



## Die «direkte Begegnung» als Lebensschule nach Erich Fromm.

(33. Brief)

### „Was die Gesellschaft auf Kosten des Menschen gelingen lässt.“

Dr. Rainer Funk schreibt:

«Die Ich-Orientierung – auf Kosten der Ich-Stärke. (3)

Um die psychische Dynamik verstehen zu können, die zur Ich-Orientierung führt, und um einen Einblick zu bekommen, wie Ich-Orientierte unbewusst ihr Ich wahrnehmen, ist es hilfreich, zunächst den Blick auf einige Verhaltensauffälligkeiten zu lenken, die in Wirklichkeit ein **schwaches Ich** vermuten lassen.

- Ich-Orientierte versuchen immer, der Polarität allen Lebens aus dem Wege zu gehen. Sie wollen nicht wahrhaben, dass der Partner, die Eltern, die Kinder, die Arbeit befriedigend und anstrengend, beglückend und belastend sind. Nur das Positive wird wahrgenommen, während sie allem Schwierigen, Kritischen, Konflikthaften aus dem Weg gehen.

- Sie tun sich ausgesprochen schwer, Grenzen und eigene Begrenztheiten in Form von schicksalhaften Fügungen und Einschränkungen anzuerkennen und mit weniger zufrieden zu sein.

- Noch schwieriger ist das Wahrnehmen und Aushalten von negativen Selbstgefühlen wie Gefühlen von seelischem Schmerz, von Hilflosigkeit, Passivität, Ohnmacht und Isolierung.

- Dem bereits erwähnten Problem, sich nicht binden zu können und keine Gefühle von Sehnsucht, Treue, Nähe, Zuneigung zu spüren, entspricht auch eine deutliche Schwierigkeit, Trennungen auszuhalten und Gefühle des Getrenntseins – der Trauer, des Alleinseins, des Verlusts, der Enttäuschung – zu spüren.

- Eine weitere Auffälligkeit ist der meist kontraphobische Umgang mit den für die Entwicklung des Ichs zentralen Affekten der Angst, Schuld und

Scham. Statt sich zu ängstigen, suchen sie den Kitzel; statt zu Schwächen zu stehen, zeigen sie sich selbstbewusst und über alle Selbstzweifel erhaben; statt die Augen vor Scham verdecken zu wollen, weiden sie ihre Augen am Schamlosen.

- Unübersehbar ist auch die Schwäche vieler Ich-Orientierter, aus verinnerlichten Normen und Idealen zu leben. Sie sind deshalb verstärkt angewiesen auf Hilfs-Ichs und Hilfs-Über-Ichs in Form von Ratgebern, ethischen Regulierungen, Werte-Kanons oder *political correctness*.

Die psychische Entwicklung eines **starken Ichs** hängt von vielen Faktoren und Erfahrungen ab und zeigt sich in einer ganzen Reihe von Fähigkeiten und Funktionen. Indizien für Ichstärke sind beispielsweise die Fähigkeit:

- die eigene Wirklichkeit und die uns umgebende klar unterscheiden zu können;

- die eigene Wirklichkeit und die uns umgebende realitätsgerecht wahrnehmen zu können, das heißt ohne Verleugnungen und Entstellungen;

- die Vorstellungs- und Phantasiewelt von der Realität unterscheiden zu können und die Phantasie nutzen zu können, ohne mit ihr der Realität zu entfliehen;

- zwischen dem, was man sich von sich und vom Anderen wünscht, und dem, wie man selbst und was der Andere tatsächlich ist, unterscheiden zu können;

- mit weniger zufrieden sein zu können und Begrenzungen und Leid akzeptieren zu können;

- von Idealen und Werten nicht nur reden, sondern sie tatsächlich praktizieren zu können;

- Impulse und Affekte modulieren und kontrollieren zu können;

- sowohl positive als auch negative Wahrnehmungen bei sich selbst und bei anderen wahrnehmen zu können;

- Denken, Fühlen und Handeln als Einheit erleben zu können;

- Kritik, Versagungen und Enttäuschungen aushalten zu können;

- Konflikte wagen und ertragen zu können;

- unabhängig und selbständig sein zu können und Angewiesensein akzeptieren zu können;

- sowohl allein sein zu können als auch den Wunsch nach Zusammensein und Vereinigung realisieren zu können;

- sich binden und trennen zu können, ohne dass man sich selbst aufgibt oder zu verlieren droht.

Dies alles (und noch mehr) zeichnet ein starkes Ich aus. Wer solches kann, zählt zu den „menschlichen“ Könnern, denn alle genannten Fähigkeiten sind nicht mit „gemachtem“ Vermögen herstellbar. Allein die Konkretisierung dessen, was Ich-Stärke bedeutet, legt den Schluss nahe, dass die Ich-Orientierung in Wirklichkeit ein oft verzweifelter Versuch ist, eine zunehmende unbewusste Ich-Schwäche und Ich-Regression zu kompensieren mit einem Ich, das mit Hilfe des „gemachten“ Vermögens ganz selbstbewusst und stark aufzutreten imstande ist.

Psychologisch gesehen, muss dieses so allmächtig sich inszenierende Ich den Mangel an Beziehung zu inneren psychischen Strukturen und Antriebskräften, das heißt zu Eigenkräften, ausgleichen – mit dem Ergebnis, dass das Ich des Menschen in Wirklichkeit noch schwächer wird und noch mehr von „gemachtem“ Vermögen abhängig ist.

Die für die aktive wie für die passive Form der Ich-Orientierung so zentrale Bedeutung der Selbstbestimmung, die ein ganz spontanes und autonomes Subjekt suggeriert, ist in Wirklichkeit eine Rationalisierung, mit der die Abhängigkeit vom „gemachten“ Vermögen am Bewusstwerden gehindert werden soll.

Diese Abhängigkeit droht unter Umständen bereits gespürt zu werden, wenn einmal die Festplatte kaputt geht oder das Handy abhanden gekommen ist. Solche Ausfälle werden für einen Moment, das heißt bis Abhilfe durch weiteres „gemachtes“ Vermögen geschaffen ist, wie eine völlige Leere und Isolierung erlebt und lassen erahnen, wie ohnmächtig und hilflos der Ich-Orientierte sich unbewusst erlebt.

Der Ich-Orientierte darf nicht merken, dass es zu einem generellen Rollentausch bei der Steuerung gekommen ist:

Nicht mehr der Mensch mit seinen in ihm liegenden Kräften steuert, sondern der Mensch und seine sozialen Gebilde werden von „gemachten“ Instrumenten und deren intrinsischem Vermögen gesteuert. Von hier aus wird verständlich, warum Ich-Orientierte verbunden sein wollen, ohne sich zu binden. Ohne verbunden zu sein, haben sie keinen Zugang zum „gemachten“ Vermögen.

Bleibt die für die Lebensschule nach Erich Fromm wichtige Frage, wie es unter solchen gesellschaftlichen und charakterologischen Voraussetzungen möglich ist, die produktive Orientierung zu stärken.

Das generelle Ziel zur Stärkung der produktiven Orientierung beim Gesellschafts-Charakter der Ich-Orientierung ist immer, im Umgang mit sich und mit anderen ein Ich-Erleben zu

praktizieren, aus dem das Ich gestärkt hervorgeht, weil eigene geistige, seelische und körperliche Fähigkeiten als wirkmächtig erfahren werden. Dies bedeutet keinen generellen Verzicht auf „gemachtes“ Vermögen, aber eine Relativierung seines Gebrauchs: Es soll dem Erhalt und der Potenzierung des menschlichen Vermögens dienen.

Ob es diesem Ziel tatsächlich dient, zeigt sich, sobald man sich vorstellt, ohne ein konkretes „gemachtes“ Vermögen auskommen zu müssen. Beschleicht einen bei dieser Vorstellung kein Gefühl der Hilflosigkeit oder Ohnmacht, Langeweile oder Leere, dann kann man davon ausgehen, dass der Gebrauch „gemachten“ Vermögens zur Stärkung der produktiven Orientierung beiträgt.

(Fortsetzung folgt)

Wir werden Ende Oktober 2015 diesen Brief miteinander besprechen. Wenn Sie an der Zusammenkunft teilnehmen möchten, erfragen Sie bitte den genauen Termin bei:

Oskar Jäggi-Zimmermann  
Brandenbergstrasse 9, CH-8304 Wallisellen  
Tel. 044 / 883 16 13 E-Mail [ojrj@wwg.ch](mailto:ojrj@wwg.ch)

Diskussionsbeiträge sind willkommen!

Unsere Rundschreiben über «Authentisch Leben», «Den Vorrang hat der Mensch» und die «Direkte Begegnung» finden Sie im Internet [www.erich-fromm.de](http://www.erich-fromm.de) unter Arbeitskreis Schweiz.