaften, wie gesagt, immer im Komparativ stehen, wie ich das hier angedeutet habe, worauf ich aber sonst in dieser Arbeit, der Einfachheit halber, i.d.R. verzichte. [↑](#footnote-ref-52)
53. Man könnte genauer formulieren: Das Relative ist letztlich nur relativ gut beweisbar, während das Absolute nicht beweisbar aber glaubwürdig ist. [↑](#footnote-ref-53)
54. Im Gegensatz zu den erstrangigen *R* wird hier deren Zwie- bzw. Trispältigkeit deutlich. [↑](#footnote-ref-54)
55. Ein Beispiel für ein erstrangiges Relatives: Man kann etwas tun oder auch nicht tun. Man hat die freie Wahl. [↑](#footnote-ref-55)
56. Die sprachliche Bedeutung von `etwas´ und `es´ wird beim personalen Relativen näher erläutert. [↑](#footnote-ref-56)
57. Wieder sei betont, dass in jedem Relativen auch Absolutes steckt. [↑](#footnote-ref-57)
58. Zwei Beispiele sollen verdeutlichen, dass nicht das jeweilige Relative, sondern der übergeordnete Absolutbereich wichtiger ist:  
    1. Wenn eine Person etwas relativ Positives, wie etwa Gerechtigkeit, Moral oder Besitz, verabsolutiert, so wird Gerechtigkeit ohne Liebe zur Unbarmherzigkeit, Moral ohne Liebe zum Moralismus und Besitzen-Wollen ohne Liebe zur Habgier.  
    2. Wenn andererseits eine Person etwas relativ Negatives tut, dieses aber seine relative Bedeutung behält und von einem +A abgepuffert wird, so wird in diesem Falle das Positive (etwa die positive Grundhaltung) eine stärkere Wirkung haben als das relativ Negative. Wenn etwa meine Frau zu mir sagt, wie dumm ich doch war, mir aber gleichzeitig zu verstehen gibt, dass sie mich liebt, dann fühle ich mich insgesamt gut, selbst wenn ihre Kritik überzogen war. [↑](#footnote-ref-58)
59. R¹ ist relativ mehrdeutig, d.h. der Sachverhalt kann *sowohl* so *als auch* anders gedeutet werden.   
    R² kann *entweder* so *oder* anders gedeutet werden. [↑](#footnote-ref-59)
60. Siehe z.B. <https://de.wikipedia.org/wiki/Substanz>, 3, 2017. [↑](#footnote-ref-60)
61. Ich glaube beide beeinflussen sich gegenseitig, aber das absolute Geistige hat das Primat. (Parallele zu den Ausführungen und Grafik in → [Zusammenhänge zwischen Körper, Psyche und Geist](#_Zusammenhänge_zwischen_Körper,). [↑](#footnote-ref-61)
62. Wie absolut etwa sind die sogenannten Naturkonstanten? Ohne Zweifel sind sie über längere Zeit konstant. Doch sind sie das immer? Waren sie auch dieselben zum Zeitpunkt des Urknalls wie heute? Werden sie es auch dann noch sein, wenn das Universum in der heutigen Form nicht mehr existiert? Ich glaube nicht. [↑](#footnote-ref-62)
63. Aus: Brockhaus Enzyklopädie. (S.a. Stichworte: Bezugssysteme, Raum, Felder). [↑](#footnote-ref-63)
64. Im Folgenden steht v.a. der Begriff `Einheiten´ der Einfachheit halber auch für Systeme und Wirklichkeitsformen. [↑](#footnote-ref-64)
65. Ganz genau könnte man, wie gesagt, zwei erstrangige Wirklichkeiten unterscheiden: eine +A-bestimmte und eine −A-bestimmte, in dem Sinn, dass ihnen allererste, nicht weiter ableitbare Ursachen zugrunde liegen. Allerdings glaube ich, dass die +A bestimmte Wirklichkeit eine stärkere, ewige Dimension hat. Insofern ist das Weltbild, das ich vertrete, kein eigentliches dualistisches Weltbild. [↑](#footnote-ref-65)
66. Wahrscheinlich sind alle Systeme absolut-bestimmt, nicht nur die psychisch relevanten. [↑](#footnote-ref-66)
67. Siehe etwa: LTI von Viktor Klemperer. [↑](#footnote-ref-67)
68. s.a. S. Freud: Urangst, Urszene; A. Janov: Urschmerz, Urschreitherapie; C. G. Jung: Urbilder, Ursituation;   
    E.H. Erikson: Urvertrauen. Siehe auch Abschnitt `[Gedanken zu anderen Ur](#_Gedanken_zu_anderen)´ später. [↑](#footnote-ref-68)
69. Hinweise: Auch hier verwende ich die Begriffe „erstrangig“ und „eigentlich“ sowie die Begriffe „fremd“ und „zweitrangig“ synonym - und verwende der Abwechslung halber mal den einen mal den anderen Begriff. [↑](#footnote-ref-69)
70. Über das erstrangige negative Absolute ([‒A](#_−Absolutes_(‒A))) s.a.a.O. [↑](#footnote-ref-70)
71. Diese Aussagen sind im Kern Glaubensaussagen, obwohl in der entsprechenden Literatur häufig der Anschein erweckt wird, als könnten Aussagen in diesem Bereich prinzipiell bewiesen werden. Häufig liest man etwa: „Es gibt keine absolute Wahrheit!“ Der entsprechende Autor müsste korrekterweise schreiben: „Ich glaube, es gibt keine absolute Wahrheit!“. [↑](#footnote-ref-71)
72. Duden, Das große Fremdwörterbuch. [↑](#footnote-ref-72)
73. Der Mensch hat von sich heraus absolute Identität nur in seiner [absoluten Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle), [↑](#footnote-ref-73)
74. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Symbolischer_Interaktionismus> 6/2013. [↑](#footnote-ref-74)
75. So kann eine relative Unwahrheit wahrer sein als eine relative Wahrheit.  
    Ein Beispiel dafür: Zwar ist die Aussage allgemein (überwiegend) richtig, dass man anderen Menschen nicht wehtun sollte, das Gegenteil kann in Einzelfällen (z.B. chirurgischer Eingriff) aber auch richtig sein.   
    (Ich verwende hier die Begriffe richtig und wahr, bzw. falsch und unwahr synonym.) [↑](#footnote-ref-75)
76. Deshalb sind die oft endlosen Diskussionen darüber, wer Recht hat, meistens sinnlos, weil in der Regel keine der beiden Seiten absolut Unrecht hat. [↑](#footnote-ref-76)
77. Wörterbuch der Logik S. 189 [↑](#footnote-ref-77)
78. Hier nur Stichworte. [↑](#footnote-ref-78)
79. ÄhnlicheAussagen: Wahrheit ist eine semantische Kategorie, Richtigkeit eine syntaktische Kategorie. [↑](#footnote-ref-79)
80. ... es sei denn der Mitmensch hat sich für −A¹ entschieden. [↑](#footnote-ref-80)
81. Da Teufelskreise sich im Relativbereich abspielen, sind sie am besten von einem +Absolutbereich her aufzulösen. (s. a.a.O.) [↑](#footnote-ref-81)
82. Bleuler E. Lehrbuch der Psychiatrie. Springer-Verlag Berlin-Heidelberg-New York, 1983, S. 132. [↑](#footnote-ref-82)
83. Seitdem bekannt ist, dass Traumatisierungen Gehirn- und Genveränderungen hervorrufen können, die vererbt werden können, relativieren sich auch manche Vorstellungen von Vererbung. <https://en.wikipedia.org/wiki/Transgenerational_trauma> 9/2018. [↑](#footnote-ref-83)
84. ... und ist mit uns noch durch den `Heiligen Geist´, `Quantenverschränkung´ oder Ähnliches verbunden?   
    Für mich eine schöne Vorstellung. → [Theodizee](#_Gott_und_Leid). [↑](#footnote-ref-84)
85. Das, was ich in dieser Arbeit die „Absoluteinstellung“ oder „Primärtugend“ nenne. [↑](#footnote-ref-85)
86. Ich benutze im Folgenden manchmal dafür nur die Begriffe `positiv´ und `negativ´. [↑](#footnote-ref-86)
87. Es kann aber unter bestimmten noch zu besprechenden Umständen positiven Charakter bekommen. [↑](#footnote-ref-87)
88. Ich sehe hier Parallelen zu den Arbeiten von Bert Hellinger: „Zweierlei Glück“, Carl-Auer Verlag 2010. [↑](#footnote-ref-88)
89. Diese „absolute Grundeinstellung“ könnte man auch primäre Gutwilligkeit oder Primärtugend nennen. Einerseits hat sie nur eine eingeschränkte Macht, da sie nur für die betreffende Person selbst absolut Bedeutung hat, andererseits kommt dadurch der Mensch mit Gott auf Augenhöhe. [↑](#footnote-ref-89)
90. Hier nur die Quintessenz der dort aufgeführten 30 Artikel. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Menschenrechte> 10/2010. [↑](#footnote-ref-90)
91. <https://de.wikipedia.org/wiki/Kardinaltugend> 1/2012. [↑](#footnote-ref-91)
92. Obwohl ich **das ‒A für ganz wesentlich für die Entstehung von Krankheiten** halte, habe ich mich in dieser Arbeit vor allem auf die pathogenen Auswirkungen der fA beschränkt, da diese veränderbar sind und die Ersteren (‒A) nicht. [↑](#footnote-ref-92)
93. D.h. relativ gegenüber dem absoluten Positiven, gegenüber Gott und dem eigenen „Wahlabsoluten“. [↑](#footnote-ref-93)
94. Daneben ist auch Gott für mich `erstrangiges personales Subjekt´. [↑](#footnote-ref-94)
95. Sonst: Gott als absolutes personales Subjekt. [↑](#footnote-ref-95)
96. Entsprechend mechanistisch ist die Wortwahl S. Freuds. [↑](#footnote-ref-96)
97. Zum freien Willen siehe später. [↑](#footnote-ref-97)
98. Damit sind das +A und seine Synonyme gemeint. [↑](#footnote-ref-98)
99. Diese Problematik wird später, vor allem bei der Behandlung der Schizophrenie und Depression, näher beleuchtet. [↑](#footnote-ref-99)
100. Ähnlich hat sich Kierkegaard geäußert. [↑](#footnote-ref-100)
101. Je nachdem, um welches pr System es sich handelt, werden z.T. unterschiedliche Begriffe das System bzw. seine Aspekte kennzeichnen. [↑](#footnote-ref-101)
102. `Nichts ist der Weisheit lästiger als übermäßiger Scharfsinn.´ <https://www.grin.com/document/118189>.  
     Ähnlich: `Adieu Sagesse´ (Daphne Du Maurier); `The Delusions of Certainty´ (Siri Hustvedt). [↑](#footnote-ref-102)
103. Y. Cohen: `Das misshandelte Kind´, Brandes und Apsel-Verlag, Frankfurt a.M., 2004, S.31. [↑](#footnote-ref-103)
104. Diese Aussage steht im Gegensatz zu V. Frankl, für den auch relative Sinnfindungen existenzielle Bedeutung haben. [↑](#footnote-ref-104)
105. Wenn sich beispielsweise ein Jugendlicher aus der Fixierung auf seine Eltern freimacht oder wir auf eine Illusion verzichten, dann bedeutet das auch einen Abschied, der sich in einer Depression manifestieren kann. Da dieser Zustand Folge einer progressiven Entwicklung ist, würde ich auch von progressiver oder „positiver Depression“ sprechen (oder von Depression im Rahmen einer progressiven Entwicklung). Eine „negative oder regressive Depression“ entstünde, wenn sich dieser Jugendliche diesem Ablösungsprozess nicht stellte, der ewige Sohn bliebe und in dieser Rolle depressiv würde bzw. wir an irgendwelchen Illusionen weiter festhalten, auch wenn sie sich schon lange als trügerisch erwiesen haben. Analog dazu wäre das Wohlbefinden bzw. die Gesundheit, die dieser Jugendliche sich durch Überanpassung an seine Eltern eine zeitlang sichern könnte, kritisch bzw. negativ zu sehen (negatives oder regressives Wohlbefinden). Ein anderes Beispiel: Schmerz, den man bekommt, weil man nicht regelmäßig zum Zahnarzt gegangen ist, ist anders zu bewerten als der Schmerz, den man während der Zahnarztbehandlung bekommt. [↑](#footnote-ref-105)
106. Stichwort: „Healthismus“. [↑](#footnote-ref-106)
107. S.a. Dynamik zwischen Pro-fA und Kontra-fA. [↑](#footnote-ref-107)
108. Die Begriffe `selbst´ und `etwas´ werden auch außerpersonell verwendet. Wenn nicht anders beschrieben, verwende ich sie hier nur personell. [↑](#footnote-ref-108)
109. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Psyche> 6/2015. [↑](#footnote-ref-109)
110. DWDS; STW `Psyche´ 2010. [↑](#footnote-ref-110)
111. <https://en.wikipedia.org/wiki/Psyche_%28psychology%29>, 8/2015. Ganz ähnlich R.J. Gerrig S.2. [↑](#footnote-ref-111)
112. Frank A. Gerbode in <http://www.forum.exscn.net/showthread.php?5935-Introduction-to-Metapsychology> [↑](#footnote-ref-112)
113. • Eigentlich kann man Psyche nicht exakt definieren, da sie einen spirituellen, nicht beweisbaren Kern enthält - quasi etwas Metapsychisches.  
     • Ich verwende die Begriffe `Psyche´ und `Seele´ in dieser Arbeit synonym. [↑](#footnote-ref-113)
114. Deshalb geht es in der Psychotherapie nicht nur um die Psyche im engeren Sinne, sondern um eine Therapie des psychisch Relevanten insgesamt. (Siehe `[Primäre Psychotherapie](#_`Primäre_Psychotherapie´)´). [↑](#footnote-ref-114)
115. In der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) sind in den Spalten B, C, D die häufigsten psychischen `Formen´ und `Bewegungen´ (Dynamiken) dargestellt. Fremde psychische Qualitäten finden sich in Spalten E bis V der Tabelle. [↑](#footnote-ref-115)
116. Der Begriff personal bedeutet, dass die Form, Dynamik oder Qualität mit einer Person zu tun hat.   
     Beispiele für „personale Verben“ wären etwa die Worte: identifizieren, verpflichten, erlauben, wünschen usw. [↑](#footnote-ref-116)
117. Ich möchte wieder betonen, dass ich die Sprache keineswegs für den einzigen, wohl aber für den wichtigsten und differenziertesten Ausdruck der Person halte. [↑](#footnote-ref-117)
118. Im erstrangigen Personalen ist der relative Bereich von P gleichzeitig ein Auch-Selbst-Bereich bzw. ein relativer Selbstbereich, wie man es nennen will, denn das relative Personale wird vom Selbst umschlossen.   
     Das ist beim später im Teil `Metapsychiatrie ´ zu besprechenden zweitrangigen, fremden Personalen nicht der Fall. [↑](#footnote-ref-118)
119. 1. Das `Ich´ hat prinzipiell den gleichen Aufbau wie die `Person´ oder `Psyche´ - siehe später.

     2. Person und Psyche setze ich hier gleich. [↑](#footnote-ref-119)
120. Um zwei Dimensionen handelt es sich, wenn man nur die absolute und relativen Dimensionen betrachtet, um drei Dimensionen, wenn man das Nichts auch als eigene Dimension sieht. [↑](#footnote-ref-120)
121. 1. In diesem Abschnitt ist mit `Selbst´das erstrangige, eigentliche Selbst gemeint. Es sei denn, es ist anders gekennzeichnet.  
     2. Das Selbst insgesamt umfasst also das Kern-Selbst und das pers. Relative, das so ein Auch-Selbst ist. [↑](#footnote-ref-121)
122. Im Unterschied zu dem später zu besprechenden `Es´, das ein die Person dominierendes verabsolutiertes Relatives und unterdrücktes Absolutes bezeichnet. [↑](#footnote-ref-122)
123. Das personale Nichts² scheint es nur in den zweiten Wirklichkeiten zu geben. (Siehe `Metapsychiatrie´). [↑](#footnote-ref-123)
124. Punkt 1.-3. im Wesentlichen aus Brockhaus Enzyklopädie, Mannheim 1996, STW `Selbst´.  
     Sehr ausführlich siehe in Jerome D. Levin: Theories of the Self, Taylor & Francis Inc., 1992 und   
     Fllorin Voicu, The Self and Therapy [(42) THE SELF AND THERAPY | Fllorin Voicu - Academia.edu](https://www.academia.edu/10827736/THE_SELF_AND_THERAPY). [↑](#footnote-ref-124)
125. „Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus.“ Suhrkamp, Frankfurt 1978, S.358. [↑](#footnote-ref-125)
126. Z.B.aus <http://www.suesske.de/kohut_selbst.htm>, 2019. [↑](#footnote-ref-126)
127. Tilmann Moser über Alice Miller: „Das Drama des begabten Kindes" aus DER SPIEGEL 29/1979 vom 16.07.1979, S.141 [↑](#footnote-ref-127)
128. Das Psychologie-Lexikon in: <http://www.psychology48.com/deu/d/selbst/selbst.htm> [↑](#footnote-ref-128)
129. Rudolf S. 63 [↑](#footnote-ref-129)
130. <https://de.wikipedia.org/wiki/Philosophie_des_Geistes> 11/2015. [↑](#footnote-ref-130)
131. Aus Schischkoff, STW `Entelechie´. [↑](#footnote-ref-131)
132. A. Gruen nennt eine Identität, die ausschließlich auf Identifikation beruht, „Verrat am Selbst“ ist   
     (s. gleichnamiges Buch). [↑](#footnote-ref-132)
133. → [absolute Grundeinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle) [↑](#footnote-ref-133)
134. Die Kennzeichnung dieser Beziehung als Liebesverhältnis zwischen Gott und uns Menschen habe ich schon erwähnt. [↑](#footnote-ref-134)
135. Siehe auch Abschnitt:`[Selbst-Stärke und Ich-Stärke](#_Selbst-Stärke_und_Ich-Stärke)´ später. [↑](#footnote-ref-135)
136. Eine der Ausnahmen: Luise Reddemann: „Würde - Annäherung an einen vergessenen Wert in der Psychotherapie“. Klett-Kotta, 2008. [↑](#footnote-ref-136)
137. D.h. das bin nur ich selbst und niemand anderes - im Sinn von Einzigartigkeit, absoluter Identität und Unvertretbarkeit. [↑](#footnote-ref-137)
138. [Absoluteinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle) der Person. Hier nicht eingezeichnet. Erklärung dazu später. [↑](#footnote-ref-138)
139. Die fremden Relativbereiche sind in der Abbildung schraffiert dargestellt. [↑](#footnote-ref-139)
140. Folgerichtig sagt Gott von sich: „Ich bin der ich bin“. [↑](#footnote-ref-140)
141. 1. Ich beziehe mich bei den folgenden Beispielen v.a. auf Wahrig, Deutsches Wörterbuch. Siehe Lit.  
      2. Grammatische Definition nach Wortschatz Portal Uni Leipzig:„`selbst´: Wortart: Pronominaladjektiv = Adjektiv, das die Beugung eines nachfolgenden [substantivierten] Adjektivs teils wie ein Adjektiv, teils wie ein Pronomen beeinflusst.“ [↑](#footnote-ref-141)
142. Herkunft aus lat. auctor „Urheber, Schöpfer“ [↑](#footnote-ref-142)
143. Das Wort `allein´ weist auch auf das Kernselbst hin, auf das Einzigartige der Person. Nur ich allein bin ich ganz selbst. [↑](#footnote-ref-143)
144. Diese Ausführungen gelten vor allem für das Kern-Selbst. [↑](#footnote-ref-144)
145. Einzige Ausnahme: die absolute Wahl des Absoluten, religiös die sog. Todsünde. [↑](#footnote-ref-145)
146. Für Menschen mit ausgeprägter Fremdbestimmung ist es schwer zu glauben, sie könnten um ihrer selbst willen geliebt werden. Sie sehnen sich zwar danach, glauben aber auch, ihre Liebenswertheit beweisen zu müssen. Sie verlangen parallel dazu, von den anderen Menschen Beweise ihrer Liebe. Das Fremd-Selbst sagt: Man muss sich die Liebe verdienen. Das Selbst sagt: Die Liebe ist umsonst. [↑](#footnote-ref-146)
147. Das Kern-Selbst hat keine Verantwortung im üblichen Sinn, aber die absolute Wahlmöglichkeit eines Absoluten, während das Auch-Selbst alle diese Verantwortungen hat. [↑](#footnote-ref-147)
148. Das Selbst kann auch die Fremd-Selbsts integrieren - leider ist es aber oft so, dass wir den Fremd-Selbsts mehr trauen als unserem eigenen Selbst. [↑](#footnote-ref-148)
149. Gemeint ist die Substanz von der man lebt und die man nicht angreifen sollte. [↑](#footnote-ref-149)
150. Dieses Faktum ist therapeutisch sehr wichtig. Es besagt, dass das Eigentliche, Wichtigste nicht erarbeitet, sondern nur gewählt werden muss. [↑](#footnote-ref-150)
151. Hierher gehören auch die Selbstrepräsentanzen. [↑](#footnote-ref-151)
152. Ähnlich sehe ich die Zusammenhänge zwischen Geist und Materie bzw. Sein und Bewusstsein. [↑](#footnote-ref-152)
153. Die Begriffe Geist und Selbst benutze ich hier synonym und in der positiven Konnotation.Mehr → [Selbst](#_Selbst_-_das)-. [↑](#footnote-ref-153)
154. Wie a.a.O. beschrieben, sehe ich die Psyche nicht nur auf die Einzelperson beaschränkt →   
      `[Neue Definition von Psyche´.](#_Neue_Definition_von) [↑](#footnote-ref-154)
155. Dieser Punkt entspricht Embodimenttheorien (z.B. J.J. von Uexküll, F.J. Varela, H.G. Petzold u.a.). [↑](#footnote-ref-155)
156. Die 3 letzten Zitate aus: Brockhaus Enzyklopädie, Mannheim, 1986-1994. [↑](#footnote-ref-156)
157. Wie erwähnt verwende ich die Begriffe`eigentlich´ und `erstrangig´ synonym und verwende, je nach Kontext, mal den einen oder anderen Begriff. [↑](#footnote-ref-157)
158. Die Bezeichnung `Nur-Ich-Selbst´ erfasst nur den individuellen einmaligen Wesenskern, der ihn auch von anderen Menschen unterscheidet. [↑](#footnote-ref-158)
159. IA = [Absoluteinstellung](#_Die_absolute,_existenzielle) des Ich. GA = Absolutzusagen Gottes [↑](#footnote-ref-159)
160. Siehe auch S. Freud: „Das Ich ist nicht Herr im eigenen Haus."   
     Freud beschrieb nur das, was ich zweitrangiges Personales nenne, das erstrangige war ihm unbekannt. [↑](#footnote-ref-160)
161. Das gilt zumindest im engeren Sinn, also dass sich dem Selbst kein Tätigkeitswort anschließt. Allerdings `wirkt´ und `hilft´ das Selbst dem Ich, ohne ihm die Freiheit zu nehmen. [↑](#footnote-ref-161)
162. Als ein völlig unabhängiges Zentrum einer Person bzw. eines Individuums/ Ichs entspricht es nur hier einem „reinen“ absoluten personellen /individuellen Subjekt, denn sonst sind Person und Individuum nur mehr oder weniger Subjekt und Objekt zugleich. (Siehe auch Begriffe `Subjektoid´ und `Objektoid´ als Begriffe zweitrangiger Subjekte oder Objekte). [↑](#footnote-ref-162)
163. Gott ist noch mehr als das + Absolute. [↑](#footnote-ref-163)
164. G. Herder nennt den Menschen den „ersten Freigelassenen“ (Phil.TB) [↑](#footnote-ref-164)
165. Diese "absolute Einstellung des Ich" ähnelt dem "absoluten Ich" von Johann Gottlieb Fichte und dem "absoluten Geist" von Hegel, ist aber mit beiden nicht identisch. Dieses absolute Ich hebt den Objekt-Subjekt-Gegensatz auf, unterscheidet aber beide und gibt dem Subjekt Priorität. [↑](#footnote-ref-165)
166. „Das eigentliche, einzige und tiefste Thema der Welt- und Menschengeschichte, dem alle übrigen untergeordnet sind, bleibt der Konflikt des Unglaubens und Glaubens.“ (West-östlicher Divan) [↑](#footnote-ref-166)
167. Ich postuliere hier die Priorität eines [freien Willens](#_8._Absoluter_und) dem Absoluten gegenüber statt eines bewussten Glaubensaktes. [↑](#footnote-ref-167)
168. Diese relativen Entscheidungen sind nie ganz eindeutig, so wie es die `absolute Entscheidung´ ist. [↑](#footnote-ref-168)
169. Nicht ohne Grund haben Menschen ohne diese freie `Metaposition´ Entscheidungsschwierigkeiten. [↑](#footnote-ref-169)
170. 1. <https://de.wikipedia.org/wiki/Standpunkt-Theorie> 11/2011.   
     2. Ähnliches kann man auch von den `Glaubenssystemen´ sagen. [↑](#footnote-ref-170)
171. Die folgenden Zitate sind Auszüge aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Individuation>, 3/2012. [↑](#footnote-ref-171)
172. S.a. Absatz [Identität, Selbst](#_Identität,_Selbst_(a2)) (a2) im Teil `Metapsychologie´. [↑](#footnote-ref-172)
173. "Die Fachleute der modernen Psychiatrie und die Akademien oder Institutionen auf diesem Gebiet haben einen enormen und besorgniserregenden Mangel an Bewusstsein über ihre eigenen grundlegenden philosophischen Prinzipien ..., das heißt, einen Mangel an Anerkennung der Metapsychiatrie."   
     [María Jiménez Azaustre](https://upf.academia.edu/Mar%C3%ADaJim%C3%A9nezAzaustre?swp=rr-ac-40215126), 2019. [↑](#footnote-ref-173)
174. In den USA wurde die Bezeichnung `Metapsychiatry´ von Thomas Hora in der zweiten Hälfte des 20. Jh.  
      „für eine spirituelle Lehre und Form der Psychotherapie“ eingeführt (→ <https://en.wikipedia.org/wiki/Metapsychiatry>). Sie ist jedoch als psychotherapeutische Methode nicht dasselbe wie die von mir beschriebene `Metapsychiatrie´.  
     Wie Thomas Hora halte auch ich die Erweiterung der Psychotherapie um spirituelle, religiöse oder existenzielle Dimensionen für sinnvoll, sehe aber zu seinen Ausführungen, wie z.B. zu seinem in den USA bekannten Buch „Beyond the dream", einige inhaltliche Unterschiede. [↑](#footnote-ref-174)
175. Rosenberg R. Some themes from the philosophy of psychiatry: a short review. Acta Psychiatry Scand. 1991; 84:408-12. [↑](#footnote-ref-175)
176. Siehe später zur Bedeutung des Begriffs `**fundamental**´. [↑](#footnote-ref-176)
177. 1. In dieser Publikation hat der Begriff "Ideologie" die Bedeutung eines dogmatischen gesellschaftlichen oder individuellen Weltbildes (siehe <https://en.wikipedia.org/wiki/Ideology>) oder, einfacher, die Bedeutung einer verabsolutierten Ideologie.  
     2. Die Verursachung psychischer Krankheiten durch das negative Absolute (‒A), das ich im Teil `Metapsychologie´ beschrieben habe, spielt in diesem Teil nur eine theoretische Rolle, da sich dieses ‒A nicht beweisen lässt. [↑](#footnote-ref-177)
178. Die Kenntnis des Teils `Metapsychologie´ wird angeraten. [↑](#footnote-ref-178)
179. Alle verwendeten Abkürzungen sind am Ende des Buches zu finden. [↑](#footnote-ref-179)
180. `A´ steht entweder für das eigentliche (erstrangige) Absolute oder für Absolutes allgemein. [↑](#footnote-ref-180)
181. Der Einfachheit halber habe ich es im Text meist nur `Alles´ genannt. Wenn aber seine Fremdheit und Zweitrangigkeit betont werden sollen, kennzeichne ich es extra mit einem Sternchen (\*). [↑](#footnote-ref-181)
182. Das Es ist immer dreiteilig, kann aber überwiegend zweiteilig oder einteilig erscheinen. Deshalb spreche ich nicht immer vom ganzen Es, sondern manchmal nur von seinen Teilen (dann häufig fA statt Es, wenn dessen Charakter im Vordergrund steht) obwohl die nicht genannten Teile an sich immer mit dabei sind. [↑](#footnote-ref-182)
183. Der Einfachheit halber spreche ich im Folgenden nur von Dimensionen oder Bedeutungen, bedenke dabei aber die `fundamentalen Werte´ mit. [↑](#footnote-ref-183)
184. Diese Hauptwirkung wird später noch differenzierter dargestellt. [↑](#footnote-ref-184)
185. 1. Diese vorläufigen Aussagen werden im Laufe der Arbeit weiter präzisiert.  
     2. Das die Wirklichkeit fremde Beherrschende nenne ich der Abwechlsung halber Es oder fA oder in der Person Fremd(es)-Selbst (fS).   
     3. Wie gesagt - dieses `Es´ ist nicht identisch mit S. Freuds`Es´. [↑](#footnote-ref-185)
186. 1. Zu den Ausnahmen dieser Aussage siehe später im Abschnitt   
      `[Rolle und Bedeutung von Krankheit und Gesundheit](#_Rolle_und_Bedeutung)´.  
      2. In B. Staehelins Veröffentlichungen fand ich 2016 ähnliche Gedanken. [↑](#footnote-ref-186)
187. Durch eine Verabsolutierung wird etwa aus einer relativen Unterschiedlichkeit ein konträrer Gegensatz, aus einer Zweiseitigkeit ein Zwiespalt usw. [↑](#footnote-ref-187)
188. +A und ‒A. [↑](#footnote-ref-188)
189. 1. Eine eigentliche absolut negative Welt steht hier nicht zur Debatte. Deshalb ist im Folgenden mit eigentlicher Welt oder Wirklichkeit die positive, also +A bestimmte, gemeint. Vielleicht ist es klug, nur von einer Welt zu sprechen, die aber aus vielen Wirklichkeiten besteht.  
     2. Die Begriffe uneigentlich, fremd und zweitrangig (bzw. die Symbole ² oder ´´) haben in dieser Arbeit die gleiche Bedeutung. Ich verwende mal den einen, mal den anderen Begriff, damit das Lesen nicht zu langweilig wird. Synonym werden auch die Begriffe eigentlich und erstrangig verwendet.  
     3. Der Begriff `Welt´ steht v.a. auch für die einzelnen pr `Einheiten´. `nf´ steht, wie gesagt, für `neu, fremd´. [↑](#footnote-ref-189)
190. SLQZ steht für Sein, Leben, Qualitäten und Zusammenhänge. Näheres siehe Teil I dieser Arbeit. [↑](#footnote-ref-190)
191. 1. José Hortega y Gasset in "Triumph des Augenblicks - Glanz der Dauer", DVA Stuttgart, 1983.  
      2. Ähnlich bei H.R. Niebuhr (<https://thinkingreed.wordpress.com/2012/01/27/h-r-niebuhrs-principles/> ),   
      P. Tillich und W. Daim. [↑](#footnote-ref-191)
192. Absolutes (A) und Relatives (*R*) und Nichts (0) fungieren hier als Leitbegriffe.   
      (Siehe sonst unter [Dimensionen](#_Dimensionen)). [↑](#footnote-ref-192)
193. 1. `Fundamentale Bedeutung´ heißt, dass jedes psychisch Relevante in seiner grundlegenden und wichtigsten Bedeutung und Rangfolge erfasst wird. 2. Für `Verkehrungen´ könnte man auch einsetzen: Verwechslungen oder Verdrehungen. [↑](#footnote-ref-193)
194. Nach M. Lurker symbolisiert die Schlange in zahlreichen Mythen und Überlieferungen ein ambivalentes Prinzip. (S. 629ff) Hier sind schon Spaltungsphänomene vorprogrammiert. [↑](#footnote-ref-194)
195. Anfangs handelt es sich fast immer um Faszinationen irgendeines Positiven\*, weil das Verführerische + konnotiert ist. Siehe im Gegensatz dazu → [Faszinationen des Negativen und Bösen](#_Faszination_des_Negativen). [↑](#footnote-ref-195)
196. **`Ideologie´ steht in dieser Arbeit als Schlüsselwort für alle inversiven Geisteshaltungen**. [↑](#footnote-ref-196)
197. S.a. <https://de.wikipedia.org/wiki/Idee> , 2016. [↑](#footnote-ref-197)
198. Jede Inversion kann so zu Gegensätzen, Dilemmata, Paradoxien führen. Später werden wir sehen, wie diese scheinbar so weit gegebsätzlichen fA sich gleichzeitig sehr nahe sind, einander bedingen und schnell ineinander übergehen. [↑](#footnote-ref-198)
199. Dazu später Näheres. [↑](#footnote-ref-199)
200. [↑](#footnote-ref-200)
201. Genauer: Es geht natürlich nur um die Worte, die für den Menschen relevant sind. [↑](#footnote-ref-201)
202. W. Jung; Grammatik der deutschen Sprache, S. 46 [↑](#footnote-ref-202)
203. Man achte nur einmal darauf, wie oft manche Menschen das Wort `müssen´ verwenden, ohne dass sie in einer Zwangslage sind. [↑](#footnote-ref-203)
204. Man könnte das Es deshalb auch `Invertant´ nennen. [↑](#footnote-ref-204)
205. Duden 1973, KZ 1148. [↑](#footnote-ref-205)
206. Impersonalien: unpersönliche Verben, die nur in der 3. Person Singular vorkommen.   
      Ggs.: Personalien = persönliche Verben [↑](#footnote-ref-206)
207. W. Jung, S. 337. [↑](#footnote-ref-207)
208. Auch wenn es unbewusst das Ich lenkt – so doch zu dessen Vorteil. Dazu gehören vor allem viele Funktionen und andere sinnvolle unbewusste Verhaltensmuster. [↑](#footnote-ref-208)
209. Aus: Abriss der Psychoanalyse, Gesammelte Werke 12 /67 zit. bei Rudolf Schmitt s.u. [↑](#footnote-ref-209)
210. New-York-Trilogie S. 135. [↑](#footnote-ref-210)
211. 2. Akt, 5. Szene. [↑](#footnote-ref-211)
212. Aus der Erzählung `Tod, der stolze Bruder´. [↑](#footnote-ref-212)
213. A.J. Cronin: `Der neue Assistent´, Bertelsmann Lesering. S.58. [↑](#footnote-ref-213)
214. Siehe auch `[Faszination der Selbstaufgabe](#_Faszination_der_Selbstaufgabe)´. [↑](#footnote-ref-214)
215. 1. Synonym verwendet: pro = +, kontra = ‒.  
      2. fA = fremdes Absolutes  
      3. Zum pro-fA zähle ich auch das afA = absolutistisches fA (auch Hyper-A);   
     Zum kontra-fA zähle ich auch das rfA = relativistisches fA (auch fremdes Relativistisches), die ich später noch bespreche. [↑](#footnote-ref-215)
216. Nach Nietzsche ist `die Vernunft die Ursache einer sinnlosen Zweiteilung der Welt´. <https://de.wikipedia.org/wiki/G%C3%B6tzen-D%C3%A4mmerung_oder_Wie_man_mit_dem_Hammer_philosophirt#cite_note-5> (7, 2017) [↑](#footnote-ref-216)
217. Genau genommen müsste statt der Begriffe: `fremd´ und `Fremdes´ ein Komparativ stehen, also `fremder´ bzw. `Fremderes´, denn es ist nicht total anders bzw. total fremd. Das total Andere wäre nur das absolut Fremde/ –A. [↑](#footnote-ref-217)
218. Kein Wunder, dass wir verwirrt oder gar paranoid werden, wenn wir von ihnen „befallen“ werden. [↑](#footnote-ref-218)
219. 1. Diese neuen fremden Wirklichkeiten werde ich im Wesentlichen als zweitrangige Wirklichkeiten bezeichnen. Als zweitrangige Welten, Personen und Ichs kürze ich sie manchmal mit `WPI²´ ab.

     2. Auch nichtverabsolutiertes relatives Geistiges kann sich materialisieren, bleibt aber dann untergeordnet und behält seinen ursprünglichen Charakter, d.h. die Person kann darüber verfügen. [↑](#footnote-ref-219)
220. Der Einfachheit halber schreibe ich für dieses fremde, zweitrangige Alles² i.d.R. nur `Alles´ und kennzeichnen das erstrangige Alles als Alles¹. [↑](#footnote-ref-220)
221. Sergi Avaliani: The Philosophy of Pseudoabsolute (World Philosophy) Nova Science Publishers Inc, 2018 [↑](#footnote-ref-221)
222. Martti Siirala: „Die Schizophrenie des Einzelnen und der Allgemeinheit“. Dietmar Klotz-Verlag, 1999.  
     Weitergehend kann man sagen, dass wir alle mehr oder weniger „schizophren“ und verrückt sind. [↑](#footnote-ref-222)
223. +fA bedeutet nicht, dass der Betreffende das entsprechende +fA immer als wohltuend empfindet, aber als für ihn Richtiges, wie etwa Pflicht\*. [↑](#footnote-ref-223)
224. A.a.O. habe ich aber auf die Besonderheit des Menschen, dass er ein eigenes (`Wahl´-)Absolutes besitzt, hingewiesen und dort diskutiert. [↑](#footnote-ref-224)
225. Die positive Fehlverabsolutierung ist auch immer eine partielle Leugnung der Wirklichkeit, weil deren negativen Anteile weggelassen werden! [↑](#footnote-ref-225)
226. Genauer könnte man die `**Ich-Ideal(e)**´einteilen in:   
     • Ich selbst bin mein eigenes Ideal = `Ideal-Ich´,  
     • Andere(s) ist mein Ideal (z.B. Idole etc.). [↑](#footnote-ref-226)
227. Zitate dazu: „Das Übel gedeiht nie besser, als wenn ein Ideal davorsteht.“ (Karl Kraus).   
     „Humanität ohne Divinität endet in Bestialität.“ (Friedrich Schleiermacher oder Grillparzer). [↑](#footnote-ref-227)
228. Auch Jesus brachte nicht Frieden um jeden Preis. (z.B. „Ich bin das Schwert!“). [↑](#footnote-ref-228)
229. D.h. alles Böse außer dem −A. [↑](#footnote-ref-229)
230. Es kann natürlich auch qualitativ Neutrales oder, selten, Positives negativ verabsolutiert werden   
      (siehe anschließend). [↑](#footnote-ref-230)
231. 1. Genaue Zuordnung der Originalzitate in „Geflügelte Worte“; [http://susning.nu/buchmann/0316.html l](%20%20http://susning.nu/buchmann/0316.html%20%20%20%20l), 2012.  
     2. Ähnlich ja auch die Feststellung von P. Watzlawick, dass ein Zuviel des Guten stets ins Böse umschlage.   
     In: Watzlawick, Paul, Vom Schlechten des Guten. Piper Verlag, München-Zürich, 1986. [↑](#footnote-ref-231)
232. Dabei ist diese Ansicht in sich paradox, weil sie das Relative ja doch absolut setzt. [↑](#footnote-ref-232)
233. Beispiel Mephisto zu Faust: „Nichts wirst du sehn in ewig leerer Ferne, den Schritt nicht hören den du tust, nichts Festes finden, wo du ruhst.“ Faust: **„In deinem Nichts hoff´ ich das All zu finden.“**   
     (Goethes Faust 2. Teil, 1. Akt.) [↑](#footnote-ref-233)
234. Das heutzutage in den Schizophrenietheorien favorisierte Vulnerabilitäts-Stress-Modell (das im Sinne dieser Arbeit die Auswirkungen negativer fA beschreibt) müsste zum Einen ergänzt werden durch ein Verführbarkeits-Verführungs-Modell (das die Auswirkungen positiver fA darstellt) und zum Anderen durch ein quasi Negierbarkeits-Negierungs-Modell (das die Auswirkungen des f0 darstellt). [↑](#footnote-ref-234)
235. Absolute Zusagen sind nicht: Gesundheit, materieller Besitz, Erfolg und Ähnliches.  
      Auch die + Absolutwahl von P ist ein +A. [↑](#footnote-ref-235)
236. R.M. Rilke: „Und wir, Tiere der Seele, verstört von allem in uns, noch nicht fertig zu nichts;   
     wir weidenden Seelen flehn wir zu dem Bescheidenden nächtens nicht um das Nicht-Gesicht,  
     das zu unserem Dunkel gehört?“; Aus: Das Karussell, Reclam, S.24. [↑](#footnote-ref-236)
237. Die Qualität der gleichen Konnotationen ist allerdings auch unterschiedlich und verfremdet, nur in den erstrangigen Systemen ist sie echt und adäquat. [↑](#footnote-ref-237)
238. Genau genommen ist das `Alles´ auch geteilt - erscheint aber als Gegenüber vom Nichts zunächst einteilig. [↑](#footnote-ref-238)
239. Besonders eindrucksvpll etwa bei manisch-depressiven Patienten. [↑](#footnote-ref-239)
240. Die Verbindung zwischen `Co-pro´ und `pro´ symbolisiert einen Pakt zwischen einer Pro-Form und einer Co-Form (`co´ = zusammen mit). [↑](#footnote-ref-240)
241. In der Alltagssprache kennt man diese Gegenüberstellungen in Form der Ausdrücke: „Schwarz-oder-Weiß“, „Freund oder Feind“ usw. Siehe auch C. G. Jungs Ansichten zu Gegensatzpaaren, z.B. in Form von Yin-Yang, Animus und Anima sowie der Gegensatz zwischen Ego und Alter-Ego (Schatten). [↑](#footnote-ref-241)
242. Ähnlich `[Oxymora](https://de.wikipedia.org/wiki/Oxymoron)´ als rhetorisches Stilmittel. [↑](#footnote-ref-242)
243. 3. mechanisches Gesetz nach Newton. [↑](#footnote-ref-243)
244. Ich verwende für solche dogmatisierten Weltanschauungen oder Einstellungen die Begriffe Ideologie oder Ismen synonym. [↑](#footnote-ref-244)
245. Hinweis: Unter `Ideologie´ verstehe ich, wie schon erwähnt, nicht nur die bekannten politische Ideologien, sondern ebenso dogmatische familiäre und individuelle Anschauungen.  
      [↑](#footnote-ref-245)
246. Da ich davon ausgehe, dass mancher Leser nur den einen oder anderen Abschnitt liest, habe ich das für das Verständnis Wichtigste kleingedruckt wiederholt. [↑](#footnote-ref-246)
247. Parallel dazu findet eine Auflösung aller Gesetzmäßigkeiten, also eine Chaotisierung statt. [↑](#footnote-ref-247)
248. Die Gleichsetzung von Fremd-Selbst und personalem Es ist umso eher gerechtfertigt, wenn man das Nicht-Selbst auch als eine Art von Fremd-Selbst ansieht. [↑](#footnote-ref-248)
249. Wöller, Wolfgang und Johannes Kruse: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart, 2005. Ebenso in: Reifungsprozesse und fördernde Umwelt, Fischer-V., Frankfurt a.M. 1985. [↑](#footnote-ref-249)
250. Z.B. • M. Foucault: „Es gibt keine Wahrheit über das Selbst ohne die Aufopferung des Selbst.“ S. 475  
     • F. Nietzsche: „Ich liebe alle die, welche schwere Tropfen sind, einzeln fallend aus der dunklen Wolke, die über den Menschen hängt: sie verkündigen, dass der Blitz kommt, und gehn als Verkündiger zu Grunde.“   
     Aus: Also sprach Zarathustra; Kap. 5. [↑](#footnote-ref-250)
251. Personales Es und Fremdselbst verwende ich auch hier, der Abwechslung halber, synonym. [↑](#footnote-ref-251)
252. Ein fremdes Ich-Selbst bildet, bildlich gesprochen, eine Art neue fremde Person oder Homunkulus im Betreffenden.   
     Wen wundert es da, wenn aus dieser Situation heraus, Menschen beispielsweise Stimmen hören. [↑](#footnote-ref-252)
253. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Todestrieb>, 2011. [↑](#footnote-ref-253)
254. Beispiele: Strömungen im Humanismus, Anthroposophie, The Work of Byron Katie etc. [↑](#footnote-ref-254)
255. Sie ist, wie erwähnt, nur in der Grundeinstellung zum Absoluten absolut. [↑](#footnote-ref-255)
256. Die Begriffe `Ideal-Ich´ und `Narzismus´ gehen in eine ähnliche Richtung.  
     Luther: "homo incurvatus in se ipsum."  
      [↑](#footnote-ref-256)
257. Ich verwende den Begriff `Monade´ - als ein Ausdruck zweitrangiger Wirklichkeiten - etwas anders als Leibniz. [↑](#footnote-ref-257)
258. Literatur bei Mertens, Peters und Wikipedia unter Stichwort „Triebmischung“. [↑](#footnote-ref-258)
259. So trägt jeder verabsolutierte Sieg\* auch die Niederlage\* oder eine Niederlage\* auch einen Sieg\*, ein Erfolg\* auch einen Misserfolg\* usw. in sich. [↑](#footnote-ref-259)
260. Eine Übersicht über die zweitrangigen Wirklichkeiten findet man in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalten L-N [↑](#footnote-ref-260)
261. Ich schreibe erstrangige Wirklichkeit absichtlich in der Einzahl und zweitrangige Wirklichkeiten in der Mehrzahl, weil diese m.E. so existieren. [↑](#footnote-ref-261)
262. - Die Begriffe `Wirklichkeit´ und `Welt´ verwende ich oft synonym und kürze sie `W´ ab. Sonst ist der Begriff der Wirklichkeit dem der Welt übergeordnet.  
     - Die Begriffe `Wirklichkeit´ und `Welt´ umfassen auch ganze Gesellschaften, ihre Kulturen und die Umwelt. [↑](#footnote-ref-262)
263. Siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) ab Spalte L. [↑](#footnote-ref-263)
264. Ich erinnere: Ein `Es´ besteht aus zwei oder drei fA. Was hier für das Es gilt, gilt auch für seine fA. Deshalb verwende ich auch hier der Abwechslung halber die Begriffe mal den einen oder anderen Begriff. [↑](#footnote-ref-264)
265. I.d.R. aber geht es v.a. dem Es gut und dem Rest-W² schlecht. [↑](#footnote-ref-265)
266. 1. Über weitere Gegensätzlichkeiten bzw. Spaltungen, wie etwa durch die Pro- und Kontra-Teile der Es, siehe a.a.O.  
      2. Wie erwähnt, können sich auch sog. Hyperformen bilden. [↑](#footnote-ref-266)
267. Auch die „Hyperformen", die vordergründig eindeutig erscheinen haben auch ihre Kehrseiten. [↑](#footnote-ref-267)
268. Schriftstellerisch haben diese Zwiespältigkeit und Unklarheit unseres Daseins neben vielen anderen H. v. Hofmannsthal (z.B. in seinem „Chandos-Brief“), Novalis, Rilke, Kafka und neuerdings auch P. Auster meisterhaft dargestellt. [↑](#footnote-ref-268)
269. Schon Rainer Maria Rilke bedauerte**: „**daß wir nicht sehr verläßlich zu Haus sind in der gedeuteten Welt.“  [↑](#footnote-ref-269)
270. Die Partizipanten haben, wie schon erwähnt, außerdem noch dieselben Eigenschaften wie die sie bestimmenden Es. [↑](#footnote-ref-270)
271. Ich habe hier Sternchen gesetzt, um die Verabsolutierungen noch deutlicher zu machen. [↑](#footnote-ref-271)
272. V.a. sein geistig-seelischer Bereich. [↑](#footnote-ref-272)
273. 1. Vgl. Digitaltechnik z.B. Bits (0 oder 1; hier = Alles oder Nichts.  
     2. Siehe auch Zitat: Donna Haraways Theorie der verwischenden Dichotomie a.a.O., das auch für ähnliche Zitate steht. [↑](#footnote-ref-273)
274. S.a. → Homunkulus. [↑](#footnote-ref-274)
275. Der Abwechslung halber verwende ich verschiedene Begriffe für einen Sachverhalt. Ich fasse hier z.B. die Begriffe `Welten´, `Wirklichkeiten´, `Realitäten´ oder `Systeme´ im Wesentlichen synonym auf. Sie können personal oder nichtpersonal sein. Auch die Begriffe `zweitrangig oder zweite oder 2.´ sind synonym verwendet. [↑](#footnote-ref-275)
276. Boris Pasternak: „Doktor Schiwago“. [↑](#footnote-ref-276)
277. Zit. aus V. Spierling „Kleine Geschichte der Philosophie; Piper-Verlag, 5. Aufl. 1997, S. 273. [↑](#footnote-ref-277)
278. Rainer Maria Rilke**: „**daß wir nicht sehr verläßlich zu Haus sind in der gedeuteten Welt.“  [↑](#footnote-ref-278)
279. Siehe z.B. Eckart Wiesenhütter: „Freud und seine Kritiker“; Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, 1974, S. 42 ff. [↑](#footnote-ref-279)
280. Bzw. nicht Dürfen. [↑](#footnote-ref-280)
281. Beispielzitat: „... durch die Auflösung (Unterdrückung, Ermordung) des Anderen (Frauen, Juden, Kalmücken, Mongolen, Asiaten, Untermenschen, Würmerfresser) findet er [der Faschist] zu einer scheinbar festen Ich-Form. Diese tödliche Selbstwerdung konnte sich im Holocaust und Russlandfeldzug massenhaft entfalten.”   
     Aus Rheinischer Merkur Nr. 8/ 2009; Auszug einer Rezension eines Buches über den Faschismus. [↑](#footnote-ref-281)
282. S. A. Tolstoja „Tagebücher“, I.Band. S.121, vom 25.10.1886. Rütten und Loening, Berlin 1988. [↑](#footnote-ref-282)
283. Hrsg. Ludwig Völker: „Komm, heilige Melancholie“, Reclam, Stuttgart 1983. [↑](#footnote-ref-283)
284. Vor allem Albert Camus mit seiner Philosophie des Absurden. [↑](#footnote-ref-284)
285. Siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte E. [↑](#footnote-ref-285)
286. Zur [Person-Ding-Umkehr](#_Zur_Person-Ding-Umkehr) und [Subjekt-Objekt-Umkehr](#_Die_Subjekt-Objekt-Umkehr) siehe später. [↑](#footnote-ref-286)
287. Man kann statt der Herrschaft der Es über die Person auch von der Herrschaft der Objekte\* (der verabsolutierten Objekte) über die Person als Subjekt sprechen. (Siehe später). Auch Th.W. Adorno hat sich damit auseinandergesetzt. „Objekte” kann auch die Herrschaft des Materiellen über das Geistige bedeuten. Also auch die Herrschaft des eigentlich Abhängigen über das eigentlich Unabhängige. [↑](#footnote-ref-287)
288. Bei dem Zweitrangigen, das die Person gegen ihr Erstrangiges eintauscht, findet man genau genommen immer Teil und Gegenteil und 0. [↑](#footnote-ref-288)
289. `fremd´ ist in dieser Tabelle nur ein Leitwort für alle möglichen zweitrangigen Charakteristika. [↑](#footnote-ref-289)
290. Deshalb ist etwa der Rat, man solle das tun, was einem guttut nur eingeschränkt richtig. [↑](#footnote-ref-290)
291. Bedenke auch [Person-Es-Umkehr](#_Person-Es-Umkehr) und alle anderen personalen Umkehrungen, die auch die Identität stören.  
      So sah W. Brandenburg im `Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit´ eine wesentliche Ursache für die Entstehung der Schizophrenie. [↑](#footnote-ref-291)
292. Code: „Zuordnung von Zeichen eines Zeichensystems zu Zeichen eines anderen Systems, so dass der Gehalt an Informationen unverändert bleibt“ (Wahrig). [↑](#footnote-ref-292)
293. Chiffren sind für K. Jaspers „Sprache der Transzendenz“. (Meyers TB Lexikon) [↑](#footnote-ref-293)
294. Dass, wie bekannt, durch die Verwechslung von Objekt- und Metaebene Paradoxien entstehen können, sagt Entsprechendes aus. [↑](#footnote-ref-294)
295. Siehe auch `[Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_des)´ [↑](#footnote-ref-295)
296. Eine Patientin drückte ihre paradoxe Gefühlssituation so aus: „Ich bin unglücklich-glücklich, weil ich im Glück fürchte, es zu verlieren und im Unglück es nicht mehr verlieren kann.” [↑](#footnote-ref-296)
297. Schizophrene Menschen erleben es oft so. [↑](#footnote-ref-297)
298. Den Begriff „Zweierlei Glück“ habe ich Bert Hellingers gleichnamigem Buch entlehnt. Um über Gleiches und Unterschiedliches zu seinen Auffassungen zu reflektieren fehlt hier der Platz. [↑](#footnote-ref-298)
299. Z.B. Michael Soyka, Heinrich Küfner: Alkoholismus - Missbrauch und Abhängigkeit, Entstehung - Folgen - Therapie (Net). [↑](#footnote-ref-299)
300. Wie oft habe ich nicht von Arbeitssüchtigen gehört, ihr Beruf sei doch ihr Hobby und mache Spaß, was solle denn daran falsch sein. [↑](#footnote-ref-300)
301. 1. Wen wundert es da, wenn aus diesem Grund Menschen Stimmen hören, denn das Fremd-Ich stellt eine Art neue fremde Person oder `Homunkulus` in dem Betroffenen dar.  
     2. Eine einseitig wissenschaftsorientierte Psychologie/ Psychiatrie ist besonders in Gefahr den Menschen zum `Gegenstand´ ihrer Untersuchungen und Therapie zu machen. [↑](#footnote-ref-301)
302. Ebenso kann man auch von einer Verwechslung des Lebendigen und Dinghaften bzw. des Personalen und Apersonalen mit ähnlichen Folgen sprechen → [Person-Ding-Umkehr](#_Zur_Person-Ding-Umkehr).

     . Hierher gehört auch die Täter-Opfer-Umkehrung - d.h. das Opfer wird als Täter und dieseer als Opfer angesehen. [↑](#footnote-ref-302)
303. Zum Glück nur ein relativer (scheinbarer, unvollständiger usw.) Sieg, so wie die hier beschriebenen Spaltungen letztlich auch nur relative sind, obwohl sie vom Betroffenen oft absolut erlebt werden. [↑](#footnote-ref-303)
304. Das Symbol `~´ oder die Abkürzung `f´ stehen hier für `fremd´ und dessen Synonyme. [↑](#footnote-ref-304)
305. Nach Christof Goddemeier; Aus: Deutsches Ärzteblatt, Jg 108, Heft 38, 23.9. 2011, S. 1665. [↑](#footnote-ref-305)
306. Diese, wie auch weiter unten aufgeführte Charakteristika, finden sich vor allem bei den schizophrenen Psychosen wieder. [↑](#footnote-ref-306)
307. Siehe zum Beispiel die ausgezeichnete Beschreibung des Verlustes an Kreativität von Peter M Rojcewicz in [(5) Existential Intimacy of Learning: A Noetic Turn from STEM | Peter M Rojcewicz - Academia.edu](https://www.academia.edu/50834051/Existential_Intimacy_of_Learning_A_Noetic_Turn_from_STEM). [↑](#footnote-ref-307)
308. Original: “So we beat on, boats against the current, borne back ceaselessly into the past.” [↑](#footnote-ref-308)
309. Blaise Pascal: aus Lorenz Marti: Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe?; Herder Verlag 2006, S. 92. [↑](#footnote-ref-309)
310. Pazifismus und Militarismus bzw. Überfriedlichkeit und Aggressivität sind typische Gegensätze, die sich ab einem bestimmten Punkt nicht abschwächen, sondern verstärken oder abwechseln (Umkippen ins Gegenteil). Das erlebt man bei Paaren, Gruppen oder auch Gesellschaften. [↑](#footnote-ref-310)
311. So versteht Henri Maldiney Psychose als das Ergebnis eines Zusammenbruchs der Offenheit angesichts des Ereignisses. (Samuel Thoma) [↑](#footnote-ref-311)
312. Sonst wird P v.a. gegenteilig oder 0, dazu später mehr. [↑](#footnote-ref-312)
313. Diese Einteilung in obligatorische oder fakultative Wirkungen bzw. die Einteilung in verschiedene Aspekte überhaupt, ist natürlich etwas willkürlich, so wie man ja auch nicht irgendetwas ganz eindeutig irgendeiner Klasse zuordnen kann, da alles letztlich nur mit sich selbst völlig identisch ist. [↑](#footnote-ref-313)
314. Die \* sollen nochmals darauf hinweisen, dass es sich um Verabsolutiertes handelt. [↑](#footnote-ref-314)
315. Super-Ego hat hier eine andere Bedeutung als Über-Ich, das im Englischen auch als Super-Ego bezeichnet wird. Man könnte dieses Super-Ego auch Hyper-Ego nennen. [↑](#footnote-ref-315)
316. H. von Hofmannsthal etwa spricht von den „Drohungen“, den „Verlockungen“ und den „Verführungen des Lebens“, die sich das Ich aus der „inneren Einsamkeit und Verlorenheit“ heraus geradezu ersehnt. (zit. Nachwort zu „Die Erzählungen“ TB Insel-Verlag S.378). Ebd. S. 380 spricht er „von der Gefahr, dass das Ego die Liebe verlerne.“ [↑](#footnote-ref-316)
317. Durch die Entindividualisierung wird das Individuum (wörtlich: das Unteilbare) subjektiv teilbar. [↑](#footnote-ref-317)
318. S. Freuds Auffassung, daß das Ich nicht Herr sei in seinem eigenen Haus klingt ähnlich, entspricht aber nur teilweise meiner Meinung. [↑](#footnote-ref-318)
319. Absolut ist nur die Verwechslung von +A und −A. [↑](#footnote-ref-319)
320. **Hinweise:**  
     1. Die Begriffe `fremd´ und `zweitrangig´ (²) verwende ich synonym.   
     2. Wo es klar ist, dass es sich um Zweitrangiges handelt, lasse ich der Einfachheit halber   
      die Kennzeichnung `²´ oft weg. [↑](#footnote-ref-320)
321. Das ist der Hauptgrund, warum wir nicht gleich gesund sind, auch wenn die Ursachen schon beseitigt sind. [↑](#footnote-ref-321)
322. `Absolutismen´ fungiert hier als Sammelbegriff für Ideologien, die eine Geisteshaltung verabsolutiert haben. [↑](#footnote-ref-322)
323. Siehe auch `Autonome Phasen des Es´. [↑](#footnote-ref-323)
324. In der psychiatrischen Terminologie wird ein Komplex oft aus 2 Gegensätzen bestehend angegeben;   
     z.B. Vater-Sohn-K. oder Huren-Heilige-K. siehe unten. [↑](#footnote-ref-324)
325. Peters, Lexikon Psychiatrie, siehe Lit.angaben. [↑](#footnote-ref-325)
326. Die Psychoanalyse unterscheidet allerdings nicht zwischen Übertragung von Absolutem und Relativem.   
     Hier steht die Übertragung von fremden Absolutheiten im Vordergrund. [↑](#footnote-ref-326)
327. Wiederholungen bitte ich zu entschuldigen. [↑](#footnote-ref-327)
328. Lebt P1 bewusster? Ich glaube, die erstrangige personale Dynamik ist bewusster, die zweitrangige eher unbewusst, denn das Es denkt nicht. [↑](#footnote-ref-328)
329. In den folgenden Abschnitten schreibe ich der Einfachheit halber statt `P²´ nur `P´, aber `P²´, wenn ich den zweitrangigen Charakter extra betonen will. [↑](#footnote-ref-329)
330. Eigentlicher, primärer Täter wäre P dann, wenn sie aus ihrem eigenen absoluten `Ich-Selbst´ heraus handelte. [↑](#footnote-ref-330)
331. Auch nicht das „oder“, das eine Alternative eröffnet. [↑](#footnote-ref-331)
332. Vergleiche: `Wer ist aus Holz´ von J. Foudraine, R. Piper & Co. Verlag, München, 1974. [↑](#footnote-ref-332)
333. Dieses Alles-oder-Nichts-Gesetz kennt man ja auch in der Physiologie. Ich sehe die psychologischen Reaktionen analog dazu. [↑](#footnote-ref-333)
334. Jede Sünde ist wie ein zweischneidiges Schwert. Sir 21,4. [↑](#footnote-ref-334)
335. Der Einfachheit halber schreibe ich i.d.R. statt P² meist nur P. [↑](#footnote-ref-335)
336. Vielleicht hängt die Redewendung: „Jemand springt im Dreieck“, wenn er nicht weiter weiß, mit dieser Situation zusammen. [↑](#footnote-ref-336)
337. In der Literatur `substanzungebundene Abhängigkeiten´ genannt. [↑](#footnote-ref-337)
338. Beide Zitate z.T. sinngemäß nach U.H. Peters Lexikon STW „Ersatz-Bildung“ und „Ersatz-Befriedigung“. [↑](#footnote-ref-338)
339. Ich verweise wieder auf Bert Hellinger: „Zweierlei Glück“ mit einer ähnlichen Auffassung. [↑](#footnote-ref-339)
340. Der „Suchtcharakter“ nach Krankheit wird auch, nicht ohne Grund, in der alten Bezeichnung für Tuberkulose als „Schwindsucht“ deutlich. [↑](#footnote-ref-340)
341. W. Bräutigam, P. Christian, M. von Rad: Psychosomatische Medizin. Thieme, 1997, S. 32. [↑](#footnote-ref-341)
342. Der Begriff Gegenbesetzung wird in der Literatur unterschiedlich definiert. Ich verwende ihn hier im Sinne einer Abwehr eines Teils durch sein Gegenteil, ähnlich der sog. Reaktionsbildung. Statt `Gegenbesetzung´würde ich deshalb von `Abwehr durch Gegenteile´ sprechen. Siehe auch Abschnitt: `[Die Gegensätze](#_Die_Gegensätze)´, wo wir feststellten, wie durch Inversionen in den 2. Wirklichkeiten Gegensätze entstehen, die sich verstärken, bekämpfen oder neutralisieren können. Um die beiden letzteren Funktionen geht es hier. [↑](#footnote-ref-342)
343. Der `Götze´, das +fA wirkt dabei kruzfristig noch stärker als das +A, aber eben nur kurzfristig und um irgendeinen Preis. [↑](#footnote-ref-343)
344. In: D.B. Hellmann: „Zwei Frauen“ Bastei-Lübbe TB, 1992, S. 192 [↑](#footnote-ref-344)
345. Rheinischer Merkur 50/2005. [↑](#footnote-ref-345)
346. Wie a.a.O. beschrieben, ist das Kontra-fA der größte Feind oder Freund des Pro-fA. [↑](#footnote-ref-346)
347. I.D. Yalom „Die Schopenhauer-Kur“ btb-Verlag München. 2006. [↑](#footnote-ref-347)
348. Zur christlichen Sicht dazu siehe z.B. unter „Metapsychotherapie“. [↑](#footnote-ref-348)
349. Nach Peters STW Gegenbesetzung, 2000. [↑](#footnote-ref-349)
350. Anmerkung: S. Freud beschreibt nur Dynamiken aus W². [↑](#footnote-ref-350)
351. Der Einfachheit halber bezeichne ich das zweitrangige Ich, das Ich², im Folgenden nur als Ich. [↑](#footnote-ref-351)
352. Extremes ambivalentes Verhalten z.B. vor dem [Umkehrung ins Gegenteil](#_•_Umkippen_eines). [↑](#footnote-ref-352)
353. Tennesee Williams: „If I got rid of my demons, I´d lose my angels too.“ [↑](#footnote-ref-353)
354. Wie bekannt, bei Borderline Patienten besonders ausgeprägt. [↑](#footnote-ref-354)
355. Franz Werfel zit. In P.S. Jungk: „Franz Werfel: Eine Lebensgeschichte“. S. 257 [↑](#footnote-ref-355)
356. Siehe S. Freuds „Thanatos“. [↑](#footnote-ref-356)
357. Es gibt allerdings, so glaube ich, auch Menschen, die von vornherein böse sind. [↑](#footnote-ref-357)
358. Karen Horney nannte sie „Pressengel“. [↑](#footnote-ref-358)
359. Dazu gehört auch die Faszination, die Diktatoren, Mörder, Kriminelle, Lasterhafte usw. auf entsprechende Gegentypen haben. [↑](#footnote-ref-359)
360. Sekundär können für P auch andere Ziele in den Vordergrund rücken, wie etwa Selbstbestrafung - s. später. [↑](#footnote-ref-360)
361. Beispiel: Einseitige Liebe zum Nächsten geht vor allem auf Kosten der Selbstliebe (und auch auf Kosten einer richtigen Liebe zum Nächsten), wie auch eine einseitige Selbstliebe (Egoismus) auf Kosten der Liebe zum Nächsten geht (und letztlich der Egoist auch zu kurz kommt.)   
     Allgemein: Ein verabsolutiertes Zweitrangiges hat vor allem den Verlust des jeweiligen erstrangigen Gegenteils aber auch des Zweitrangigen selbst zur Folge. [↑](#footnote-ref-361)
362. Im Folgenden erwähne ich nur die wichtigsten Parameter.  
     In den Spalten N und Q wird der Verlust in der jeweils 1. Zeile pro Zelle angegeben. [↑](#footnote-ref-362)
363. Wir werden etwa `Märtyrer eines Ideals´ (Th. Mann in der Erzählung `Karl Eugen Eiselein´). [↑](#footnote-ref-363)
364. 1. Der Abwechslung halber habe ich z.T. von Opferung `eigener´ oder von Opferung `personaler´ Aspekte geschrieben, wobei Ersteres sich auf den Betreffenden selbst, Letzteres sich auch auf andere Personen beziehen kann.   
     2. Die Aufzählung soll nicht mehr als eine grobe Übersicht bedeuten. [↑](#footnote-ref-364)
365. Z.B. Nietzsche: "... der Mensch (ist) auf eine schiefe Ebene geraten. Er rollt immer schneller nunmehr aus dem Mittelpunkt weg - wohin? Ins Nichts?“ [↑](#footnote-ref-365)
366. **Man kann in allen Aspekten von WPI dieses Umkippen ins Gegenteil nach diesem Grundmuster finden, das durch alle möglichen Es hervorgerufen werden kann!**    
     Z.B. Robert Musil: „Ideale haben merkwürdige Eigenschaften und darunter auch die, daß sie in ihren Widersinn umschlagen, wenn man sie genau befolgen will.“ Der Mann ohne Eigenschaften, Rowohlt, 2002, S. 32.  
     Oder: Zuviel des Guten wird schlecht. [↑](#footnote-ref-366)
367. Der Preis, den P bezahlt, muss nicht nur die Gesundheit sein, sondern kann jeden anderen pr Bereich betreffen. Da in dieser Arbeit jedoch Krankheit im Vordergrund steht, konzentriere ich mich auf diese.   
     Sonst s. Gesamtübersichtstabelle. [↑](#footnote-ref-367)
368. P² = zweitrangiges Personales. [↑](#footnote-ref-368)
369. = Fusionen, Symbiosen, zu gleiche Ansichten, Verhalten usw. [↑](#footnote-ref-369)
370. = Feindschaften, Inkompatibilitäten mit unüberbrückbaren Konflikten usw. [↑](#footnote-ref-370)
371. Ich vermute, viele Beziehungen scheitern nicht nur an zuwenig, sondern auch an zuviel (übertriebener) Liebe, weil zuviel des Guten schlecht ist. [↑](#footnote-ref-371)
372. Deshalb haben auch in Beziehungskonflikten alle Beteiligten mehr oder weniger recht. [↑](#footnote-ref-372)
373. Im Folgenden nenne ich das Fremde uns Bestimmende meistens Fremd-Selbst (fS) oder fremdes Absolutes (fA).   
     Man kann auch wegen des a.a.O. beschriebenen Zusammenwirkens mehrerer fA-Teile vom `Es´ sprechen. [↑](#footnote-ref-373)
374. Synonyme: Pakt, falsche Freundschaft, z.T. Symbiose. [↑](#footnote-ref-374)
375. Wie gesagt, könnten in diesem Beispiel auch Vater oder Mutter selbst (und was sie vertreten) oder sonst eine Person einen falschen Mittelpunkt im System bilden. [↑](#footnote-ref-375)
376. Zit. bei M. Selvini Palazzoli. Das Zitat hebt m.E. sehr eindrücklich die zentrale Rolle von dem, was ich fremdes Absolutes (fA) nenne, hervor. [↑](#footnote-ref-376)
377. Das unangepasste Mitglied kommt meist in eine Gegenrolle (z.B. Schwarzes Schaf), die ein gewisses Systemgleichgewicht wiederherstellt. Oder es wird liquidiert, auf Null gebracht. Zum Ausgleich kann aber auch ein äußeres Feindbild dienen. [↑](#footnote-ref-377)
378. Dabei kann statt „Mann“ oder „Frau“ auch jede andere Personen- oder Gruppenbeziehung stehen. [↑](#footnote-ref-378)
379. In der nächsten Generation findet man überhäufig die gleichen fA (bzw. Kollusionsmuster) oder gegenteilige. [↑](#footnote-ref-379)
380. Siehe insbesondere Jürg Willi: Die Zweierbeziehung, Rowohlt TB 1975/ 2012. [↑](#footnote-ref-380)
381. Aus religiöser Sicht sind Beziehungen, die nicht im +A gründen, besonders gefährdet. Warum? Ich glaube wir Menschen sind auf eine absolute, unbedingte Liebe hin angelegt, die uns kein Mitmensch, sondern nur Gott geben kann. Allerdings ist auch das ist keine Garantie für eine glückliche Beziehung. [↑](#footnote-ref-381)
382. Jürg Willi: Die Zweierbeziehung, Rowohlt, S. 14. [↑](#footnote-ref-382)
383. Wenn eine P die Sache über sich stellt und sich mit ihr identifiziert, dann ist es aus dieser Sicht ein Angriff auf die eigene Person, wenn jemand die Sache angreift. [↑](#footnote-ref-383)
384. Natürlich meinen es alle nicht immer gut. Niemand aber kann von außen über die Motivation der Anderen urteilen. Deshalb ist es klug, zunächst von einer positiven Motivation aller Systemmitglieder auszugehen, ohne eine negative auszuschließen. [↑](#footnote-ref-384)
385. A.a.O. werden andere [Notlösungen](#_Notlösungen) erwähnt. [↑](#footnote-ref-385)
386. Über die Verabsolutierung des relativen Guten s.a.a.O. [↑](#footnote-ref-386)
387. Dem Thema dieser Arbeit entsprechend geht es hier um *psychische* Symptome und Krankheiten. [↑](#footnote-ref-387)
388. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Feldtheorie_%28Psychologie%29>, 2013. [↑](#footnote-ref-388)
389. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Symptomwandel>, 2013. [↑](#footnote-ref-389)
390. D.h. auch von Gott kann relativ Negatives kommen und vom ‒A relativ Positives, aber Gott zielt letztlich auf das +A hin und das –A hat das Negative zum Ziel. [↑](#footnote-ref-390)
391. Siehe Heimann a.a.O. [↑](#footnote-ref-391)
392. Ähnlich: Generalisation und Abstraktion. [↑](#footnote-ref-392)
393. E. Bleuler a.a.O. S. 113. [↑](#footnote-ref-393)
394. A.R. Brunoni in <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v44n6/0101-6083-rpc-44-06-0154.pdf>, 2017. [↑](#footnote-ref-394)
395. Hier der Einfachheit halber nur unterschiedlich und nicht gegensätzlich dargestellt. [↑](#footnote-ref-395)
396. 1. An sich stammen die Aktionen von Einstellungen (Ideologien), die hier nicht angegeben sind, aber in der Übersichtstabelle in der Spalte E aufgeführt sind.  
     2. Die Nummerierungen dieser Graphik entsprechen nicht genau denen der sonst aufgeführten Einzelaspekte. [↑](#footnote-ref-396)
397. S. Lit. Angaben. [↑](#footnote-ref-397)
398. <https://en.wikipedia.org/wiki/Spectrum_disorder>, 2016. [↑](#footnote-ref-398)
399. In den folgenden Abschnitten verwende ich die Begriffe `Leid´, `Krankheit´ oder `Symptom´ gleichbedeutend für `negativ erlebte Zustände´ (−Z) und die Begriffe `Gesundheit´, `Wohlbefinden´ gleichbedeutend für `positiv erlebte Zustände´ (+Z). [↑](#footnote-ref-399)
400. Wie ich noch erläutere, unterscheide ich zwischen erstrangigen und zweitrangigen („neurotischen“) Krankheiten². Wenn ich den Begriff `Krankheit´ nicht extra kennzeichne, dann geht es um die letzteren, zweitrangigen Krankheiten, die in diesem Abschnitt im Vordergrund stehen. [↑](#footnote-ref-400)
401. Aus: <https://vitaosphaere.wordpress.com/tag/stressoren/> [↑](#footnote-ref-401)
402. Ich betone das extra, weil es Menschen gibt, die in jedem Leid, in jeder Krankheit einen Sinn sehen. Eine Vergewaltigung etwa ist absolut sinnlos - das daraus entstandene Leid ist aus einer theoretischen Perspektive, vielleicht `nur´ fast absolut sinnlos. Bei 99,9% Sinnlosigkeit könnte ein Promille `Sinn´ darin bestehen, dass wir als Betroffene die Gefährlichkeit solcher −A erkennen und uns und unsere Kinder davor schützen. Unsinnig für den Betroffenen sind Symptome, wenn sie Folge der Fehler anderer Menschen ist. [↑](#footnote-ref-402)
403. Nach U.H. Peters 1999. [↑](#footnote-ref-403)
404. Die Person hat also durch die Es-Besetzung nur kurzfristig Vorteile, langfristig jedoch mehr Nachteile.   
     Was Freud speziell über die die Verdrängung sagte („Die Erhaltung einer Verdrängung setzt eine beständige Kraftausgabe voraus und ihre Aufhebung bedeutet ökonomisch eine Einsparung.“ In: `Kleine Schriften´ II, Kap.32) - könnte man allgemein formulieren: „Die Erhaltung eines Es-Systems (zweitrangigen Systems) kostet die Person viel Kraft, die sie in einem erstrangigen System einsparen würde.“ [↑](#footnote-ref-404)
405. Immer wieder habe ich es erlebt, wie Krankheit (selbst Krebserkrankung) bei Betroffenen zu einem großen (übergroßen?) Freiheitsgefühl führen kann. Übergroß vielleicht auch deshalb, weil wir vorher, als wir noch gesund waren, uns nicht *die* Freiheit nahmen, die wir nun um einen hohen Preis, bekamen. Übergroß vielleicht auch deshalb, weil wir erlebten, dass das, was wir vielleicht zu sehr fürchteten, doch nicht so sehr zu fürchten ist. Oder, religiös, die Erfahrung, dass Gott stärker ist als alle Krankheit und Tod. [↑](#footnote-ref-405)
406. Wir haben Angst vor dem −fA, wir können auch Angst haben vor dem f0, aber selbst vor dem +fA können wir uns fürchten (etwa, dass wir ein +fA verlieren oder dass es nicht hält, was es verspricht). [↑](#footnote-ref-406)
407. Ich habe den Eindruck, dass wir oft das negativste existenzielle Problem, das unseres Todes, auf eine andere, mildere Ebene, nämlich die der Krankheit verlagern, weil wir uns so auf den Tod in erträglicherer Weise vorbereiten können und außerdem mit dem Bewusstsein weiterleben können, dass wir nach wie vor alles im Griff haben und beherrschen -allerdings um den Preis des Weiterbestehens der Krankheit. [↑](#footnote-ref-407)
408. Wenn wir krank sind, brauchen wir uns nicht mehr um den Verlust unserer Gesundheit zu fürchten oder erleben es als Befreiung, uns nicht mehr dauernd und mit hohem Aufwand um sie kümmern zu müssen. [↑](#footnote-ref-408)
409. Im Grunde genommen ist diese Thematik nur eine Spezifizierung der allgemeineren Dynamik zwischen verschiedenen fA/ Es, so etwa dass man einerseits durch einen „Teufel“ zu etwas positiv Erlebtem verführt werden kann, und andererseits den Teufel mit dem Beelzebub austreiben kann. [↑](#footnote-ref-409)
410. Angelehnt an Konfuzius: „Wir kennen das Leben nicht, wie sollen wir den Tod kennen?“ [↑](#footnote-ref-410)
411. 1. Theodizee von t*heós* ‚Gott‘ und *díkē* ‚Gerechtigkeit‘ = Rechtfertigung Gottes.  
     2. (Hauptquellen: <https://en.wikipedia.org/wiki/Theodicy#Jewish_anti-theodicy>, <https://de.wikipedia.org/wiki/Theodizee> , <https://lehrerfortbildung-bw.de/u_gewi/religion-rk/gym/bp2004/fb1/3_r_7_8/8_leid/3_aus/m8_2_m8_4_gott_u_leid_interrel.pdf> 2020). [↑](#footnote-ref-411)
412. Hatte nicht auch Jesus andere Raum-Zeitvorstellungen als die üblichen, wenn er sagte: „Vor Abraham war ich" oder er sei schon „von Anfang an bei Gott“ gewesen? [↑](#footnote-ref-412)
413. Schon Wittgenstein formulierte: „Die Lösung des Rätsels des Lebens in Raum und Zeit liegt außerhalb von Raum und Zeit.“ in `Tractatus logico-philosophicus´.  
     Auch die im Abschnitt `[Erstrangige Lösungen](#_Erstrangige_Lösungen)´ genannten Zitate von B. Russel, A. Whitehead und K. Goedel lassen sich so interpretieren. [↑](#footnote-ref-413)
414. Siehe zum Beispiel in <https://de.wikipedia.org/wiki/Quantenverschr%C3%A4nkung> (5, 2022) oder neuer:  
     Kosmische Kopplung: Physiker haben erstmals Photonen aus der Sonne mit Photonen aus dem Labor verschränkt – über 150 Millionen Kilometer hinweg! <https://www.scinexx.de/news/technik/quantenverschraenkung-ueber-150-millionen-kilometer/> (5, 2022. [↑](#footnote-ref-414)
415. 1. Diese Annahme hat gewisse Ähnlichkeit mit der Viele-Welten-Theorie von Everett (A. Loichinger) und den Reinkarnationsvorstellungen im Buddhismus und Hinduismus - allerdings mit dem entscheidenden Unterschied, dass das Christentum keine überfordernden, schier endlosen Reinkarnationen kennt.  
     2. Christen haben gewisse Vorstellungen darüber, was nach dem Tod kommt. Warum aber keine, was vor der Geburt war? [↑](#footnote-ref-415)
416. Engel sind vielleicht die, die nicht wie Adam und Eva den Apfel gegessen haben und deshalb noch im Paradies sind. [↑](#footnote-ref-416)
417. <https://archive.org/stream/erwinrohdeeinbi00rohdgoog/erwinrohdeeinbi00rohdgoog_djvu.txt> [↑](#footnote-ref-417)
418. F. Nietzsche: Schopenhauer als Erzieher aus <https://bersarin.wordpress.com/tag/nietzsche/>   
     (Hervorhebung von mir). [↑](#footnote-ref-418)
419. Romanticism and Schizophrenia (Second part) Juan J. Lopez-Ibor , Actas Esp Psiquiatr 2014;42(5):201-27 [↑](#footnote-ref-419)
420. Ohne Zweifel gibt es viele klinisch gesunde Menschen, die wesentlich fremdbestimmter oder verrückter sind als mancher Kranke. Wie ist das möglich? Ich glaube diese Menschen werden deshalb nicht krank, weil sie krankmachende Einstellungen für sich nicht infrage stellen und deren Nachteile auf Andere abwälzen. (Siehe auch `Notlösung A´ im Teil `Psychotherapie´). [↑](#footnote-ref-420)
421. 1. fA = fremdes Absolutes. Es = die Person dominierendes Etwas aus fA bestehend.  
     2. Da Krankheit nicht absolut negativ und Gesundheit nicht absolut positiv ist, kann man schlussfolgern, dass +A im Ausnahmefall auch Krankheit und −A im Ausnahmefall auch Gesundheit verursachen kann.  
     3**. Ich vernachlässige in dieser Arbeit die Rolle des ‒A als wichtige Krankheitsursache absichtlich**, weil es sich einer therapeutischen Beeinflussung entzieht. [↑](#footnote-ref-421)
422. Dabei stehen die Ideologien nur als bekanntes Beispiel für die mindestens ebenso wichtigen kankmachenden dogmatischen Einstellungen in Familien oder einzelnen Personen - oder für jene, denen grundlegende Orientierungen überhaupt fehlen. [↑](#footnote-ref-422)
423. Das bedeutet natürlich keinesfalls den Verzicht auf solche symptomatische Therapien   
      (s. entsprechendes Kapitel). [↑](#footnote-ref-423)
424. Damit sind das +A und seine Synonyme gemeint. [↑](#footnote-ref-424)
425. Ich glaube nicht, dass schon der Embryo oder das Neugeborene in völliger Identifikation mit der Mutter leben, sondern ein angeborenes (Kern)Selbst haben, das sich von denen seiner Eltern und aller anderen Menschen unterscheidet, also absolut einzigartig ist. [↑](#footnote-ref-425)
426. Wie erwähnt, kennzeichne ich manchmal, um die Fehl-Absolutheit hervorzuheben, diese mit einem Sternchen (\*). [↑](#footnote-ref-426)
427. Ein Vorgang der am deutlichsten in der Pubertät stattfindet. [↑](#footnote-ref-427)
428. Es gibt zwischen dem, was sich in unserem Inneren und dem, was sich draußen zwischen Familienmitgliedern, Gruppen oder Ländern abspielt, vielfältige Parallelen; ja, es handelt sich prinzipiell überall um die gleichen Prozesse. [↑](#footnote-ref-428)
429. ASEEUPU steht für die absoluten Synonyme bzw. `fundamentale Bedeutungen´:   
     Absolutes, Selbst, Eigentliches, Einheitliches, Unbedingtes, Primäres und Unabhängiges. [↑](#footnote-ref-429)
430. Tilmann Moser über Alice Miller: Das Drama des begabten Kindes; aus DER SPIEGEL 29/1979 vom 16.07.1979, S. 141. [↑](#footnote-ref-430)
431. Horney, Karen: Neurose und menschliches Wachstum; von Yalom zusammengefasst. [↑](#footnote-ref-431)
432. Ich erinnere noch einmal daran, dass die Eltern hier nur als typische Repräsentanten der Umwelt insgesamt stehen - d.h. im Einzelfall kann es vielmehr um ganz andere Einflüsse und natürlich immer um eine Vielzahl von Einflüssen gehen. [↑](#footnote-ref-432)
433. „Normal“ steht hier genau genommen für „ideal“. [↑](#footnote-ref-433)
434. H. Green, S. 28. [↑](#footnote-ref-434)
435. Der von S. Freud beschriebene Ödipuskomplex wäre aus der Sicht dieser Arbeit nur einer von vielen möglichen Komplexen. Er entsteht, wenn Mutter und Kind symbiotisch verbunden gegen den Vater stehen.   
     Es ist normal, wenn in der frühen Kindheit die Eltern für das Kind gewisse absolute Positionen einnehmen. Werden diese aber in gegensätzliche (+/ – oder 0) Positionen gespalten, werden sie krank-machend wirken. Im günstigen Fall bedeutet ja die Absolutsetzung *beider* Eltern schon eine gewisse gesunde Relativierung, die mit zunehmendem Alter des Kindes immer deutlicher wird und so eine Selbstfindung des Kindes erleichtert. [↑](#footnote-ref-435)
436. Von denen meist das eine oder andere dominiert. [↑](#footnote-ref-436)
437. Unsere Situation, nachdem wir das Paradies verloren haben. [↑](#footnote-ref-437)
438. H. Green, S. 49/50. [↑](#footnote-ref-438)
439. Organisch bedingte Psychosen sind durch körperliche Krankheiten verursacht, obwohl psychische Faktoren häufig auch eine Rolle mit spielen oder als primäre Verursachung sekundäre organische Störungen verursacht haben können, die wiederum wesentlich für das Entstehen schizophrener Symptome verantwortlich sind. [↑](#footnote-ref-439)
440. R. Schmidt (Hg.) in: <http://www.psychotiker.de/psychose.html> 10/2015. [↑](#footnote-ref-440)
441. 1. Zwar ist Spaltung nur ein Symptom der Schizophrenie neben anderen, wie sie in der Gesamtübersichstabelle in den letzten beiden Spalten aufgeführt sind - sie steht aber im Folgenden wegen ihrer einfachen Darstellbarkeit für alle anderen.   
      2. Für fS (Fremd-Selbst) kann man auch fremde Absolutheiten (fA) oder Es, im Sinne dieser Arbeit, einsetzen. [↑](#footnote-ref-441)
442. „Grammatik der Psyche” vom Verfasser (unveröffentlicht). [↑](#footnote-ref-442)
443. Jaspers, Karl: Allgemeine Psychopathologie. Springer Verlag Berlin-Heidelberg-New-York, 1973. [↑](#footnote-ref-443)
444. Zitiert bei A. Kielholz aus „Psychotherapie und Seelsorge“, Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, 1977, S. 114. [↑](#footnote-ref-444)
445. Ich denke, alle pejorativen Worte mit den Präfixen doppel-, zer-, auseinander-, dis- oder dys-, fehl-, gegen- usw. - wie etwa doppelbödig, -züngig, Doppelmoral, Doppelbotschaften oder zerreden, zerstören, fehlinformieren usw.- zeigen durch ihre Sprachform schizophrenogene und solche mit Präfixen wie de-, unter-, mangel-, ab-, weg-, un-, ver- usw. eine eher depressiogene Potenz. [↑](#footnote-ref-445)
446. Es ist davon auszugehen, dass sich bei den Psychosen besondere neuronale und biochemische Strukturen, Verbindungen und Dynamiken entwickelt haben, die eine zweitrangige personale Wirklichkeit präsentieren, also pseudopersonal, fremdwirklich, ersatzhaft sind und so wirken. Sie sind ggf. wie „Personen“ oder „Homunkuli“ innerhalb der betroffenen Person und werden auch so erlebt. [↑](#footnote-ref-446)
447. `Der Neurologe und Psychiater´ 11/04. [↑](#footnote-ref-447)
448. Aus [www.forschung-bw.de/.../**Schizophrenie**%20Epidemiologie%](http://www.forschung-bw.de/.../Schizophrenie%20Epidemiologie%25)., 2015 [↑](#footnote-ref-448)
449. Es wäre besser, wenn wir von `schizophrenen Symptomen´ oder `schizophrenen Reaktionen´ als von `Schizophrenie´ sprächen. [↑](#footnote-ref-449)
450. <https://www.aphorismen.de/zitat/106294> [↑](#footnote-ref-450)
451. Eine Übersicht über die häufigsten Symptome zeigen die Spalten `Schizophrenie´ der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf). [↑](#footnote-ref-451)
452. Wie etwa bei Otto Behrend: „Sieh, Will, ich habe auch schon gedacht, ob ich nicht glücklicher sein würde, wenn ich einmal wirklich geisteskrank werden sollte.“ [↑](#footnote-ref-452)
453. R.D. Laing: Das geteilte Selbst. Kiepenheuer & Witsch, 1983. [↑](#footnote-ref-453)
454. Kann einen nicht alles Mögliche „verrückt“ machen? [↑](#footnote-ref-454)
455. Vielleicht gibt auch der Volksmund keine schlechte Auskunft über die Möglichkeiten verrückt zu werden:   
     Man kann verrückt werden: vor Kummer, Angst, Schmerz, ungestillter Sehnsucht, Enttäuschungen und anderem Vergangenem, durch Demütigung, Irregeleitet werden u.v.a.m., aber auch vor Freude (also aus positiven Gründen). [↑](#footnote-ref-455)
456. Über die möglichen [Ursachen psychischer Krankheiten](#_Zu_Ursachen_psychischer) allgemein siehe 1. Kapitel im Teil `Psychiatrie´. [↑](#footnote-ref-456)
457. Die theoretischen Fragen von Kausalität können hier nicht abgehandelt werden. Mir scheint in diesem Zusammenhang aber wichtig, dass jeder Mensch, so auch der Patient, selbt primäre Ursache von positiven Veränderungen werden kann und so bestehende Kausalitätsketten durchbrechen kann. [↑](#footnote-ref-457)
458. Aus dem Geleitwort zu C. Scharfetter: `Schizophrene Menschen´, Urban und Schwarzenberg, 1986. [↑](#footnote-ref-458)
459. Eine gute Übersicht gibt C. Scharfetter ebd. [↑](#footnote-ref-459)
460. In der `[Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)´ sind die verschiedensten Aspekte zusammengefasst. [↑](#footnote-ref-460)
461. Lit. Siehe a.a.O. [↑](#footnote-ref-461)
462. Fusion = eine Vereinigung von zwei oder mehr Entitäten. [↑](#footnote-ref-462)
463. In der Person bezeichne ich das Es auch als Fremd-Selbst. [↑](#footnote-ref-463)
464. Wie an anderer Stelle erwähnt, gehe ich, genau genommen, von einem überwundenen Dualismus aus. [↑](#footnote-ref-464)
465. Ronald D. Laing: `Das geteilte Selbst´. Kiepenheuer und Witsch, Köln, 1983, S. 65.   
     Manfred Bleuler, Aus: Klinik der schizophrenen Geistesstörungen. In Psychiatrie der Gegenwart, Springer V., 1971. [↑](#footnote-ref-465)
466. Siehe auch die Theorie der `Positiven Desintegration` von Kazimierz Dabrowski mit der ich aber nur teilweise übereinstimme. Dabrowski, K. (1966). "The Theory of Positive Disintegration".   
     International Journal of Psychiatry 2: 229–44. <https://en.wikipedia.org/wiki/Positive_Disintegration> [↑](#footnote-ref-466)
467. Siirala M.: Die Schizophrenie des Einzelnen und der Allgemeinheit, Vandenhoeck u. Ruprecht Göttingen, l96l. [↑](#footnote-ref-467)
468. Bilder schizophrener Künstler sind meist ohne Horizont (~ fehlende Transzendenz, Metaebene).  
      Siehe z.B. Leo Navratil: *Schizophrenie und Kunst*, dtv, München, 1965. [↑](#footnote-ref-468)
469. Interessant wäre es in diesem Zusammenhang, Verabsolutierungen verschiedener Therapierichtungen zu analysieren. An Stellen eigener Fehlverabsolutierungen wären sie selber potenziell schizophrenogen oder zumindest nicht in der Lage, den Spaltungen des Patienten ein integratives Modell entgegenzusetzen (so etwa Freuds Verabsolutierung von Verstand und dem Ich). [↑](#footnote-ref-469)
470. Das trifft vor allem dann zu, wenn es sich um einen Hyper-Ich-Anteil handelt. [↑](#footnote-ref-470)
471. Darauf hat vor allem W. Blankenburg hingewiesen. [↑](#footnote-ref-471)
472. Sicher haben diese Strukturen irgendeine materielle Repräsentanz, weniger i.S. anatomischer Strukturen, wohl eher in der Art von Engrammen, neuronalen Netzen o.ä. Sollten solche Strukturen einmal nachgewiesen werden, was zu erwarten ist, so werden einige glauben, nun sei die organische Ursache der Schizophrenie gefunden und übersehen, dass diese „Strukturen” erst sekundär entstanden sind, obwohl sicher auch primäre organische Ursachen, je nach „Fall”, eine Rolle in der Genese psychotischer Reaktionen spielen. [↑](#footnote-ref-472)
473. Siehe diese ggf. in den Spalten T, U und V der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf). [↑](#footnote-ref-473)
474. Als Beispiel siehe: `[Pflicht und Besitz als fS](#_Beispiele_Pflicht_und)´. [↑](#footnote-ref-474)
475. Ronald D. Laing: Das geteilte Selbst. Kiepenheuer und Witsch, Köln, 1983, S. 12 [↑](#footnote-ref-475)
476. 1. „Der Verzweifelte ist wie eine Welle, die vom Wind hin und her getrieben wird. Er ist ein Mann mit zwei Seelen.“ (Jak 1,6).  
     2. Ich habe, wie gesagt, in diesem Abschnitt das Symptom der `Gespaltenheit´ in den Mittelpunkt der Ausführungen gestellt, weil es der Schizophrenie ihren Namen gegeben hat - es ist, wie auch die Übersichtstabelle zeigt, keineswegs das einzige und typischste Symptom der Schizophrenie. [↑](#footnote-ref-476)
477. Green, Hannah: `Ich hab´ dir nie einen Rosengarten versprochen´. Rowohlt TB-Verlag Reinbek bei Hamburg, 1980, S. 57. [↑](#footnote-ref-477)
478. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Diathese-Stress-Modell> , 2015. [↑](#footnote-ref-478)
479. Im Vorwort zu Eugen Bleuler,Lehrbuch der Psychiatrie. S. IX. [↑](#footnote-ref-479)
480. Ciompi ebd. S. 239. [↑](#footnote-ref-480)
481. Von G. Bateson bereits 1956 vorgestellte Theorie zur Erklärung schizophrener Störungen. [↑](#footnote-ref-481)
482. <https://de.wikipedia.org/wiki/Doppelbindungstheorie> 6/2013, 2017. [↑](#footnote-ref-482)
483. Der Einfachheit halber spreche ich im Folgenden v.a. von Doppelbindungen. [↑](#footnote-ref-483)
484. W. Loch S. 47-48 [↑](#footnote-ref-484)
485. Harold F. Searles: Das Bestreben, den anderen verrückt zu machen - ein Element in der Ätiologie und Psychotherapie der Schizophrenie. In <http://www.alex-sk.de/D_Searles.html> (S. 132/ 133). [↑](#footnote-ref-485)
486. Ebd. S. 133. [↑](#footnote-ref-486)
487. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Expressed-Emotion-Konzept> 7/2013. [↑](#footnote-ref-487)
488. Siehe Antoine de Saint-Exupéry: „"... ich werde eines Tages zu Ihnen über die Notwendigkeit oder das Absolute sprechen, das der göttliche Knoten ist, der die Dinge verbindet.“   
     (Die Stadt in der Wüste / Citadelle. Karl Rauch Verlag, S.216, 1956. [↑](#footnote-ref-488)
489. Eugen Bleuler: Lehrbuch der Psychiatrie 1975. [↑](#footnote-ref-489)
490. Im Vorwort von Bateson et al. „Schizophrenie und Familie“, Suhrkamp-Verlag. 1978, S. 9. [↑](#footnote-ref-490)
491. Musalek, Michael: Die unterschiedliche Herkunft von Schizophrenien und ihre philosophischen Grundlagen.   
      *Fortschr Neurol Psychiat*, 73 (Sonderheft 1), 16 – 24,2005. [↑](#footnote-ref-491)
492. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Ronald_D._Laing> 12/ 2015. [↑](#footnote-ref-492)
493. Ich beziehe mich hier der Einfachheit halber nur auf die fA und nicht auf das umfassendere Es.   
     Um es kurz zu wiederholen: Beide Formen entstehen durch Inversionen `fundamentaler Bedeutungen´ wie des Absoluten, Relativen und Nichts, die fremde Absolutheiten und Es kreiieren. [↑](#footnote-ref-493)
494. F. Nietzsche: Über das Pathos der Wahrheit. Werke in drei Bänden. München 1954, Band 3, S. 267-272. [↑](#footnote-ref-494)
495. Bleuler, E.: Lehrbuch der Psychiatrie. Springer-Verlag Berlin-Heidelberg-New York, 1983. [↑](#footnote-ref-495)
496. Weitere Möglichkeiten siehe [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte Q. [↑](#footnote-ref-496)
497. Die möglichen Verursachungen durch −A lasse ich dabei unberücksichtigt. [↑](#footnote-ref-497)
498. Die 3. Seite, das 0, bleibt hier zunächst unerwähnt. [↑](#footnote-ref-498)
499. Aus soziologischer Sicht eindrucksvoll dargestellt von Alain Ehrenberg in `Das erschöpfte Selbst´, 2004. [↑](#footnote-ref-499)
500. Zur Erinnerung: \* bedeutet, eine Verabsolutierung von etwas Relativem. [↑](#footnote-ref-500)
501. S. Freud hat es ähnlich gesehen. [↑](#footnote-ref-501)
502. Mancher, der wie ein Clown erscheint, hat Depressionen, die er mit seiner Clownerie bekämpft. [↑](#footnote-ref-502)
503. Die Ideale sollten uns dienen, aber nicht beherrschen. [↑](#footnote-ref-503)
504. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Zwangsst%C3%B6rung>, 2/2016. [↑](#footnote-ref-504)
505. Peters, Uwe-Hendrik: Lexikon Psychiatrie, Psychotherapie, medizinische Psychologie,   
     5. Aufl. Urban & Fischer, 1999, STW `Zwangsneurose´. [↑](#footnote-ref-505)
506. Denn alles, was verabsolutiert wurde, kann zum Zwang werden. [↑](#footnote-ref-506)
507. Susanne Walitza et al., Deutsches Ärzteblatt Heft 11, 2011 S. 173-179. [↑](#footnote-ref-507)
508. Warum sollte man das erkrankte Mädchen nicht mit der Hoffnung trösten, dass der verstorbene Großvater im Himmel weiterlebt. Oder, der Vollständigkeit halber, falls Hinweise auf sexuelle Übergriffe des Großvaters bestehen, was ja auch eine Zwangssymptomatik auslösen kann, dass man dann glauben darf, dass es eine übergeordnete Gerechtigkeit (Gott) gibt, die alles in Ordnung bringen wird, sowohl die Übergriffe des Täters als auch evtl. vorhandene Schuldgefühle des Opfers. Solche Hinweise sollen natürlich andere psychotherapeutische Maßnahmen nicht ersetzen, aber ergänzen. [↑](#footnote-ref-508)
509. „Die Arbeit mit pathologischen Dynamiken gehört nicht in den Kompetenzbereich eines beratenden Seelsorgers und wird daher bewusst ausgeklammert.“ Wilfried Veeser: `Skript des Seelsorge-Grundkurs 1.Block, 2007´. [↑](#footnote-ref-509)
510. <https://de.wikipedia.org/wiki/Posttraumatische_Belastungsst%C3%B6rung#Psychotherapien> , 2021. [↑](#footnote-ref-510)
511. Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Posttraumatische_Belastungsst%C3%B6rung>, 2/ 2016. [↑](#footnote-ref-511)
512. Lit. Deutsch: → Luise Reddemann, Wolfgang Wöller Michaela Huber, Ulrich Sachse u.a.;   
     Englisch: Danielle Knafo (Ed.) Living With Terror, Working With Trauma. Jason Aronson, Inc. New York, 2004. [↑](#footnote-ref-512)
513. Synonyme: Zentrum, Selbst, Unbedingtes , Primäres, Unabhängiges. [↑](#footnote-ref-513)
514. In den letzten Jahrzehnten haben sich die ADHS-Fälle (wie wohl auch der mediale Konsum) verdoppelt.

     Ein Zusammenhang zwischen dem übertriebenen Konsum der sozialen Medien durch Kinder zeigten beispielsweise: Chaelin K, Junhan C, Stone MD, et al. in: Association of Digital Media Use With Subsequent Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Among Adolescents. JAMA. 2018; 320 (3): 255–63. [↑](#footnote-ref-514)
515. Ähnlich J. Bauer u. Mitarbeiter in [http://www.alzheimerforum.de/2/6/2/dkp.html. 1994](http://www.alzheimerforum.de/2/6/2/dkp.html.%201994). Neu: Joachim Bauer (2018, im Druck) Die Alzheimer-Krankheit als psycho-biologisches Geschehen. In: Walach, H.&Loef, M. (Hrsg.) Prävention und komplementärmedizinisch-therapeutische Aspekte der Demenz. Essen: KVC Verlag.] [↑](#footnote-ref-515)
516. Das ist meine Definition. In der Literatur wird über `Metapsychotherapie´ erstaunlich wenig reflektiert und wenn, dann mit teilweise anderer Bedeutung. [↑](#footnote-ref-516)
517. - Synonym könnte für `Weltanschauung´ etwa auch stehen: Geisteshaltung, Religion, Ideologie, Weltbild, Philosophie, Einstellung, Lebensauffassung, - definierte oder auch private undefinierte. Der Abwechslung halber verwende ich mal den einen, mal den anderen Begriff. - Wie im Teil Metapsychologie beschrieben, sind Weltanschauungen Glaubenssache. [↑](#footnote-ref-517)
518. Wie gut kann wohl ein rationalistisch denkender Psychotherapeut Irrationales, wie wir es bei psychischen Krankheiten zuhauf finden, verstehen? Balthasar Staehelin dazu am Beispiel Freuds: „ Dieses … Gezwungensein Freuds, nur Diener einer solchen wissenschaftlichen Einseitigkeit und Ausschließlichkeits sein zu müssen, trieb ihn in seinen wahrscheinlich größten Fehler: er konnte nicht mehr dem Patienten unvoreingenommen zuhören, sondern er vernahm aus dem Gehörten nur das, was er als seine philosophische Überzeugung über das Wesen des Menschen an diesen selbst herantrug.“ (S. 22) [↑](#footnote-ref-518)
519. Das soll natürlich die Bedeutung der anderen genannten Fächer nicht schmälern, würde aber den Rahmen dieser Arbeit sprengen. [↑](#footnote-ref-519)
520. Siehe auch die Kritik von G. Vinnai: „Die Austreibung der Kritik aus der Wissenschaft: Psychologie im Universitätsbetrieb“ [www.vinnai.de/kritik.html](http://www.vinnai.de/kritik.html) , 2013. [↑](#footnote-ref-520)
521. Johannes Wiltschko: „Eine Metapsychotherapie als Kontrapunkt zum gegenwärtigen Trend.“   
     In: <http://www.daf-focusing.de/wp-content/uploads/Wiltschko-Metapsychotherapie-> 2011.pdf.  
     Mit den Schlussfolgerungen, die J. Wiltschko aus dieser Kritik zieht, stimme ich allerdings nur in einigen Punkten überein. [↑](#footnote-ref-521)
522. ebd. [↑](#footnote-ref-522)
523. 2. Kor 3,6. [↑](#footnote-ref-523)
524. 1.) Eine ähnliche Entwicklung nimmt m.E. auch das Rechtssystem in Deutschland, wo aufgrund einer Verabsolutierung irgendwelcher Paragraphen manches Opfer weniger geschützt scheint als die Täter.

     2.) Auch die Planwirtschaft in den sozialistischen Staaten ist ein Beispiel, wo die Befolgung ideologiebedingter Vorschriften manchen guten Geist austrieb. [↑](#footnote-ref-524)
525. Dunja Voos <http://www.medizin-im-text.de/blog/2013/1285/evidenzbasiert-troesten/> 2013. [↑](#footnote-ref-525)
526. Freud, Sigmund, in: Das Unbehagen in der Kultur, 1930. [↑](#footnote-ref-526)
527. An sich bedeutet der Begriff `Evidenz´ im Deutschen `unmittelbare Einsichtigkeit´ (Duden). Fälschlicherweise wird jedoch der Begriff Evidenz in der Bedeutung des englischen Wortes `evidence´ verwendet, das Beweis oder Beleg bedeutet. „Insofern ist die englische Bezeichnung evidence-based medicine für eine medizinische Entwicklungsrichtung durch die deutsche Übersetzung evidenzbasierte Medizin **nicht korrekt wiedergegeben**.“ <https://de.wikipedia.org/wiki/Evidenz> 11/2013. (Hervorhebung von mir). [↑](#footnote-ref-527)
528. Focus-Magazin Nr. 30/2011 S. 73. [↑](#footnote-ref-528)
529. Man kann auch von einer fundamentalen Perspektive sprechen. (→ [fundamental](#_Erläuterung_und_Begriffe))  
     Ich verweise diesbezüglich auch wieder auf das Unentscheidbarkeitstheorem von K. Gödel. [↑](#footnote-ref-529)
530. Siehe auch L. Wittgenstein, Viktor Frankl, C. G. Jung, die sich darauf, wenn auch mit unterschiedlichen Akzenten, beziehen. Zit. aus: <http://en.wikipedia.org/wiki/Sub_specie_aeternitatis>.  
     Ähnlich F. Nietzsche: Der Philosoph solle „auf den weit ausgebreiteten Fittichen aller Zeiten“ stehen. (`Über das Pathos der Wahrheit´). [↑](#footnote-ref-530)
531. Analogie zum Inertialsystem der Physik? [↑](#footnote-ref-531)
532. Wie schon erwähnt, kann man aber selbst an das Beweisbare letztlich auch nur glauben. [↑](#footnote-ref-532)
533. Siehe auch Begriff [fundamental](#_Erläuterung_und_Begriffe).  
     Siehe auch Parallelen zur Existenzphilosophie. Für diese ist wichtig „die Deutung der Seinsweise des Menschen als Existenz im Sinne eines letzten, unhinterbegehbaren Seins, das insbesondere gekennzeichnet ist durch seine Faktizität, seine wesentliche Endlichkeit (Sein zum Tode), die Geschichtlichkeit (Zeitlichkeit), seine Freiheit und Möglichkeit … aufgrund deren es sich entwerfen und wählen muss.“ (Brockhaus Stichwort `Existenzphilosophie´). [↑](#footnote-ref-533)
534. Beispiel gesellschaftliches Problem: Wir alle wollen möglichst nach den neuesten Errungenschaften medizinisch behandelt werden. Das Problem aber ist eingebettet in das größere Problem, wie gut es insgesamt dem Staat geht und was er sich leisten kann, ohne andere wichtige Bereiche zu vernachlässigen. Die Probleme des einzelnen Staates wiederum sind eingebettet in die der Staatengemeinschaft und diese in das der Menschheit insgesamt. Das heißt, um nicht zu zu teuren Lösungen oder zu Lösungen auf Kosten anderer Bereiche zu kommen, wird die wichtigste Lösung 1. Ordnung darin bestehen, vom großen Ganzen auszugehen und von dieser Metaposition aus relative Lösungen versuchen. So geht es letztlich auch nicht um die Heilung dieser oder jener Krankheit. [↑](#footnote-ref-534)
535. Friedrich Nietzsche: „Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt fast jedes Wie."  
     Paul Watzlawick: Der Mensch „kann, psychologisch gesehen, nicht in einer Welt überleben, die für ihn sinnlos ist.“ Und: „Der Verlust oder das Fehlen eines Lebenssinns ist vielleicht der gemeinste Nenner aller Formen von Gemütsstörungen...“ In Menschliche Kommunikation Bern 2000, zit. bei Beatrix Gotthold und Christian Thies „Denn jeder sucht ein All“ Reclam, Leipzig, 2003 S. 85 ff. [↑](#footnote-ref-535)
536. → [fundamental](#_Erläuterung_und_Begriffe) [↑](#footnote-ref-536)
537. Schon Nikolaus von Kues sah in der Überwindung der Gegensätze, der „Coincidentia oppositorum", einen Wesenszug des Göttlichen. [↑](#footnote-ref-537)
538. Z.B. N.I. Kondakow: Wörterbuch der Logik; deb Verlag, Westberlin, 1978. STW `Gödel´. [↑](#footnote-ref-538)
539. → [Tragik der Allmende – Wikipedia](https://de.wikipedia.org/wiki/Tragik_der_Allmende), 4, 2022. [↑](#footnote-ref-539)
540. ~ Carl Jung, Briefe, Olten 172, Bd.1, S. 297. [↑](#footnote-ref-540)
541. Bodelschwing: „Wenn Du einem geretteten Abhängigen begegnest, begegnest Du einem Helden.” [↑](#footnote-ref-541)
542. Auch die Alltagsprobleme lösen wir am leichtesten, wenn in diesem Sinn gelassen damit umgehen. [↑](#footnote-ref-542)
543. Wenn auch begrenzt, können mit „W²-Methoden“ durchaus W²-Probleme gelöst werden, wenn in der W²-Hierarchie die Lösung oberhalb des W²-Problems liegt. [↑](#footnote-ref-543)
544. Aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Metakommunikation>, 4/2014. [↑](#footnote-ref-544)
545. In Anlehnung an Sokrates: „Bedenke stets, dass alles vergänglich ist, dann wirst du im Glück nicht zu fröhlich und im Leid nicht zu traurig sein.“ [↑](#footnote-ref-545)
546. Siehe: Watzlawick, P., J.H. Weakland, R. Fisch: Lösungen. Verlag Hans Huber Bern-Stuttgart-Wien, 1974. [↑](#footnote-ref-546)
547. 1. S. Freud 1930: Das Unbehagen in der Kultur; GW XIV, S. 441.  
     2. Die vorherige Aufzählung der Freud´schen Abwehrmechanismen stammt von einer Literaturstelle, die ich nicht wiederfinde. [↑](#footnote-ref-547)
548. Hegel, Marx und ihre Follower meinten, dass die durch These und Antithese erreichte Synthese die Gegensätze aufgehoben würden, während vor allem Adorno in seiner `negativen Dialektik´ auf nicht aufzuhebende Unterschiede hinwies. [↑](#footnote-ref-548)
549. Zum Beispiel: Tony Nicklinson, lebte 7 Jahre mit einem Locked-in-Syndrom. Er fühlte sich zu einem Leben verurteilt, das er „unbequem, würdelos und erniedrigend“ empfand. Er klagte vergeblich durch alle Instanzen, um ein Recht auf Beihilfe zum Selbstmord durchzusetzen. Ähnlich: die Britin Diane Pretty, die Italienerin Eluana Englaro, die nach einem Unfall 17 Jahre lang in einem Pflegeheim im Wachkoma gelegen hatte. Ich bin mir der Schwierigkeiten solcher Entscheidungen sehr bewusst, vor allem auf dem Hintergrund drohender Euthanasie, glaube aber, dass jede Dogmatisierung einer an sich richtigen und humanen Orientierung, wie: `Jedes irdische Leben muss um jeden Preis aufrecht erhalten und verlängert werden´ ab einem bestimmten Punkt inhuman wird. So scheint es auch absurd zu sein, wie die Nachrichten melden, dass die „Ärzte um das Leben des ehemaligen Premierministers von Israel Scharon, der seit sieben Jahren im Koma liegt (!) kämpfen“, weil sich jetzt (2014) sein Zustand verschlechtert habe. [↑](#footnote-ref-549)
550. Siehe auch das `Hohelied der Liebe´ in 1. Kor 13. [↑](#footnote-ref-550)
551. Das ist meine persönliche Sicht vom positiven Absoluten, von Gott, die nicht unbedingt mit einigen anderen christlichen Auffassungen übereinstimmt. Siehe dazu [Christliche Einseitigkeiten und Fehlinterpretationen](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Christliche#_). [↑](#footnote-ref-551)
552. Nach Peter Möller in: [http://www.philolex.de/weltansc.htm 3/2014](http://www.philolex.de/weltansc.htm%203/2014). [↑](#footnote-ref-552)
553. (Hervorhebung von mir). J.R. Peteet: `What is the Place of Clinicians’ Religious or Spiritual Commitments in Psychotherapy? A Virtues-Based Perspective´ New York 2013. <https://projects.iq.harvard.edu/files/rshm/files/what_is_the_place_of_clinicians_religious_or_spiritual_commitments_in_psychotherapy_a_virtues-based_perspective.pdf>, [↑](#footnote-ref-553)
554. Ähnlich Fritz Mauthner, wenn er meint, „dass die Weltanschauung eines Menschen von seiner allgemeinen und von seiner augenblicklichen Seelensituation abhänge.“   
     Zitiert bei Peter Möller in: <http://www.philolex.de/weltansc.htm> -3/2014, - wobei auch das Umgedrehte gilt. [↑](#footnote-ref-554)
555. <http://ezw-berlin.de/html/3_166> 2/2016. [↑](#footnote-ref-555)
556. 1. Genaue Literaturangaben siehe Literaturverzeichnis.  
      2. Wörtliche Zitate habe ich in Anführungszeichen gesetzt und die Quelle gesondert angegeben. [↑](#footnote-ref-556)
557. <https://de.wikipedia.org/wiki/Anthropozentrismus>. 3/2014. [↑](#footnote-ref-557)
558. <https://de.wikipedia.org/wiki/Theozentrismus>. 3/2014. [↑](#footnote-ref-558)
559. <https://de.wikipedia.org/wiki/Anthropozentrismus>. 3/2014. [↑](#footnote-ref-559)
560. Schischkoff, Stichwort: Philosophie. [↑](#footnote-ref-560)
561. <http://www.geist-oder-materie.de/Philosophie/philosophie.html> ,2014.   
      Ich bespreche hier nur das Allerwichtigste des philosophischen Materialismus. [↑](#footnote-ref-561)
562. Nach Schischkoff STW Materialismus. [↑](#footnote-ref-562)
563. Aus Logik Wörterbuch S. 41/42. [↑](#footnote-ref-563)
564. <http://heinzpeter-hempelmann.de/hph/wp-content/uploads/2013/01/%C3%A4pfel.pdf>. 2013. [↑](#footnote-ref-564)
565. Peter Möller in: <http://www.philolex.de/lenin.htm> 2/2015.  
     Ich denke, Gott ist nicht gegen die Materie, sondern gegen ihr Primat. Selbst Jesus verwendete Spucke und Sand (also Materie) zur Heilung eines Blinden. [↑](#footnote-ref-565)
566. Siehe auch das Problem der `Qualia´ - die subjektiven Erlebnisgehalte eines mentalen Zustandes. [↑](#footnote-ref-566)
567. Diese Aussage mache ich nur allgemein, im Einzelnen machen sich manche das Leben auf Kosten anderer zu leicht. [↑](#footnote-ref-567)
568. Matthias Krieg: „Der Materialist ist von Natur aus kurzsichtig.“ (Mündliche Mitteilung). [↑](#footnote-ref-568)
569. Insgesamt hat der Materialismus v.a. die Charakteristika einer zweitrangigen Wirklichkeit mit ihren Vor- und Nachteilen. (Siehe auch [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf)). [↑](#footnote-ref-569)
570. Johann Wolfgang von Goethe: Faust II, Vers 4917 ff. [↑](#footnote-ref-570)
571. Während Idealisten eher in Luftschlössern sitzen und so auch am Leben vorbeigehen können. [↑](#footnote-ref-571)
572. Aus meiner Sicht groteskerweise, denn wider alle Erfahrungen, hat ja ein solcher „Wissenschaftler“ geglaubt bewiesen zu haben, dass der Mensch keinen freien Willen hat. (Dass der Mensch nicht *nur* frei handelt, ist klar).  
      Benjamin Libet: Haben wir einen freien Willen? in: Geyer: Hirnforschung und Willensfreiheit, 2004, S. 268-290. [↑](#footnote-ref-572)
573. Erwin Schrödinger, 1887 – 1961, Nobelpreis 1933, Auszüge aus „Das arithmetische Paradoxon – Die Einheit des Bewusstseins". Zitate von Einstein und Schrödinger aus: <http://www.thunemann.de/martin/gott/>, 2015 [↑](#footnote-ref-573)
574. <https://de.wikiquote.org/wiki/Bernd_Senf> [↑](#footnote-ref-574)
575. Wolfgang Pauli: 1900 – 1958, Nobelpreis 1945, Physik und Transzendenz, Hans-Peter Dürr (Hrsg.), Bern u. a.: Scherz, 1986, S. 205. [↑](#footnote-ref-575)
576. Evangelischer Erwachsenenkatechismus, Gütersloher Verlagshaus 6. Aufl. 2000, S.60 und S.13 (keine weitere Quellenangabe). [↑](#footnote-ref-576)
577. Aus: Armin Risi „Glaube und Wissen“ In: <http://armin-risi.ch/Artikel/Philosophie/Glauben_und_Wissen.html>. 12/2013. [↑](#footnote-ref-577)
578. Nach Arthur Eddington, aus John Lennox: Hat die Wissenschaft Gott begraben? R. Brockhaus Verlag; 2. Aufl. Wuppertal 2002, S. 44. [↑](#footnote-ref-578)
579. Gerhard Grössing: Die Information der Physik: Subjektal und objektal. In: [http://www.nonlinearstudies.at/files/ggInformationDerPhysik.pdf S.6](http://www.nonlinearstudies.at/files/ggInformationDerPhysik.pdf%20S.6), 10/2013. [↑](#footnote-ref-579)
580. Heinzpeter Hempelmann: Eine kritische Analyse der Reichweite und grenzenwissenschaftlicher Aussagen am Beispiel der Neurowissenschaften. In: <http://heinzpeter-hempelmann.de/hph/wp-content/uploads/2013/01/%C3%A4pfel.pdf> [↑](#footnote-ref-580)
581. Chomsky, Noam: Language and Problems of Knowledge: The Managua Lectures, Lecture 5, 1988, S. 159. [↑](#footnote-ref-581)
582. Aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kognition> 2/ 2014. (Hervorhebung von mir). [↑](#footnote-ref-582)
583. Aus „Götzen-Dämmerung“, 1889. [↑](#footnote-ref-583)
584. <https://en.wikipedia.org/wiki/Intuitionistic_logic> [↑](#footnote-ref-584)
585. Zit. Aus Gerhard Gamm: Unbestimmtheitssignaturen der Technik´. [↑](#footnote-ref-585)
586. Zadeh: „I expected people in the social sciences-economics, psychology, philosophy, linguistics, politics, sociology, religion and numerous other areas to pick up on it. It's been somewhat of a mystery to me why even to this day, so few social scientists have discovered how useful it could be." [↑](#footnote-ref-586)
587. STW: Zunahme der Verschwörungstheorein, der `fake news´, `postfaktisches Zeitalter´usw. [↑](#footnote-ref-587)
588. Aus: [www.duden.de](http://www.duden.de) [↑](#footnote-ref-588)
589. Großes Fremdwörterbuch Stichwort Funktion. [↑](#footnote-ref-589)
590. Nach Schischkoff, Stichwort Funktion. [↑](#footnote-ref-590)
591. <https://de.wikipedia.org/wiki/Funktionalismus_%28Philosophie%29> 12/ 2013. [↑](#footnote-ref-591)
592. Meyers Großes Taschenlexikon. [↑](#footnote-ref-592)
593. Schischkoff, STW: Funktionär; s. Literaturverzeichnis. [↑](#footnote-ref-593)
594. <https://literaturkritik.de/id/19275> [↑](#footnote-ref-594)
595. Eugen Bleuler: Lehrbuch der Psychiatrie 15. Auflage, von Manfred Bleuler Springer, 1983, p VIII. [↑](#footnote-ref-595)
596. Beide Literaturangaben bei H. Schauenburg, Deutsches Ärzteblatt <https://www.aerzteblatt.de/pdf.asp?id=64412>, 2009. [↑](#footnote-ref-596)
597. Nach Schischkoff, STW Idealismus. [↑](#footnote-ref-597)
598. Es geht in diesem Abschnitt um den sogenannten idealistischen Humanismus. Bezüglich des `materialistischen Humanismus‘ gilt im Wesentlichen das im Abschnitt `Materialismus’ Gesagte. [↑](#footnote-ref-598)
599. https://www.uni-due.de/einladung/Vorlesungen/epik/humanismus.htm, 2013. (2016 nicht mehr verfügbar). [↑](#footnote-ref-599)
600. Schischkoff, Stichwort ` Humanismus‘. [↑](#footnote-ref-600)
601. Wikipedia STW Humanismus, 1/2016. Siehe auch <http://ezw-berlin.de/html/3_166.php> `Humanismus´. [↑](#footnote-ref-601)
602. Aus: Arnold Keyserling, In: <http://schuledesrades.org/palme/books/denkstil/?Q=1/1/3/109> 3/2016. [↑](#footnote-ref-602)
603. Wolfgang Leppmann: Goethe und die Deutschen - Vom Nachruhm eines Dichters. W. Kohlhammer Verlag, 1962, S.193. [↑](#footnote-ref-603)
604. S.a. meine Kritik an der Verabsolutierung von Individuation und Reifung a.a.O. [↑](#footnote-ref-604)
605. Friedrich Kirchner in: <http://www.textlog.de/1926.html> 3/2016. [↑](#footnote-ref-605)
606. Wikipedia <https://de.wikipedia.org/wiki/Religionskritik> 2/2014. [↑](#footnote-ref-606)
607. Rudolf Kuhr: Warum ich kein Christ bin; In: <http://www.humanistische-aktion.de/christ.htm> 2/2014.  
     (Frage: Wenn Herr Kuhr eine todkranke Tochter hätte, würde er ihr das Gleiche sagen? Ich hoffe nicht.) [↑](#footnote-ref-607)
608. Spiegelgespräch mit John Gray DER SPIEGEL aus <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-69277681.html> 9/2010. [↑](#footnote-ref-608)
609. Evangelischer Erwachsenenkatechismus s. Lit.verzeichnis S. 368/ 371. [↑](#footnote-ref-609)
610. Evangelischer Erwachsenen Katechismus, Gütersloh, 6. Aufl. 2000. S. 381 [Zusatz von mir]. [↑](#footnote-ref-610)
611. Wikipedia: <https://de.wikipedia.org/wiki/Humanismus> 2/ 2014. [↑](#footnote-ref-611)
612. Zitat von F. Schleiermacher oder Grillparzer. (D.h. Menschsein ohne Rückbindung an Gott führt dazu, dass der Mensch zum Tier wird). Die französisiche Revolution kann dafür ein Beispiel sein. [↑](#footnote-ref-612)
613. Wie überhaupt zuviel vom Guten schlecht werden kann. [↑](#footnote-ref-613)
614. Die nachfolgenden Beschreibungen der wichtigsten Religionen erfasst notgedrungen nur das, was mir persönlich für unser Thema als das Allerwesentlichste erscheint. Zudem gibt es in jeder Religion unterschiedliche Strömungen, die ich hier aus Platzgründen ebenfalls vernachlässige. [↑](#footnote-ref-614)
615. Sehe ich selbst nicht als zwingend an. Siehe z.B. die Zusage Jesus an den Verbrecher, der mit ihm gekreuzigt wurde und wahrscheinlich nicht getauft war, dass er „heute noch mit mir im Paradies“ sein wird. [↑](#footnote-ref-615)
616. Man könnte diese Geschichte auch auf die Verhaltenstherapie, die Psychoanalyse oder diese Metapsychotherapie übertragen. [↑](#footnote-ref-616)
617. Sinngemäß nach <https://de.wikipedia.org/wiki/Islam> und <https://de.wikipedia.org/wiki/Koran>, 2017. [↑](#footnote-ref-617)
618. © 2004 Islamisches Zentrum München. [↑](#footnote-ref-618)
619. 1. und 2. auf Arabisch zu sprechen. [↑](#footnote-ref-619)
620. Aus: <http://de.wikipedia.org/wiki/Aischa_bint_Abi_Bakr>, 2014. [↑](#footnote-ref-620)
621. Großer Brockhaus, STW Islam. [↑](#footnote-ref-621)
622. Meyers Großes Taschenlexikon, STW Islam. [↑](#footnote-ref-622)
623. Wikipedia: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dschihad> 1/ 2016. [↑](#footnote-ref-623)
624. Vgl. Abdel-Samad, Hamed: Der Koran - Botschaft der Liebe, Botschaft des Hasses. Droemer, München, 2016. [↑](#footnote-ref-624)
625. Bis auf wenige Ausnahmen, von denen ich glaube, dass sie so nicht von Jesus stammen. Warum? Bis zur Aufzeichnung seiner Worte vergingen mehrere Jahrzehnte. Die Verbreiter seiner Botschaft waren, denke ich, normale Menschen, die manches auch missverstanden. (Siehe später Näheres dazu). [↑](#footnote-ref-625)
626. Michael Hamerla:<http://www.rp-online.de/panorama/deutschland/die-erloesungswege-des-buddhismus-aid-1.2637929> 12/2011. [↑](#footnote-ref-626)
627. Wikipedia: <https://de.wikipedia.org/wiki/Buddhismus> 10/2013. [↑](#footnote-ref-627)
628. „Wer vom Ziel nichts weiß, kann den Weg nicht haben." (Chr. Morgenstern). [↑](#footnote-ref-628)
629. Der christliche Standpunkt, den irdischen Dingen keine absolute Bedeutung zuzumessen, scheint dem Ziel im Buddhismus, das Nirwana zu erreichen, sehr ähnlich zu sein. Im Gegensatz dazu geht es in der christlichen Religion jedoch darum, dem Irdischen nur bezogen auf Gott, eine relative Bedeutung zu geben und daher nicht davon abhängig zu sein. [↑](#footnote-ref-629)
630. Im Gegensatz zum christlichen Glauben, der eine Befreiung und Bestätigung meiner Individualität verspricht. [↑](#footnote-ref-630)
631. V.a. aus: <http://www.rp-online.de/panorama/deutschland/die-vielen-gesichter-des-hinduismus-aid-1.2636663> Serie - Weltreligionen (2): Die vielen Gesichter des Hinduismus; und Michael Hicke: <http://www.klassenarbeiten.de/referate/religion/hinduismus/hinduismus_55.htm> (ohne Datum). [↑](#footnote-ref-631)
632. M. Pöhlmann in: Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW) <http://ezw-berlin.de/html/4154.php>; 2011. [↑](#footnote-ref-632)
633. Es besteht aber die Gefahr, von Glaubensstärke auf Gesundheit bzw. umgekehrt von Krankheit auf Glaubensschwäche zu schließen. [↑](#footnote-ref-633)
634. Dieter Claessens: Familie und Wertsystem, [1962], 4. Auflage, Duncker & Humblot, Berlin 1979.  
      Erik H. Erikson, Der vollständige Lebenszyklus, Frankfurt am Main 1992. [↑](#footnote-ref-634)
635. Dabei verzichte ich aus Platzgründen auf sicher auch notwendige Kritik an den Kirchen und ihren Praktiken selbst.   
     Ich glaube aber, dass sie zurzeit trotzdem eine relativ positive Rolle spielen. [↑](#footnote-ref-635)
636. Ich habe das Neue Testament hinter der Liebe genannt. Begründung:  
     Selbst die Jünger Jesu lebten keineswegs immer im heiligen Geist, sondern machten Dinge, die eklatant gegen diesen verstießen. (Z.B. Petrus, der so hartherzig mit Ananias und dessen Frau Saphira umging, dass beide starben, nur weil sie „etwas vom Geld“, das sie der Gemeinde geben sollten, zurückbehalten hatten, Apg 5,1–11). Deshalb werden die Jünger und ihre Nachfolger manches, was Jesus übermittelte, nicht unbedingt in diesem Geist der Nachwelt übermittelt haben, sodass man den Bibelstellen gegenüber skeptisch sein sollte, von denen man den Eindruck hat, dass sie nicht dem Geist der Liebe entsprechen. Wobei der „Geist der Liebe“ keineswegs nur ein bequemer ist! [↑](#footnote-ref-636)
637. Selbst abwertende Äußerungen von Paulus über die Frauen wie „Das Weib schweige in der Kirche“ oder über die „Werke des Fleisches“, die den, der sie tut, nicht in den Himmel kommen lässt (Gal 5,19ff; Rö 1 28ff; Tit 1,10ff), die nicht dem Geiste Jesus entsprechen und viel Schaden angerichtet haben, wagt man nicht aus der Bibel zu entfernen oder sie als fragwürdig zu kennzeichnen. (STW: Verbalinspiration, Irrtumslosigkeit der Bibel). [↑](#footnote-ref-637)
638. Nach einem Cartoon vom Kirchentag München. [↑](#footnote-ref-638)
639. <http://www.geschichtsforum.de/f78/die-bekanntesten-religionskritiker-und-ihre-ans-tze-33596/>; und

     Weinrich, Michael: Religion und Religionskritik; Göttingen, 2. Aufl. 2012. [↑](#footnote-ref-639)
640. Im Original: S. Freud: Gesammelte Werke, Band 7, S. 129­139; Band 14, S. 323­380; Band 15, S. 170­197 [↑](#footnote-ref-640)
641. Siehe Literaturangaben. [↑](#footnote-ref-641)
642. G. Rudolf und P. Henningsen, aus: Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik. Hrsg.von Gerd Rudolf und Peter Henningsen 6. Aufl. Thieme Verlag 2008, S.76.  
     Welche Fehlinterpretation! Gott sagt zwar, dass wir möglichst nicht „sündigen“ sollen, dass das aber nicht entscheidend ist, sondern dass er uns liebt, wie immer wir auch sind, also auch böse, aggressiv usw. Oder Paulus: „Alles ist erlaubt, aber nicht alles ist gut.“ (1Kor 6,12) [↑](#footnote-ref-642)
643. Herbert Schnädelbach In: »Die Zeit«, Nr. 20, 11.5. 2000. [↑](#footnote-ref-643)
644. Eine Ausnahme war wahrscheinlich Friedrich Nietzsche, der von Jesus ein durchaus widersprüchliches, d.h. z.T. sehr positives Bild wiedergibt. [↑](#footnote-ref-644)
645. Wenn man dieser Interpretation folgt, wäre die Bezeichnung `Vertreibung´ nicht richtig. Es müsste dann besser vom Verlassen des Paradieses gesprochen werden.   
     Vgl. auch Platons Idee, `wir müssten schon einmal in einer höheren Welt heimisch gewesen sein´. (Nach Nietzsche zitiert und von ihm kritisiert). [↑](#footnote-ref-645)
646. So wird häufig im Vergleich mit anderen Religionen als wichtigste Schrift des Christentums die „Bibel“ und nicht das „Neue Testament“ genannt. [↑](#footnote-ref-646)
647. Missverständlich ist bei Paulus Röm. 5,12. [↑](#footnote-ref-647)
648. Reich, Ruedi. In: Zur Ökumene verpflichtet´. Hrsg. Eva-Maria Faber, Schriftenreihe der Theologischen Hochschule Chur, Bd. 3, Academic Press Fribourg, S.41, 2003. [↑](#footnote-ref-648)
649. 1. Bei dem Muss, das hier gemeint ist, geht es um ein unbedingtes, alternativloses Muss, so wie man den Begriff auch im Allgemeinen versteht.   
     2. Letztlich stellen alle Weltanschauungen, die ich kenne, außer der christlichen, an die Menschen irgendwelche unbedingten Anforderungen. [↑](#footnote-ref-649)
650. Eine Übersicht über die Ideologien findet sich in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte E. [↑](#footnote-ref-650)
651. Georg Büchner in einem Brief an seine Verlobte Wilhelmine Jaeglé, Januar 1834. [↑](#footnote-ref-651)
652. Fragwürdig sind natürlich auch Ideologien, die keine Werte vermitteln. [↑](#footnote-ref-652)
653. „Der arabische Begriff Islām ... bedeutet `Unterwerfung (unter Gott)´, `völlige Hingabe (an Gott)´."   
     <https://de.wikipedia.org/wiki/Islam>, 12/ 2016. Im Christentum gibt sich Gott hin (ohne sich aufzugeben) und der Mensch wird als Ebenbild Gottes „definiert“- eine Identität, die er auch als „Sünder“, der er normalerweise auch ist, nicht verliert. [↑](#footnote-ref-653)
654. Siehe etwa entsprechende Konzepte und Programme zur Selbstoptimierung, Selbstinszenierung usw. [↑](#footnote-ref-654)
655. Ausgenommen davon wäre die sogenannte absolute Wahlmöglichkeit. [↑](#footnote-ref-655)
656. Die einzelnen möglichen Vorteile kommen vor allem in den sogenannten Hyper-Formen zum Ausdruck und sind in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in der Spalte N unter **↑**nachlesbar. [↑](#footnote-ref-656)
657. Im Original Kurt Marti: „Gott, das ist jener Große, Verrückte, der immer noch an Menschen glaubt.” [↑](#footnote-ref-657)
658. • Das ist meine persönliche Sicht vom positiven Absoluten, von Gott, die nicht unbedingt mit einigen anderen christlichen Auffassungen übereinstimmt. Deshalb schreibe ich manchmal `Gott¹´. Siehe auch `[Christliche Einseitigkeiten und Fehlinterpretationen](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Christliche#_) ´.   
     • Gott ist natürlich mehr als dieses `positive Absolute´. [↑](#footnote-ref-658)
659. Charakteristika des Zweitrangigen siehe auch [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) Spalte L und M. [↑](#footnote-ref-659)
660. Großer Brockhaus, Stichwort `Existenzphilosophie‘. [↑](#footnote-ref-660)
661. Hier nur Stichpunkte. Sonst siehe Kapitel `Widerstand´ im Teil `Psychotherapie'. [↑](#footnote-ref-661)
662. Siehe auch: Eugen Drewermann `Sünde und Neurose´. [↑](#footnote-ref-662)
663. Axel Kühner aus Neukirchener Kalender, 18.5.2010. [↑](#footnote-ref-663)
664. Auch nicht: Erst kommt das Fressen, dann die Moral (B. Brecht). [↑](#footnote-ref-664)
665. Wikipedia, Stichwort `Psychotherapie‘, <https://de.wikipedia.org/wiki/Psychotherapie> 2/2014. [↑](#footnote-ref-665)
666. Dieser Mechanismus ist ja individuell aber auch gesellschaftlich gut bekannt. Ich denke so auch an die Leibeigenen, die Tolstoi freigelassen hat und von denen einige wieder in die Leibeigenschaft zurück wollten, weil sie diese gewohnt waren oder an Goethes Zauberlehrling: „Die ich rief die Geister, werd´ ich nun nicht los." und an viele andere Beispiele. [↑](#footnote-ref-666)
667. Schwer ist es also nicht, das +A (Gott) zu wählen, schwer ist es aber, von den Auswirkungen der fA wegzukommen, wenn sie sich materialisiert haben. Vergleich: Ein Eisblock verschwindet auch nicht sofort sobald das Wasser warm geworden ist - auch nicht in unserer Seele. [↑](#footnote-ref-667)
668. Die folgenden Angaben stammen wörtlich oder sinngemäß aus U.H. Peters und W. Loch S. 164 ff.   
     ( s. Lit.verzeichnis) [↑](#footnote-ref-668)
669. Zitiert aus Brockhaus Enzyklopädie. STW Widerstand. [↑](#footnote-ref-669)
670. Das entspricht auch den heutigen Auffassungen. Siehe z.B. Wöller, Wolfgang; Kruse, Johannes: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. STW `Widerstand´. [↑](#footnote-ref-670)
671. Wie a.a.O. beschrieben steht fA für allgemeines und fS (Fremd-Selbst) für verinnerlichtes fremdes Absolutes. Weil es für das zu behandelnde Thema egal ist, ob man die Problematik allgemein oder personal sieht, schreibe ich z.T. fA, z.T. fS. [↑](#footnote-ref-671)
672. Wie sagt man? Selbst ein Hund wird dich beißen, wenn du ihm seinen Knochen wegnimmst und ihm nicht dafür ein Stück Fleisch gibst. [↑](#footnote-ref-672)
673. 1 und 2 hängen eng zusammen. [↑](#footnote-ref-673)
674. Im philosophischen Sinn. [↑](#footnote-ref-674)
675. Mündlich überliefert. [↑](#footnote-ref-675)
676. W. auch gegen − von +fA? Ja, nennt man aber nicht W., weil es sich um gesunde Angst davor handelt. [↑](#footnote-ref-676)
677. Siehe auch entsprechender Abschnitt in: Wöller, Wolfgang und Johannes Kruse: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart, 2005. [↑](#footnote-ref-677)
678. Weil die in der Person des Psychotherapeuten liegenden Schwierigkeiten wie gesagt im Prinzip dieselben sein können, wie die oben besprochenen seitens des Patienten, erwähne ich diese hier nur, diskutiere aber mögliche Schwierigkeiten vonseiten der verschiedenen Psychotherapieschulen bei deren Besprechung genauer. [↑](#footnote-ref-678)
679. Stichwort: Gestörte Gegenübertragung. [↑](#footnote-ref-679)
680. Staehelin, Balthasar: Haben und Sein. Siebenstern TB, Hamburg, 1972, S.22. [↑](#footnote-ref-680)
681. Es ist für mich vor allem eine theoretische Auseinandersetzung, denn in der Praxis werden sich viele Therapeuten über manche schulmedizinische Normen und Einengungen hinwegsetzen und dann eher ihrem Herzen als diesen folgen. [↑](#footnote-ref-681)
682. Aus Schischkoff STW: Jaspers [↑](#footnote-ref-682)
683. 2009 untersuchte Marion Sonnenmoser Beschwerdefälle gegen Psychotherapeuten. Die häufigste Beschwerde (43%) bezog sich darauf, dass der Therapeut nicht genügend Empathie zeigte, sodass der Patient kein Vertrauen zu ihm entwickeln konnte. Aus: <http://www.aerzteblatt.de/pdf.asp?id=66315> 10/2009. [↑](#footnote-ref-683)
684. Beispiel: Klaus Lieb, Bernd Heßlinger, Gitta Jacob: Psychiatrie und Psychotherapie. Urban & Fischer. München-Jena. 2. Aufl., 2006. In dem sonst ausgezeichneten Buch findet man, ähnlich wie in den Psychotherapie-Leitfäden, keine philosophischen oder metaphysischen Ausführungen. [↑](#footnote-ref-684)
685. Charakteristika dieses Menschenbildes sind in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) in der Spalte L nachlesbar. [↑](#footnote-ref-685)
686. Georg Groddeck verstand die Symptome vor allem als symbolischen Ausdruck der vom Moralismus unterdrückten Lebenstriebe, des Es, wie er es verstand. [↑](#footnote-ref-686)
687. Aus: Thomas Auchter u. Laura Viviana Strauss: „Kleines Wörterbuch der Psychoanalyse“ Göttingen (Vandenhoeck & Rupprecht) 1999, zit. aus: www.psa-kd.de/index.php?id=31 (Zitat 2016 nicht mehr auffindbar). [↑](#footnote-ref-687)
688. a.a.O. S. 120 und S. 131ff. [↑](#footnote-ref-688)
689. Viktor Frankl: Der unbewusste Gott, zitiert bei Dieter Wyss S. 276-278. [↑](#footnote-ref-689)
690. H. Wahl S. 290/291 [↑](#footnote-ref-690)
691. Verkürzt vor allem nach Zimbardo S. 413 ff. [↑](#footnote-ref-691)
692. [www.quotes.net/quote/35717](http://www.quotes.net/quote/35717) [↑](#footnote-ref-692)
693. Siehe Literaturverzeichnis. [↑](#footnote-ref-693)
694. Die weiteren Kritikpunkte sind auch teilweise in der Literatur zu finden. [↑](#footnote-ref-694)
695. S. Freud zit. aus: Thomas Auchter u. Laura Viviana Strauss: „Kleines Wörterbuch der Psychoanalyse“ Göttingen (Vandenhoeck & Rupprecht) 1999, S. 154. [↑](#footnote-ref-695)
696. S. Freud: Abriss der Psychoanalyse Fischer Verlag (Taschenbuch), 1983, S. 8 [↑](#footnote-ref-696)
697. Außer dem genannten `Wahlabsoluten´ des Ich. [↑](#footnote-ref-697)
698. Der Philosoph Slavoj Žižek beklagt in Geo 5/2006 z.T. zu Recht, dass von den Psychotherapien nur die Psychoanalyse einen philosophischen Hintergrund habe. [↑](#footnote-ref-698)
699. Quellen: Dieter Wyss `Die tiefenpsychologischen Schulen...´ und Wikipedia, 2014. [↑](#footnote-ref-699)
700. Nach Mertens. [↑](#footnote-ref-700)
701. Wyss S. 473 [↑](#footnote-ref-701)
702. Ich finde die Quelle nicht wieder, lasse das Zitat aber, weil es völlig meiner Meinung entspricht. [↑](#footnote-ref-702)
703. Wyss S. 399 [↑](#footnote-ref-703)
704. Wyss S. 43, 302, 399. [↑](#footnote-ref-704)
705. [↑](#endnote-ref-1)
706. Janov, Arthur: Der Urschrei. Ein neuer Weg der Psychotherapie. Frankfurt: S. Fischer-Verlag, 1982/ 1993. [↑](#footnote-ref-705)
707. Janov entwickelte seine Theorie, nachdem er bei einem Patienten eine Regression ausgelöst hatte, indem er ihn aufforderte, laut nach Mama und Papa zu rufen. Als dieser nach ihnen rief, brach er zusammen und stieß wie einen „durchdringenden Todesschrei“ aus, danach fühlte er sich jedoch wie neugeboren und habe gesagt: „Ich hab's geschafft!“ Ähnliches erleben manche Christen bei ihrer geistlichen Neugeburt. B. Staehelin spricht vom `großen Durchbruch´. [↑](#footnote-ref-706)
708. Aus: <http://www2.hellinger.com/home/bert-hellinger/interview-mit-bert-hellinger-von-den-urspruengen-zum-status-quo/> (Interview ohne Datumsangabe). [↑](#footnote-ref-707)
709. Hansjörg Hemminger: Flucht in die Innenwelt - Primärtherapie als Meditation der Kindheit. Ullstein, 1980. [↑](#footnote-ref-708)
710. Wöller, Wolfgang und Johannes Kruse: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart, 2005. [↑](#footnote-ref-709)
711. Wöller, Wolfgang und Johannes Kruse ebd. Ebenso D.W. Winnicott in: Reifungsprozesse und fördernde Umwelt, Fischer-V., Frankfurt a.M. 1985 [↑](#footnote-ref-710)
712. <https://de.wikipedia.org/wiki/Kognitive_Verhaltenstherapie> 2014; <http://www.lernpsychologie.net/lerntheorien/kognitivismus> 2014. [↑](#footnote-ref-711)
713. Übersichten z.B. in Wikipedia unter diesen Stichworten. [↑](#footnote-ref-712)
714. <https://de.wikipedia.org/wiki/Kognitive_Verhaltenstherapie> 2014. [↑](#footnote-ref-713)
715. Man kennt diesen Mechanismus auch aus dem Alltag, wenn man traurig ist, aber ein „gutmeinender“ Mitmensch beweisen will, wie schön die Welt doch sei. [↑](#footnote-ref-714)
716. Zu unterscheiden vom philosophischen Positivismus. [↑](#footnote-ref-715)
717. Nach Scheich zeigt sich auch, „dass viele Menschen, die bewusst positiv denken wollen, noch nie so stark negativ gedacht haben. Es ist ein Paradoxon der `entgegengesetzten Wirkung´...“  
     (Aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Positives_Denken> 2/2014.) S.a.: Günter Scheich: „Positives Denken macht krank. Vom Schwindel mit gefährlichen Erfolgsversprechen.“ Unter Mitarbeit von Klaus Waller. Eichborn, Frankfurt 1997. [↑](#footnote-ref-716)
718. Im Gegensatz zu "The Work" würde ich meinen Ansatz "The Relief" nennen. [↑](#footnote-ref-717)
719. Aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kognitive_Verhaltenstherapie> 2/2014. [↑](#footnote-ref-718)
720. Quellen: 1. <https://de.wikipedia.org/wiki/Rational-Emotive_Verhaltenstherapie> 2/ 2014.

     2. Becker, Vera; 1989 s.Lit. [↑](#footnote-ref-719)
721. Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dialektisch-Behaviorale_Therapie> nach Marsha M. Linehan, 2/ 2014. [↑](#footnote-ref-720)
722. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs15202-012-0288-7> 6/2012. [↑](#footnote-ref-721)
723. <https://de.wikipedia.org/wiki/Metakognition> 2/ 2014. [↑](#footnote-ref-722)
724. <http://www.aghpt.de/>, 2 /2014. [↑](#footnote-ref-723)
725. Brockhaus Enzyklopädie, Stichwort `Logotherapie´. [↑](#footnote-ref-724)
726. **Deutschen Gesellschaft für Integrative Therapie, Gestalttherapie und Kreativitätsförderung,** <http://www.dgik.de/> **2/2014.** [↑](#footnote-ref-725)
727. Quellen: <https://de.wikipedia.org/wiki/Salutogenese> 2/2014.   
     Oder weiterführend: Aaron Antonovsky: Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. 1997. [↑](#footnote-ref-726)
728. <https://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_%28Psychologie%29> 2/2014. [↑](#footnote-ref-727)
729. Tschacher, W. & Storch, M. (2010) Embodiment und Körperpsychotherapie.  
     <https://www.majastorch.de/wp-content/uploads/2020/04/1106_Embodiment-Koerpertherapie.pdf>   
     In A. Künzler, C. Böttcher, R. Hartmann & M.-H. Nussbaum (Ed.), Körperzentrierte Psychotherapie im Dialog. Heidelberg: Springer. [↑](#footnote-ref-728)
730. Siehe auch H.E. Richter: `Der Gotteskomplex´ S.75ff. [↑](#footnote-ref-729)
731. <http://nextaz.com/info/Albert+Einstein> [↑](#footnote-ref-730)
732. Die Möglichkeiten einer Reizüberflutung lassen sich auch psychologisch gut erklären → [Vulnerabilitäts-Stress-Modell](#_Vulnerabilitäts-Stress-Modell). [↑](#footnote-ref-731)
733. Aus: Zeit online <http://www.zeit.de/2011/44/C-Traumatologe> 10/2011. [↑](#footnote-ref-732)
734. Felix Hasler: Neuromythologie. Eine Streitschrift gegen die Deutungsmacht der Hirnforschung. Transcpript Verlag, Bielefeld. 3. Aufl. 2013, S. 7 und 8. [↑](#footnote-ref-733)
735. Heinzpeter Hempelmann in:<http://www.iguw.de/textsammlung/view/article/von-aepfeln-und-birnen-geistern-und-gehirnen-elektrischen-potentialen-und-potentialen-der-freiheit.html> [↑](#footnote-ref-734)
736. Z.B. <https://en.wikipedia.org/wiki/Transgenerational_trauma> 9/2018, <https://www.theguardian.com/science/2015/aug/21/study-of-holocaust-survivors-finds-trauma-passed-on-to-childrens-genes> , 8/2015. **Das heißt, dass dem, was durch Gene vererbt wurde, primär psychisch-geistige Schädigungen zugrunde liegen könen**. [↑](#footnote-ref-735)
737. Salopp gesagt: Die Gene können „zu- oder aufgeklappt“ werden. [↑](#footnote-ref-736)
738. Vielleicht hatten die früheren Psychiater doch Recht, wenn sie die Psychosen Geisteskrankheiten und nicht Gehirnkrankheiten nannten. [↑](#footnote-ref-737)
739. <https://de.wikipedia.org/wiki/Blue_Brain> , 2016. [↑](#footnote-ref-738)
740. Matthias Richard und Henning Freund: „Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie“,   
     Aus: <http://eh-tabor.de/fileadmin/eh-tabor/forschung/MIRP/Vorträge_Veröffentlichungen_MIRP/Artikel_Richard_Freund> 3/2012. [↑](#footnote-ref-739)
741. Hervorhebung von mir. [↑](#footnote-ref-740)
742. Im deutschen Sprachraum nehmen Einrichtungen wie die Klinik Hohe Mark (Oberursel), de’ignis­Fachklinik (Egenhausen), Magdalenen­Klinik (Georgsmarienhütte), Klinik Sonnenhalde (Riehen/Schweiz) oder die Klinik SGM Langenthal (Schweiz) seit einigen Jahren christliche Inhalte in ihr Behandlungsangebot auf. [↑](#footnote-ref-741)
743. Seitlinger, Michael (Hg.): Was heilt uns? Zwischen Spiritualität und Therapie. S. Lit.angaben. [↑](#footnote-ref-742)
744. Siehe: Daim W. Wilfried: Tiefenpsychologie und Erlösung; Herold Verlag Wien, 1951. [↑](#footnote-ref-743)
745. Wyss, Dieter: Die tiefenpsychologischen Schulen ...“ S.409. [↑](#footnote-ref-744)
746. Aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Transpersonale_Psychologie> und <https://de.wikipedia.org/wiki/Transpersonale_Psychotherapie>, 2/2014. [↑](#footnote-ref-745)
747. Aus: <http://www.visionaryart.oliver-sorin.com/>2/2014. [↑](#footnote-ref-746)
748. Aus:<https://de.wikipedia.org/wiki/Pastoralpsychologie>3/2014. [↑](#footnote-ref-747)
749. Aus: <http://www.pastoralpsychologie-norden.de/>3/2014. [↑](#footnote-ref-748)
750. Aus:<https://de.wikipedia.org/wiki/Pastoralpsychiatrie>3/2014. [↑](#footnote-ref-749)
751. Auszüge aus <https://de.wikipedia.org/wiki/Seelsorge> 3/2014. [↑](#footnote-ref-750)
752. Literaturübersicht zu finden in: <http://www.bts-wuppertal.de/Prospekte/BTS_Broschuere> [↑](#footnote-ref-751)
753. 1. Es gab 2008 über 100.000 AA-Gruppen weltweit. [https://www.anonyme-alkoholiker.de/](https://www.anonyme-alkoholiker.de/%20)    
      2. Inzwischen übernahmen das AA-Programm auch Gruppen ohne Bezug zur Suchtproblematik (EA-Gruppen). [↑](#footnote-ref-752)
754. <https://www.anonyme-alkoholiker.de/> Hervorhebung von mir. USA: <http://www.aa.org/> [↑](#footnote-ref-753)
755. Anonyme Alkoholiker, s. Lit. [↑](#footnote-ref-754)
756. <https://www.aa-treffen.de/12-versprechen> [↑](#footnote-ref-755)
757. Eine spezielle Selbsthilfegruppe für Psychotiker gibt es noch nicht - am ehesten kämen für sie die EA-Gruppen infrage. [↑](#footnote-ref-756)
758. Ich beziehe mich hier auf die Situation in Deustchland. [↑](#footnote-ref-757)
759. Bernhard Grom: „Religiosität/Spiritualität - eine Ressource für Menschen mit psychischen Problemen?“ Aus: [http://www.psychotherapeutenjournal.de/ptk/web.nsf/gfx/3153DC0EEE7B388941257A800048F478/$file/ptj\_3\_2012.pdf. 3/2012](http://www.psychotherapeutenjournal.de/ptk/web.nsf/gfx/3153DC0EEE7B388941257A800048F478/$file/ptj_3_2012.pdf.%203/2012). S. Ders. Religionspsychologie, 3. Aufl. München, 2007, E-book. [↑](#footnote-ref-758)
760. Zusammenfassend: Klein & Lehr, 2011, Lit. Angabe bei B. Grom. [↑](#footnote-ref-759)
761. Man wird wahrscheinlich (noch?) auf eine universitäre Karriere verzichten müssen, wenn man das Lagerdenken aufgibt. [↑](#footnote-ref-760)
762. Siehe Literaturverzeichnis. (S. 55) [↑](#footnote-ref-761)
763. Psychotherapeutenjournal 3/2012, S. 191-298. Das ! ist von mir. [↑](#footnote-ref-762)
764. „Der Tod ist der Sünde Sold“ (Röm 6,23). Andererseits Jesus: Die Krankheit des Blindgeborenen hat mit seiner oder seiner Eltern Sünde nichts zu tun. (Joh 9,1-41). [↑](#footnote-ref-763)
765. Warum heute kaum noch Seelsorge? s.a. H. Thielicke, in Läpple u.a. S. Literaturverzeichnis S. 126 f. [↑](#footnote-ref-764)
766. Ähnlich: `Gelassenheitsgebet´ von R. Niebuhr „Gott gibt uns die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die wir nicht ändern können, den Mut, Dinge zu ändern, die wir ändern können und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterschieden." Anstrengender das Motto: „Love it, Change it or Leave it“. [↑](#footnote-ref-765)
767. Eugen Biser spricht mit Recht von einer therapeutischen Religion. [↑](#footnote-ref-766)
768. Weil es, sogar unter Theologen, sehr unterschiedliche Vorstellungen von Gott gibt, habe ich manchmal meine Vorstellungen von ihm mit ´Gott¹´ gekennzeichnet.   
     ( S.a. `[Ist Gott das positive Absolute?](#_Ist_Gott_das)´ und `[Christliche Einseitigkeiten](Christliche#_) …´) [↑](#footnote-ref-767)
769. Ich verwende deshalb nicht nur den Begriff `Gott´, obwohl er für mich der adäquateste ist. [↑](#footnote-ref-768)
770. Weil es um fundamentale Einstellung geht, → [fundamental](#_Erläuterung_und_Begriffe). [↑](#footnote-ref-769)
771. Zitiert aus Wolfgang Wöller und Johannes Kruse: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart, 2005, S.21ff. [↑](#footnote-ref-770)
772. H. Wahl S. 252 [↑](#footnote-ref-771)
773. H. Wahl S. 301 [↑](#footnote-ref-772)
774. Aus Pfeifer, Samuel: Die Schwachen tragen; Brunnen Verlag, 2005. Dort auch Hans Küng „Verdrängung der Religion in der Psychiatrie“. [↑](#footnote-ref-773)
775. Sigmund Freud - Oskar Pfister: Briefwechsel 1909-1939, Frankfurt: Fischer, 1963, S. 12 f. [↑](#footnote-ref-774)
776. Es geht dabei nicht gegen unvermeidbare Fachtermini, sondern gegen deren Missbrauch als Etikett. [↑](#footnote-ref-775)
777. Das entspricht auch meiner Definition von Psyche in einem weiteren Sinn (→ [Neue Definition von Psyche](#_Neue_Definition_von)) [↑](#footnote-ref-776)
778. →<https://de.wikipedia.org/wiki/Therapeutic_Touch>´, 2019. [↑](#footnote-ref-777)
779. Hierher gehört auch das Problem des sogenannten Exorzismus, den ich nicht völlig ablehne. Das kann in dieser Arbeit aber nicht weiter erörtert werden. [↑](#footnote-ref-778)
780. In dieser Grafik sind nur die üblichen Psychotherapieschulen aufgeführt. [↑](#footnote-ref-779)
781. So findet man beispielsweise in dem über 1300 Stichworte umfassenden „Wörterbuch der Psychotherapie“ von Gerhard Stumm et al. kein Mal das Stichwort `Liebe´! [↑](#footnote-ref-780)
782. Vgl. Die Verkehrsregeln einzuhalten ist wichtiger als sie zu übertreten. Manchmal ist aber auch das Umgedrehte das Sinnvollere. [↑](#footnote-ref-781)
783. Siehe ungekürzte Fassung Kapitel `Meditationen´. [↑](#footnote-ref-782)
784. Dies führt jedoch manchmal auch zu anderen therapeutischen Prioritäten. [↑](#footnote-ref-783)
785. Das eigentliche +Absolute ist der Mensch aber von sich aus nicht. Dazu ist er zu schwach. Er ist, wie mehrfach erwähnt, nur in der Wahl des Absoluten absolut. Es ist ein Geschenk Gottes, das der Mensch annehmen kann, aber nicht muss und hat keine Bedingungen. [↑](#footnote-ref-784)
786. Aus: Erich Fried: Gesammelte Werke. Bd. 1. Wagenbach Verlag. München 1993, S. 565. © Claassen. [↑](#footnote-ref-785)
787. In: `Das geteilte Selbst´ (s. Lit.) S.13 [↑](#footnote-ref-786)
788. Ich erinnere mich an eine pharmagesponserte Fortbildung mit dem Thema „Wie binde ich als Arzt die Patienten an mich?“ - nicht: „Wie kann ich Patienten gesund `machen´ und sie entlassen!“ [↑](#footnote-ref-787)
789. Maria Erlenberger: `Der Hunger nach Wahnsinn´, Rowohlt, Reinbek b. Hamburg, 1977, S. 64. [↑](#footnote-ref-788)
790. „Und wenn dich dein Widersacher zwingen will, eine Meile mit ihm zu gehen, dann geh´ zwei mit ihm!“   
     Mt 5,41 [↑](#footnote-ref-789)
791. Ist es nicht gut, dass Gott unsere vordergründigen Bitten, er möge unsere Beulen am Kopf beseitigen, *nicht* erfüllt und uns dadurch auf eine ursächliche Lösung hinweist - etwa, nicht immer mit dem Kopf durch die Wand zu wollen? [↑](#footnote-ref-790)
792. S.a. Krankheitsgewinn und Widerstand [↑](#footnote-ref-791)
793. So ergeht es oft Gefangenen, wenn sie nach vielen Jahren frei werden. In einer ähnlichen Situation ist der Patient:   
      Er „will“ nicht gesund werden, obwohl er es eigentlich doch will. [↑](#footnote-ref-792)
794. Es wäre auch ein **Missverständnis**, wenn man diese Arbeit so verstünde, als sei es hier das primäre **Ziel, die falschen Absolutheiten zu relativieren** (so wie ich die Methode `The Work´ verstehe), ohne gleichzeitig etwas Besseres (+A) zu geben. Selbst ein Hund wird dich beißen, wenn du ihm einen Knochen wegnimmst, ohne ihm ein Stück Fleisch zu geben. [↑](#footnote-ref-793)
795. Aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Psychopharmakon>, 10/ 2011. (Hervorhebung von mir). [↑](#footnote-ref-794)
796. Im Original: „Die psychiatrische Theorie ist vielleicht nicht sehr viel mehr als eine Sammlung von Begründungen für die breite Verwendung von Psychopharmaka.“ Aus: Stefan Weinmann: Erfolgsmythos Psychopharmaka. Psychiatrie Verlag, Bonn, 2. Aufl. 2010. [↑](#footnote-ref-795)
797. Aus: www.faz.net › vom 14.3.2014.‎ [↑](#footnote-ref-796)
798. Schon 1932 entwarf A. Huxley in `Schöne neue Welt´ eine düstere Zukunft, in der alle Menschen durch Psychopharmaka `glücklich´ gemacht werden. [↑](#footnote-ref-797)
799. Aus: <http://www.heise.de/tr/artikel/Die-unheilige-Allianz-405133.html>; 3/2014 [↑](#footnote-ref-798)
800. Stefan Weinmann: ebd. [↑](#footnote-ref-799)
801. Deshalb sind sie auch schlecht über den Verstand zu therapieren. [↑](#footnote-ref-800)
802. Ich setze absichtlich den Begriff „paradox“ in Anführungszeichen, da es sich nicht wirklich um eine paradoxe Therapie, sondern um eine handelt, die der Betroffene zwar als paradox erlebt, die aber in Wirklichkeit nur eine scheinbar paradoxe ist. Deshalb vermeide ich auch den Begriff Gegen-Paradoxie, wie ihn die Schule von Mara Selvini Palazzoli verwendete. [↑](#footnote-ref-801)
803. Teilweise sinngemäße Übersetzungen, der Reihe nach aus: Lk 23,34; Lk 14, 26; Mt 5,44; Joh 12, 20ff; Joh 12,24; Mt 8,22; Mt 23,11; Mt 19,30; Mt 7,21; Paulus: 1.Kor 7:30 ff, 2 Kor 12:9, 1 Kor 1:27, Phil. 1:21. [↑](#footnote-ref-802)
804. Er gibt uns nicht alles - aber das Wichtigste im Schlaf. [↑](#footnote-ref-803)
805. Selvini Palazzoli, Mara, l. Boscolo, G. Cecchin, G. Prata: Paradoxon und Gegenparadoxon, 9. Aufl., Klett-Cotta, Stuttgart, 1996. [↑](#footnote-ref-804)
806. Paul Watzlawick, Janet H. Beawin, Don D. Jackson: Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien. 6. Auflage. Huber Verlag, Bern-Stuttgart-Wien, 1982. [↑](#footnote-ref-805)
807. Von der Literatur zur Psychotherapie von Psychosen empfehle ich die Arbeiten von S. Arieti, G. Benedetti, C. Scharfetter, M. Siirala, W. Daim, Peter Breggin, Ann-Louise Silver, Bertram Karon, Daniel Dorman, Robert Whitaker, oder als Doku-Film Daniel Mackler: „Take These Broken Wings -- Recovery from Schizophrenia without Medication.“ <https://www.youtube.com/watch?v=EPfKc-TknWU> [↑](#footnote-ref-806)
808. Siehe auch Abschnitt: `Kriterium Rückfall´?‘. [↑](#footnote-ref-807)
809. 1. Gerald Hüther, Neurobiologe in Göttingen in Geo 11/2009 S. 154 über Ritalin.

     2. Auch bei Angsttherapien nützt die durch Anxiolytika erzeugte Angstfreiheit nach meiner Erfahrung bei der Bewältigung neuer Angst kaum. Eigene Erfahrung: Um meine Höhenängste zu bekämpfen, bin ich drei Mal mit dem Fallschirm aus 600m Höhe gesprungen - allerdings mit reichlich Anxiolytika intus. Meine Höhenängste wurden danach noch schlimmer. [↑](#footnote-ref-808)
810. Dorothea Buck in:<http://www.irren-offensive.de/rede_buck.htm>1999; im Netz 3/2014. [↑](#footnote-ref-809)
811. Berichte von Betroffenen: Renate Klöppel, Arnild Lauveng, Hannah Green, `Stories - Successful Schizophrenia´ in: <http://www.successfulschizophrenia.org/stories.html> , 2009. [↑](#footnote-ref-810)
812. Psychiater: Marguerite Sechehaye, Silvano Arieti, P. R. Breggin, M. Eigen, Margaret Little, John G. Gunderson, Loren R. Mosher, Harold F. Searles, Murray Jackson, Bertram P. Karon, Daniel Mackler, Edward M. Podvoll, Robert Whitaker (→Literaturverzeichnis). Gute Übersicht über die wichtigsten Punkte   
     F. Frese et. al. in: <http://schizophreniabulletin.oxfordjournals.org/content/35/2/370.full>, 2009. [↑](#footnote-ref-811)
813. Im Folgenden beschränke ich mich insbesondere auf die Schizophrenien, wobei prinzipiell für die anderen Psychosen Ähnliches gilt. [↑](#footnote-ref-812)
814. <https://www.ea-selbsthilfe.net/> [↑](#footnote-ref-813)
815. A.a.O. habe ich die Widerstände gegen eine solche Einstellung dargestellt. [↑](#footnote-ref-814)
816. Ich halte auch entsprechende Auswirkungen schon auf den Embryo für sehr wahrscheinlich. So legen neuere Untersuchungen nahe, dass die Anlagen für Autismus schon vor der Geburt entstehen. (FOCUS online 30.3.2014). Für die Schizophrenien oder andere Psychosen mag das auch so sein. Ich würde diese Veränderungen allerdings i.d.R. nicht als *primäre* Veränderungen der embryonalen Gehirnzellen deuten, sondern eher als Folge solcher oben genannter `Ideologien´, die schon im Embryo für Autismus und andere Psychosen charakteristische `zweitrangige Wirklichkeiten´ erzeugt haben. Aber auch wenn sie so entstanden sind, halte ich sie für reversibel. [↑](#footnote-ref-815)
817. Warum nur manche Mitglieder solcher Gruppen krank werden und andere nicht, habe ich hier erörtert →`[Notlösung A](#_A)_Notlösung_auf_1)´) [↑](#footnote-ref-816)
818. Man könnte das dann `Die Stunde der Geburt des Selbstbewusstseins´ nennen. Bruno Bettelheim hat ein Buch „Die Geburt des Selbst” genannt und vertritt darin den Standpunkt, das Selbst müsse erst im Laufe des Lebens geboren und gebildet werden. Ich glaube, das kann man vom Selbstbewusstsein sagen, aber nicht vom Selbst. Ich glaube, das Selbst ist von Geburt des Menschen an schon da. Als wir beispielsweise unsere Kinder bekamen, würde ich schon von ihrer Geburt an sagen, sie seien sie selbst gewesen, auch wenn sie sich dessen nicht bewusst waren. [↑](#footnote-ref-817)
819. Die Moral (das „Gesetz“) hat gegenüber der Liebe/ Gott nur eine relative Bedeutung. Sie ist eingebettet in diese und dadurch „auch-absolut“. [↑](#footnote-ref-818)
820. Gott ist so auch der stärkste Befreier und Verstärker des Selbst. Wie komme ich am besten zu mir selbst? Oder: Wie bekomme ich das stärkste Selbst? Am besten doch über den Geist, der mich am meisten liebt! Der mich mehr liebt, als ich mich selber liebe. [↑](#footnote-ref-819)
821. Z.B. das erste Wunder Jesu war keine humane Tat, sondern die Verwandlung von Wasser in Wein.   
     Sünden vergab Jesu ohne zuvor Wiedergutmachungen o.ä. zu fordern, der Wunsch nach Vergebung reichte. [↑](#footnote-ref-820)
822. Im Mittelpunkt des Personenzentrum postuliere ich das sog. `Wahlabsolute´, das jenseits der Kindes- oder Erwachsenenrolle besteht und diese relativiert. [↑](#footnote-ref-821)
823. Es ist problematisch oder gar gefährlich, wenn man, wie manchmal empfohlen, das Kind-Ich an sich ohne eine starke Grundlage (am besten ein allmächtiges Absolutes, Gott) in den Mittelpunkt stellt, denn dann ist es zu angreifbar und schwach. So auch ein Problem bei Janovs Urschreitherapie. [↑](#footnote-ref-822)
824. Lk 12,31 [↑](#footnote-ref-823)
825. Das gilt nicht nur für prinzipielle Lebenseinstellungen, sondern auch für ganz einfache Beispiele aus dem Alltag: Wenn ich als Mann beispielsweise unbedingt potent sein muss, fördere ich Impotenz. Wenn ich dazu erzogen bin, alles richtig und flüssig zu sagen, wird das Stottern provozieren. Wenn ich etwas, was mir sehr wichtig ist, krampfhaft versuche zu erinnern, werde ich es eher nicht erinnern usw. Erst das Lockerlassen, das Relativieren d.h. in unseren Fällen, impotent sein zu dürfen, sich auch versprechen dürfen, auch vergessen dürfen usw. lässt uns das gewünschte Ziel eher erreichen. [↑](#footnote-ref-824)
826. Mt 10,39 [↑](#footnote-ref-825)
827. Vielleicht hat S. Freud mit dem „Todestrieb“ Ähnliches gemeint wie die Bibel mit der „Todsünde“. In späten Jahren postulierte ja S. Freud den „Lebens- und Todestrieb“ als die zwei Haupttriebe. [↑](#footnote-ref-826)
828. Obwohl wir also in der Beurteilung unserer Mitmenschen keine letzte Sicherheit haben, ob sie eine prinzipiell positive oder negative Lebensausrichtung getroffen haben oder noch treffen werden - und wir aus diesem Grund auch niemanden richten sollten - so ist es doch sehr wahrscheinlich, dass sich solche prinzipiellen Herzensentscheidungen auch im entsprechenden Handeln und Charakter niederschlagen.   
     Die positive absolute Ausrichtung bzw. den entsprechenden Willen, habe ich an anderer Stelle auch die eigentliche [Primärtugend](file:///C:\Users\torst\AppData\Roaming\Microsoft\Word\Primär-_und_Sekundärtugenden#_) genannt. [↑](#footnote-ref-827)
829. Das Zitat ist zwar wörtlich, ich finde aber die Quelle nicht mehr. [↑](#footnote-ref-828)
830. Wie schon a.a.O. erwähnt, entspricht die „Ursünde“ nicht der sogenannten „Todsünde“. [↑](#footnote-ref-829)
831. In der ungekürzten Fassung zu finden. [↑](#footnote-ref-830)
832. Bei einigen der im Folgenden aufgeführten Aspekte versuche ich das beispielhaft und glaubwürdig darzustellen. [↑](#footnote-ref-831)
833. Ich spreche hier speziell einen „Psychotiker“ an. [↑](#footnote-ref-832)
834. Vergleiche auch die Ausführungen über Identitätsänderungen durch die Es im Teil `Metapsychiatrie´. [↑](#footnote-ref-833)
835. Ich zähle hier nur einige Symptome auf, wie sie z.B. eine Patientin von Marguerite Sechehaye (`Renée´) eindrucksvoll geschildert hat (siehe Literaturverzeichnis) - und wie ich sie auch in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) unter den Schizophreniesymptomen aufgeführt habe. [↑](#footnote-ref-834)
836. So kann man gleichzeitig fliegen und Wurzeln schlagen! [↑](#footnote-ref-835)
837. Leider z.Zt. nur auf Englisch auf dem Markt. [↑](#footnote-ref-836)
838. Mögliche Meditationen habe ich in der ungekürzten Fassung veröffentlicht. [↑](#footnote-ref-837)
839. Ich zähle auch hier wieder einige Symptome auf, wie sie eine Patientin von MargueriteSechehaye (`Renée´) eindrucksvoll geschildert hat (siehe Literaturverzeichnis) - und wie ich sie auch in der [Übersichtstabelle](https://new-psychiatry.com/wp-content/uploads/2021/02/Ubersichtstabelle.pdf) unter den Schizophrenie-symptomen aufgeführt habe. [↑](#footnote-ref-838)
840. Ähnlich Nietzsches „Verzückungsspitzen“ und ihre Folgen. [↑](#footnote-ref-839)
841. Im Rahmen dieser Arbeit kann ich auf diese Problematik nur kurz eingehen. [↑](#footnote-ref-840)
842. Harry Stuck Sullivan entdeckte bereits in den 1920iger Jahren, dass Patienten, die sehr krank waren, zu den Kommunikationsformen der frühen Kindheit zurückkehrten. Nach <http://suite101.de/article/therapie-der-psychosen-a116571> , 2014. [↑](#footnote-ref-841)
843. Ebd.   
     Aber: Wie in der Auseinandersetzung mit der Psychotherapie Janovs schon bemerkt, halte ich es für problematisch, wenn der Betroffene auf eine Kindebene an sich regrediert, sondern er soll sich als Kind Gottes geborgen, geliebt und unverletzlich erleben - was in Gegenwart des Therapeuten nur teilweise möglich, aber in einem zusätzlichen + `Metabereich´ (Gott) am besten ist. [↑](#footnote-ref-842)
844. Frei nach Charles Baudelaire `Das unsühnbare. Original `L' irréparable´. [↑](#footnote-ref-843)
845. Ich las, dass in dem Gesamtwerk von S. Freud nur einmal das Wort `Schuld´ erwähnt wird. [↑](#footnote-ref-844)
846. Aus: Krank- selber schuld? [www.ekir.de/bonn/00/stk/Downloads/12\_-\_Krank\_-\_selber\_schuld.pdf](http://www.ekir.de/bonn/00/stk/Downloads/12_-_Krank_-_selber_schuld.pdf) 2007. [↑](#footnote-ref-845)
847. Man kann dessen „te absolvo“ so verstehen: „Ich mache Dich, der Du Dich im Relativen verloren hast, prinzipiell absolut (erlöst und frei)!“ [↑](#footnote-ref-846)
848. Scharfenberg zitiert bei H. Wahl ebd. S. 288. [↑](#footnote-ref-847)
849. H. Wahl ebd. S. 288f. [↑](#footnote-ref-848)
850. H. Thielicke, In: Läpple, Volker & Joachim Scharfenberg (Hrsg.): „Psychotherapie und Seelsorge“; Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1977, S.126f. [↑](#footnote-ref-849)
851. Man müsste formulieren: „... Eine vielleicht echte Schuld wird dann bestritten“, denn natürlich können auch andere Personen an meiner Depression schuldig sein. [↑](#footnote-ref-850)
852. H. Thielicke ebd. S.128. [↑](#footnote-ref-851)
853. Früher war ich über meine Sünden nur traurig. Jetzt bin ich darüber auch noch traurig, aber auch froh, weil Gott sie mir wegnimmt - und diese Freude ist größer als meine Traurigkeit. [↑](#footnote-ref-852)
854. Wie a.a.O. genauer zitiert aus: Sigmund Freud - Oskar Pfister: Briefwechsel 1909-1939, Frankfurt: Fischer, 1963, S. 12 f. [↑](#footnote-ref-853)
855. Die einzige Nabelschnur, die man nicht durchtrennen sollte, ist die von Gott zu uns, denn das `Blut´, das sie transportiert, ist der einzige Stoff der nicht abhängig macht. [↑](#footnote-ref-854)
856. A.a.O. habe ich ausgeführt, dass ich glaube, dass bei Menschen mit Psychosen die „Blockierungen“ durch „fA“ wahrscheinlich noch viel früher, vielleicht sogar pränatal, entstanden. [↑](#footnote-ref-855)
857. Aus: Gertrud von le Fort: Das Schweißtuch der Veronika, Kösel & Pustet, München, 1928. [↑](#footnote-ref-856)
858. Wie der Leser ahnen wird, glaube ich, dass das am besten mit Jesus geht. Das Problem von Gut und Böse ist durch ihn zwar absolut oder existenziell gelöst; in relativer Bedeutung besteht es, zum Glück, als Orientierung weiter. [↑](#footnote-ref-857)
859. Pro und +, sowie Kontra und ‒ werden synonym verwendet. [↑](#footnote-ref-858)