

Zwischen Hass und Mitgefühl, Zorn und Gelassenheit

Das Spektrum menschlicher Gefühle und ihr Einfluss auf die soziale Identität

Regine Kather

Vortrag bei der Online-Tagung „Die Macht der Gefühle“ am 3. und 4. Dezember 2022

Inhalt

1. Einleitung	1
2. Gefühle als Fähigkeiten	2
3. Menschen und Tiere: Gemeinsamkeiten und Unterschiede	5
4. Ambivalenz der Gefühle.....	12
5. Vom Umgang mit Zorn und dem Streben nach Gelassenheit	14
6. Blind vor Liebe oder vom Eros beflügelt	16
7. Individual- versus Massenpsychologie	19
8. Zeitliche Struktur von Gefühlen: zwischen Vergangenheit und Gegenwart ..	22
9. Stufen des Selbstseins und die Integration der Person	24

1. Einleitung

Oft werden Gefühle als etwas genuin Menschliches angesehen, als Grundlage von Humanität und damit als entscheidender Unterschied zu Künstlich-Intelligenten Systemen (KIS), die diese nur simulieren. Übersehen wird dabei zweierlei: Zum einen, dass Menschen viele Gefühle schon mit höheren Tieren teilen; zum anderen, dass Gefühle ausgesprochen zwiespältig sind, dass sie einerseits zu Mitgefühl und Sympathie befähigen, andererseits aber auch an den Rand des Abgrunds und der Selbstzerstörung führen können. Nicht umsonst gehört es seit der Antike, seit Platon und Aristoteles also, zu Menschenbildung und Ethik, zu lernen, wie man sie kontrollieren und in die richtige Richtung lenken kann, so dass sie die Vernunft nicht behindern, sondern unterstützen.¹

¹ Zum geistesgeschichtlichen Überblick bei der Suche nach einer emotionalen Vernunft vgl. Meier-Seethaler, Carola (2001³): Gefühl und Urteilskraft. Ein Plädoyer für die emotionale Vernunft, München: Beck.

2. Gefühle als Fähigkeiten

Die Philosophin Martha Nussbaum hat eine Liste menschlicher Grundfähigkeiten entwickelt, die systematisch entwickelt und gepflegt werden müssen. Zu ihnen gehören neben kognitiven Fähigkeiten wie Wahrnehmen, Vorstellen, Denken und praktischer Vernunft und der Fähigkeit, in Verbundenheit mit Menschen und anderen Lebewesen zu leben auch Gefühle: „Das Erleben von Schmerz und Freude“, so Nussbaum, „ist allen Menschen gemeinsam – auch wenn seine kulturellen Ausdrucksformen und bis zu einem gewissen Grad das Erleben selbst unterschiedlich sind.“² „Zu lieben, zu trauern, Sehnsucht und Dankbarkeit zu empfinden“³ gehören genauso dazu wie der „Raum für Erholung und Lachen.“⁴ Allerdings waren Nussbaum auch die Schattenseiten von Gefühlen bewusst, besonders die von Angst und Zorn mit seiner destruktiven Dynamik und dem Potenzial zur Ungerechtigkeit. Auch Evolutionsbiologen⁵ und Psychologen teilen die Überzeugung, dass alle Menschen weltweit die Fähigkeit zum Erleben und zum Ausdruck von Gefühlen haben.⁶ Viele sprechen daher inzwischen von einer eigenen Form der Intelligenz: der emotionalen Intelligenz.⁷ Sie beruht auf der Fähigkeit, die eigene Gefühle ebenso wie die anderer wahrzunehmen und angemessen mit ihnen umzugehen. Durch kulturspezifische Traditionen ebenso wie durch Erfahrungen und Lernprozesse können sich die Gewichtung und die Art und Weise, Gefühle auszudrücken, jedoch stark unterscheiden. Dennoch geht man davon aus, dass es nur ein begrenztes Spektrum an Grundgefühlen gibt. Etliche Psychologen unterscheiden dabei nur 6 Grundemotionen:⁸

- a) Glück - mit den Nuancen Euphorie, Seligkeit, Freude, Spaß und Lust und damit auch dessen Gegenteil: Schmerz, Leid und Qual;
- b) Trauer – zu der auch Depression und Melancholie gehören;
- c) Wut – die sich als Zorn, Ärger, Aggression und Rachsucht manifestieren kann;

² Nussbaum, M. (1999): *Gerechtigkeit oder das gute Leben*, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 52.

³ Nussbaum, M. (1999): *Gerechtigkeit oder das gute Leben*, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 58.

⁴ Nussbaum, M. (1999): *Gerechtigkeit oder das gute Leben*, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 54.

⁵ Weisfeld, G. (2019): *Evolved Emotions. An Interdisciplinary and Functional Analysis*, London et al: Lexington. – Zu menschlichen Universalien allgemein: Brown, Donald E. (1991): *Human Universals*, New York: McGraw-Hill.

⁶ Vgl. bereits Darwin, C. (1998): *The Expression of the Emotions in Man and Animals*, Definitive Edition. Ed. Paul Ekman, Oxford University Press, USA.

⁷ Christine Wamsler – Fernando Restoy: *Emotional Intelligence and the Sustainable Development Goals: Supporting Peaceful, Just and Inclusive Societies*, in: Springer Nature Switzerland AG 2020: https://doi.org/10.1007/978-3-319-71066-2_123-1, p.1-11.

⁸ *Süddeutsche Zeitung*, 11. Oktober 2006. – Damasio, A. (1999): *Ich fühle also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins*, München: List, 67f

- d) Angst – mit den Nuancen Verzagtheit, Mutlosigkeit, Panik, Furcht, zu der man auch Entsetzen, Fassungslosigkeit, Schreck und Schock zählen kann;
- e) Ekel – zu dem Abscheu, Widerwillen und Grauen gehören;
- f) und schließlich Überraschung – mit den Ausprägungen von Staunen und Neugier.

Erstaunlicherweise fehlt in dieser Liste das ganze Spektrum von

- g) Liebe – mit den Spielarten Sexuelle Begierde, Sympathie, Freundschaft, Hingezogensein und Vertrauen, sowie deren Gegenteil: Abneigung, Misstrauen, Feindseligkeit, Eifersucht bis hin zu Hass;
- h) Mitleid – mit den Spielarten Mitgefühl, Empathie, Mitfreude, Wohlwollen und Sorge, aber auch Schadenfreude und Sadismus als Lust an der Qual anderer.
- i) Stolz – der sich als Ehrgefühl manifestieren kann;
- j) das Gefühl der Schuld und damit korrespondierend Scham und Reue, aber auch Vergebung, Verzeihen und Gnade.
- k) und nicht zuletzt auch: Gier – mit den Spielarten Geiz, Habsucht und Neid.

Dass diese Gefühle in dem Grundkatalog von 6 Emotionen nicht aufgezählt werden ist insofern erstaunlich, als Liebe in ihrer sexuellen Ausprägung Bedingung der Fortpflanzung und damit des Überlebens und der Evolution ist und, wie wir noch hören werden, in ihrer geistig-romantischen Form weltweit beobachtet werden kann und seit der Antike in der Literatur geschildert wird.⁹ Auch die Fähigkeit zu Sympathie und Empathie hat sich evolutionär entwickelt, lässt sich also, ebenso wie erste Ansätze zu Schuldbewusstsein und Reue, schon bei unseren tierischen Verwandten beobachten.

Entscheidend an dem stark von Aristoteles inspirierten Ansatz Nussbaums ist jedoch, dass Gefühle nicht einfach vorhanden sind, einen überfallen und man ihnen ausgeliefert ist oder man sie nur nach dem Prinzip eines unter Druck stehenden Dampfkessels im Sinne von Freud abreagieren kann; ebenso wenig sind sie rein irrational und damit Gegenspieler von Verstand und Vernunft. Obwohl alle Menschen über die biologisch verankerte Möglichkeit verfügen, ein breites Spektrum von Gefühlen zu entwickeln, muss es, genauso wie andere Grundfähigkeiten, etwa die

⁹ U.a. Eibl-Eibesfeld, I. (2007): Bindung, Liebe, Sexualität, in: K.Buchholz (Hg.): Liebe. Ein philosophisches Lesebuch, München: Goldmann, 162-171.

Sprache, durch Erziehung entwickelt und der angemessene Umgang in wechselnden Kontexten lebenslang immer wieder eingeübt werden.

Obwohl die Universalität der Fähigkeit zu Gefühlen einen Kulturrelativismus ausschließt, können ihre Ausdrucksformen ebenso wie ihre Bedeutung in unterschiedlichen Epochen und Kulturen variieren. Ein prominentes Beispiel ist der Unterschied im Gefühlsausdruck zwischen Japanern und Westeuropäern: Für westlich sozialisierte Menschen ist das ständige Lächeln von Asiaten irritierend, weil es ihren inneren Zustand verbirgt. Umgekehrt werten viele Asiaten den spontanen Gefühlsausdruck westlich geprägter Menschen als aufdringlich und unhöflich. Dazu gehört schon das kräftige Schütteln der Hand bei einer Begrüßung, das besondere Freude zum Ausdruck bringen soll. Aber auch innerhalb Europas gibt es eine enorme Spannweite in der Art des Gefühlsausdrucks zwischen den eher unterkühlten, schweigsamen Nordländern und den quirligen, eloquenten und damit sehr viel lauterer Südländern.

Einprägsame Beispiele für den historischen Wandel in der Bedeutung von Gefühlen sind der Begriff der Ehre: Noch im 19. Jh. duellierten sich, wie der Roman Effie Briest schildert, Männer wegen einer Frau; heute dagegen reagieren die meisten auf Ehrenmorde, wie sie in konservativ islamischen Gesellschaften üblich sind und auf Blutrache, die noch in Albanien praktiziert wird, mit Befremden und Unverständnis. Auch der Tod eines Kindes wird völlig anders bewertet als noch vor 150 Jahren, als die meisten Kinder sehr früh und damit vor den Eltern starben. Heute dagegen sind viele Eltern für lange Zeit durch den Verlust eines Kindes so gezeichnet, dass sie sich schwertun, wieder ins Alltagsleben zurückzukehren. Offensichtlich werden zwar nicht die Gefühle selbst erlernt, aber die Bedeutung von Ereignissen, die bestimmte Gefühle wecken und damit ihre Intensität bestimmen.

Doch nur, wenn Gefühle nicht nur quasi-mechanische Reaktionen sind, hat man einen gewissen Freiheitsspielraum, einen angemessenen Umgang mit ihnen zu erlernen. Es gilt daher zwischen Gefühlen zu unterscheiden, die einfache, reflexartige Re-Aktionen sind wie der Schreck bei einem lauten Geräusch und Gefühlen, die man als Ausdruck der ganzen Person in komplexen Situationen ansehen kann und die damit schon in dem Moment, in dem sie entstehen, bewusst wahrnehmbar sind. Da sie bewusst wahrnehmbar sind, kann man sich bis zu einem gewissen Grad innerlich von ihnen distanzieren, sie anschauen und auf ihre Angemessenheit prüfen – eine Übung, die vor allem im Buddhismus praktiziert wird.

Die Werbung etwa setzt auf Reize, die bestimmte Bedürfnisse, Wünsche und Verhaltensweisen auslösen sollen. Dazu spricht sie auch die dem Bewusstsein und damit der rationalen Kontrolle unzugänglichen Tiefenschichten an, und löst durch Bilder, Gerüche und Symbole Sehnsüchte aus, die plötzlich in einem anderen Kontext den fast unwiderstehlichen und unerklärlichen Drang erregen, ein bestimmtes Produkt, ein ‚must have‘, zu erwerben. Auch die Strategien von Influencern und Künstlich-Intelligente Systeme beruhen auf einem behavioristischen Menschenbild. Was im Inneren einer Person vorgeht, ist nach dieser Auffassung für das Verhalten irrelevant. Entscheidend ist nur der Input, der einen bestimmten Output erzeugt. Dass das sehr gut funktioniert zeigt die Bereitschaft, sich mit Alexa und Siri genauso zu unterhalten, *als ob* sie Personen wären, *als ob* sie unseren Kummer verstehen und sich bemühen würden, Lösungen für unsere Probleme zu finden; inzwischen werden sogar Replicas, Dublikate geliebter Menschen entwickelt, mit denen man über existentielle Fragen sprechen kann, wenn sie nicht mehr unter den Lebenden weilen.¹⁰

3. Menschen und Tiere: Gemeinsamkeiten und Unterschiede

„In allem Affektiven steht das Tier dem Menschen [...] noch viel näher als in Bezug auf Intelligenz. Geschenk, Hilfsbereitschaft, Versöhnung und ähnliches kann man bereits bei Tieren finden.“¹¹ So schrieb der Philosoph Max Scheler in seinem Büchlein *„Die Stellung des Menschen im Kosmos“* schon 1928. Scheler kannte nicht nur die Evolutionstheorie, sondern auch die ersten verhaltensbiologischen Studien von Köhler mit höheren Primaten. In deren Blick erkannte er etwas wie ein Aufleuchten wie bei einem ‚Aha‘-Erlebnis, wenn es ihnen gelang, ein Problem zu lösen.¹² Doch auch bei ihnen ist bereits die Ambivalenz von Gefühlen erkennbar: Ihr Verhalten kann von Angst, Reizbarkeit, Aggressivität, Wut, Eifersucht, Verzweiflung und Enttäuschung bestimmt sein, das bis zu dem Bedürfnis reicht, jemandem eine Misshandlung heimzuzahlen – was bei Raben und Elefanten beobachtet wurde.

Vermutlich verfügen jedoch nicht erst höhere Tiere über Gefühle, sondern, so der Neurophysiologe Antonio Damasio in seinem Buch ‚Ich fühle, also bin ich‘¹³, schon relativ einfache Organismen bis hin zu Insekten, die uns in der Geschichte der Evolution fernstehen. Auf basale, stereotypisierte Reaktionsmuster, zu denen Stoffwechselregulation und Reflexe gehören, folgen auf der nächsthöheren Ebene

¹⁰ Vgl. Kather, R. (2022): Die Verheißung gesteigerter Lebensqualität. Philosophische Hintergründe von Künstlicher Intelligenz und Transhumanismus, Patmos: Ostfildern.

¹¹ Scheler, M. (1983¹⁰): Die Stellung des Menschen im Kosmos, Bern: Francke, 36.

¹² Scheler, M. (1983¹⁰): Die Stellung des Menschen im Kosmos, Bern: Francke, 33.

¹³ Damasio, A. (1999): Ich fühle also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins, München: List, 49-103.

Emotionen, die bereits wesentlich komplexere Reaktionsmuster beinhalten und zu denen primäre und sekundäre Emotionen sowie Hintergrundemotionen gehören, die Wahrnehmungen eine bestimmte Färbung verleihen. Auf sie bauen wiederum Gefühle auf, unter denen Damasio sensorische Muster versteht, die Schmerz, Lust und Emotionen signalisieren und die zu ersten Vorstellungen werden. Erst dann folgen höhere Denkprozesse, die komplexe, flexible und individuell zugeschnittene Reaktionspläne beinhalten, die mit bewussten Vorstellungen einhergehen und das Verhalten motivieren. Für die meisten Lebewesen sind Emotionen und Gefühle entscheidend für die Selbststeuerung. Durch sie können sie eine Homeostase, einen Gleichgewichtszustand mit ihrem Umfeld anstreben. Sie ist eine Bedingung des Überlebens und auf höheren Ebenen auch von Wohlbefinden.¹⁴ Auch bei Menschen sind alle Stufen weiterhin für das Verhalten bestimmend. In diesem Sinne galt der Mensch als ‚animal rationale‘, als ein vernunftbegabtes Lebewesen.

„Die Allgegenwart der Emotion in unserer Entwicklung und unserer Alltagserfahrung“, so Damasio, „verknüpft praktisch jedes Objekt und jede Situation unserer Erfahrung durch Konditionierung mit den fundamentalen Werten der homöostatischen Regulation: Belohnung und Bestrafung, Lust oder Schmerz, Annäherung oder Rückzug, persönlicher Vorteil oder Nachteil und, unvermeidlich, Gut (im Sinne des Überlebens) und Böse (im Sinne des Todes). Ob es uns gefällt oder nicht, das ist die *natürliche Conditio humana*. Doch ihre maximale Wirkung entfalten Gefühle, wenn Bewusstsein vorliegt. Außerdem ist das Individuum dann in der Lage, zu überlegen und zu planen. Es hat ein Mittel – nämlich die Vernunft -, um die allgegenwärtige Tyrannei der Emotion zu kontrollieren. Ironischerweise bleibt der Motor der Vernunft [...] auf die Emotion angewiesen, woraus folgt, dass das kontrollierende Einfluss der Vernunft häufig bescheiden ausfällt.“¹⁵ Alle Organismen, die die Fähigkeit zu qualifizierten Perzeptionen besitzen, durch die sie ihre Situation in einem spezifischen Umfeld erfassen, haben daher, mit Scheler¹⁶ gesprochen „ein Selbst- und Innesein“, sie verfügen über eine „selbstzentrierte Individualität“¹⁷, die nicht notwendigerweise bereits komplexe Gefühle oder gar Selbstbewusstsein beinhaltet.

Auch hochentwickelte Gefühle haben somit evolutionäre Wurzeln in Emotionen und Instinktreaktionen, die überlebenswichtig waren und noch heute ausgelöst werden können: Der Fluchtinstinkt etwa ist auch bei Menschen noch vorhanden und kann

¹⁴ Damasio, A. (1999): Ich fühle also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins, München: List, 73.

¹⁵ Damasio, A. (1999): Ich fühle also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins, München: List, 77.

¹⁶ Scheler, M. (1983¹⁰): Die Stellung des Menschen im Kosmos, Bern, Francke, 11f.

¹⁷ Jonas, H. (1992): Philosophische Untersuchungen und metaphysische Vermutungen, Frankfurt/M. et al.: Insel, 20.

zum Fehlverhalten führen, wenn man den Verstand nicht einbezieht: Wer etwa plötzlich einem Grizzly gegenübersteht, wird in der Regel den fast unwiderstehlichen Drang verspüren, davon zu laufen. Nur mit einer guten mentalen Vorbereitung auf die Situation kann es gelingen, ohne sich umzudrehen langsam zurückzuweichen und mit dem Tier beruhigend zu sprechen. Andernfalls würde man den Jagdinstinkt des Grizzlies auslösen, - und der läuft schneller als ein Mensch.

Allen vertraut ist vermutlich, dass man in einer Gefahrensituation buchstäblich erstarrt. Ein Student berichtet: „Ich war nur einmal in meinem Leben von Furcht gelähmt. Der Anlass war eine Mathematiklausur im ersten Studienjahr, für die ich mich aus irgendwelchen Gründen nicht vorbereitet hatte. Als ich den blauen Deckel des Prüfungsheftes aufschlug, dröhnte der Herzschlag in meinen Ohren, und in der Magengrube spürte ich Angst. Ich warf nur einen kurzen Blick auf die Prüfungsfragen. Aussichtslos. Eine Stunde lang starrte ich auf diese Seite, und in meinem Kopf überschlugen sich die Gedanken an die Folgen, die ich würde erdulden müssen. Es waren immer dieselben Gedanken, die sich endlos wiederholten, ein Endlosband von Furcht und Zittern. Ich saß reglos da, wie ein Tier, das mitten im Lauf durch Curare gelähmt worden war.“¹⁸

Hunger und Durst wiederum können dazu führen, dass man, wie weiland die Steinzeitmenschen, auf Vorrat isst und dabei süße und fettige Nahrung bevorzugt. Angesichts der Verbindung der Allverfügbarkeit von Nahrung mit Fehlernährung und Bewegungsmangel führt dies inzwischen weltweit zunehmend zu Übergewicht und Fettleibigkeit. Laut Angaben der WHO ist derzeit Mexiko mit etwa 75% Weltspitze, aber auch Deutschland und die meisten EU-Länder liegen bereits bei ca. 60%. Wäre man Gefühlen ausgeliefert, wäre das Verhalten durch sie determiniert, wäre keine Korrektur möglich. Man wäre ein Opfer der Vergangenheit der Menschheit.

Doch nicht nur Gefühle sind auf mentale Akte angewiesen, diese ihrerseits sind auf einfache emotionale Reaktionen, auf Reflexe und Instinkte angewiesen: Der Überlebensinstinkt etwa setzt Kräfte frei, die sich bewusst und willentlich nicht mobilisieren lassen. Auch das Gefühl des Ekels war vermutlich ursprünglich ein Schutzmechanismus vor schlechter Nahrung, die er in bestimmten Situationen noch heute erfüllen kann.

Da einfache Emotionen noch das menschliche Verhalten beeinflussen, können Menschen mit ihrer Hilfe das Verhalten einfacher Organismen innerhalb bestimmter Grenzen interpretieren und sich auf es einstellen. Wer hat nicht schon einmal

¹⁸ Goleman, D. (1996): Emotionale Intelligenz, München: Hanser, 83.

beobachtet, dass verärgerte Wespen sich wie ein Kampfjet gezielt auf den vermeintlichen Störenfried stürzen. Das Spektrum an Gefühlen, über das höhere Tiere verfügen, ist wiederum eine Bedingung für die Möglichkeit, mit ihnen zumindest eingeschränkt und sprachunabhängig zu kommunizieren, was jeder Hunde- oder Katzenbesitzer weiß ebenso wie jeder, der in Zoos, der Wildnis oder der Nutztierhaltung eng mit Tieren zu tun hat. Nicht der Sinn der Worte, sondern deren Klang ebenso wie die Körpersprache und damit deren emotionale Botschaft sind die Grundlage dieser Art von Kommunikation. Schon Tiere, so hatte der Philosoph Johann Gottfried Herder im 18. Jh. argumentiert, haben eine ‚Sprache der Empfindungen‘, in der sie sich artikulieren, *um* mit anderen Lebewesen zu kommunizieren. Aufgrund ihrer eigenen Konstitution sind Menschen mit der Natur als Sphäre des Lebendigen verbunden, sie nehmen mehr oder weniger bewusst mit allen Sinnen, durch Empfindungen, Emotionen und Gefühle an ihr Anteil, so dass sich ihre Lebenswelt im umfassenden Sinn des Wortes verstanden erweitert – in Hinblick auf den Sinn für ästhetische Qualitäten ebenso wie für mögliche Gefahren.

In literarischer Form hat Thomas Mann in der autobiographischen Darstellung der Eigenarten seines Lieblingshundes Bauschan die Erfahrung von Nähe und Ferne, Vertrautheit und unaufhebbarer Fremdheit geschildert: „Ich rede von diesen Dingen, um anzudeuten, wie wildfremd und sonderbar das Wesen eines so nahen Freundes sich mir unter Umständen darstellt – es wird mir unheimlich und dunkel dann; kopfschüttelnd betrachte ich es, und nur ahnungsweise finde ich mich hinein. Sonst aber kenne ich sein Inneres so gut, verstehe mich mit heiterer Sympathie auf alle Äußerungen desselben, sein Mienenspiel, sein ganzes Gebaren. Gern, wenn ich, auf meinem Stuhl in der Mauerecke des Gartens oder draußen an einen bevorzugten Baum angelehnt, in einem Buche lese, unterbreche ich mich in meiner geistigen Beschäftigung, um etwas mit Bauschan zu sprechen und zu spielen. Was ich denn zu ihm spreche? Meist sage ich ihm seinen Namen vor, den Laut, der ihn unter allen am meisten angeht, weil er ihn selbst bezeichnet, und der darum auf sein ganzes Wesen elektrisierend wirkt – stachle und befeure sein Ichgefühl, indem ich ihm mit verschiedener Betonung versichere und recht zu bedenken gebe, dass er Bauschan heißt und ist; und wenn ich dies eine Weile fortsetze, kann ich ihn dadurch in eine wahre Verzückung, eine Art von Identitätsrausch versetzen, so dass er anfängt, sich um sich selber zu drehen und aus der stolzen Bedrängnis seiner Brust laut und jubelnd gen Himmel zu bellen. Oder wir unterhalten uns, indem ich ihm auf die Nase schlage, und er nach meiner Hand schnappt wie nach einer Fliege. Dies bringt uns beide zum Lachen – ja, auch Bauschan muss lachen, und das ist für mich, der ebenfalls lacht, der wunderlichste und rührendste Anblick von der Welt. Es ist ergreifend zu sehen, wie unter dem Reiz der Neckerei um seine Mundwinkel, in

seiner tierisch hageren Wange zuckt und rückt, wie in der schwärzlichen Miene der Kreatur der physiognomische Ausdruck des menschlichen Lachens oder doch ein trüber, unbeholfener und melancholischer Abglanz davon erscheint, wieder verschwindet, um den Merkmalen der Erschrockenheit und Verlegenheit Platz zu machen, und abermals zerrend hervortritt.“¹⁹ Bemerkenswert ist übrigens, dass zumindest einige Tiere in der Lage sind, sogar den Sinn von einzelnen Worten zu verstehen, während es bisher niemandem gelungen ist, die Bedeutung der Rufe von Raben, des Trompetens von Elefanten oder des Gebells von Hunden zu entschlüsseln.

Besonders wichtig für Kommunikationsprozesse ist Empathie, die Fähigkeit, die Befindlichkeit eines anderen Lebewesens zu erspüren und sich ihm zuzuwenden. Sie ist, wie der Verhaltensforscher Frans de Waal betont, entscheidend für „die Regulation sozialer Interaktionen, für koordinierte Aktivitäten und für gemeinsame zielgerichtete Kooperation.“²⁰ Viele Tiere, so glaubte bereits Darwin, empfinden das Leid oder die Angst anderer Lebewesen. Haustierte wie Hunde und Katzen reagieren wie kleine Kinder: Sie schleichen herum, legen den Kopf in den Schoß der leidenden Person und lassen so etwas wie Besorgnis erkennen. Für die Verhaltensforschung besonders wichtig ist die Erkenntnis, dass sich bei Menschen die Fähigkeit zur Empathie lange vor der Sprache und dem begrifflichen Denken entwickelt. Offensichtlich beruht sie auf der Fähigkeit, emotional mitzuschwingen, so dass sie sich bei allen Arten findet, die zu emotionalen Reaktionen fähig sind, sogar bei Ratten.

Auch die Fähigkeit zur Empathie hat sich, so de Waal, in drei Stufen entwickelt: Sie reicht von einfachen Resonanzphänomenen, die schon durch Körperbewegungen ausgelöst werden können, bis zur bewussten Perspektivenübernahme, die sich nur bei Lebewesen findet, die sich im Spiegel selbst erkennen.

Im einfachsten Fall geht eine empathische Reaktion auf emotionale und motorische Ansteckung zurück. Das Individuum reagiert auf das Verhalten eines anderen Lebewesens, das es unmittelbar als eigenes spürt, eine Bewegung etwa, oder einen Schrei. Es unterscheidet noch nicht zwischen dem eigenen Zustand und dem eines anderen Lebewesens, sondern gerät in eine Art Resonanz. Ein erschreckter Vogel kann einen ganzen Schwarm auffliegen lassen.

¹⁹ Mann, T. (2008³): Herr und Hund. Ein Idyll, Frankfurt/M., 53-56; – auch: 11f; 47f.

²⁰ de Waal, F. (2008): Primaten und Philosophen. Wie die Evolution die Moral hervorbrachte, (Hg.: S. Macedo – J. Ober), München: Hanser, 283.

Bei der mitschwingenden Betroffenheit verbindet sich bereits die emotionale Ansteckung mit einer auf Erfahrung und Lernen zurückgehenden Bewertung. Sie lässt sich bei Säuglingen und Tieren beobachten, die durch das Leiden von Lebewesen motiviert werden, sogar über Artgrenzen hinweg zu helfen. Höhere Tiere sind zwar nicht zur Reflexion auf ihre Motive und ethische Prinzipien fähig, aber zu einem von Emotionen motivierten moralanalogen Verhalten, einem Verhalten also, das so ist, wie es im Licht ethischer Prinzipien sein sollte.

Eine noch weiter entwickelte Form der Empathie beruht auf der Fähigkeit zur Perspektivenübernahme. Dadurch können eigene und fremde Empfindungen bewusst unterschieden werden, so dass eine Vorstellung vom Leiden des Gegenübers entsteht, die es erlaubt, so zu agieren, als wäre man an seiner Stelle. Ein anderes Lebewesen zu verstehen bedeutet, etwas von dem nachzuvollziehen, was in ihm vorgeht, was für sein Leben bedeutungsvoll ist und was es beabsichtigt. Möglich ist die Perspektivenübernahme allerdings nur bei Lebewesen, die die Schwelle zum Selbstbewusstsein überschreiten und sich damit vom eigenen Erleben bis zu einem gewissen Grad distanzieren können.

De Waal bemerkt: „Das Bewusstsein seiner selbst bedingt, wie man mit anderen umgeht. Ungefähr zu der Zeit, da sich Kinder in einem Spiegel erstmals selbst erkennen – im Alter von 18 bis 24 Monaten –, bildet sich bei ihnen auch das auf die Bedürfnisse anderer gerichtete Helfen aus. Um zugunsten eines anderen handeln zu können, muss man die eigenen Emotionen und die eigenen Befindlichkeiten von denen des anderen unterscheiden. Die Bedürfnisse des anderen müssen als unabhängige Entität erfasst werden.“²¹ Mögliche Kandidaten für eine Perspektivenübernahme sind neben Menschenaffen Elefanten, Delfine und einige Rabenvögel.

Die Differenz von Tieren und Kindern zu erwachsenen Menschen besteht darin, dass letztere auch noch auf ethische Prinzipien reflektieren und sich nicht nur durch Emotionen, sondern auch durch Pflichten leiten lassen können.

Empathie darf allerdings nicht mit Mitgefühl und Mitleid verwechselt werden, obwohl sie deren emotionale Voraussetzung ist. Die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme kann auch benutzt werden, um anderen gezielt zu schaden oder ihnen aus Spaß Schmerz zuzufügen, weil man ihre Schwachstellen kennt. Sowohl gezielte Hilfsbereitschaft wie Grausamkeit beruhen auf dem Vermögen sich vorzustellen, wie

²¹ de Waal, F. (2009): Der Affe in uns. Warum wir sind, wie wir sind, München: DTV, 255; – auch: 247; 256f; 257-9.

sich das eigene Verhalten auf andere auswirkt. Dadurch erweitert sich durch das Selbstbewusstsein das Spektrum des Verhaltens zum Guten wie zum Bösen. Schon höhere Primaten können andere trösten und sie aus einer Zwangslage befreien; aber sie können ihr Wissen über die Schwächen anderer auch für den eigenen Vorteil ausnutzen.

In physiologischer Hinsicht wurzelt die Fähigkeit zu empathischen Reaktionen in Gehirnbereichen, die bis zu den Reptilien zurückreichen. Als physiologisches Korrelat gelten Spiegelneuronen, die bei allen komplexeren Formen der Empathie durch soziale Lernprozesse aktiviert und ausgebildet werden müssen.²² Als stammesgeschichtlich alte Grundemotionen, die ihre Entsprechung in Hirnfunktionen haben, die bereits am Beginn der Wirbeltierevolution vor etwa 400-600 Millionen Jahren angelegt wurden, gelten Interesse, Furcht, Zorn, Lust, Fürsorge, Panik und Spiel. Auch die Ausschaltung des Schmerzverhaltens wird bei Menschen und Säugetieren durch ähnliche Betäubungsmittel erreicht.²³

Doch trotz der Gemeinsamkeit mit Tieren gibt es Gefühle, die genuin menschlich sind: Scheler zählt „emotionale Akte wie Güte, (personale) Liebe, Reue, Ehrfurcht, geistige Verwunderung, Seligkeit und Verzweiflung“²⁴ auf. Dass sich das Spektrum der Gefühle erweitert und sich der Umgang mit ihnen qualitativ verändert, beruht auf dem Übergang vom Bewusstsein zum Selbstbewusstsein, mithin dem Wissen um sich selbst und seine Zustände. Auf ihm beruhte schon für Darwin der entscheidende Unterschied zwischen Tieren und Menschen; denn nur dadurch, so das Argument, können Menschen über ethische Werte ebenso wie über den Tod reflektieren.²⁵ Der Geist, so betont heute der Biologe Edward Wilson, der in der ganzen Natur gegenwärtig ist, wendet sich beim Menschen auf sich selbst zurück.²⁶

Instinkt, Gewohnheiten und eine pragmatisch-instrumentelle Problemlösung werden ergänzt durch die innere Freiheit, Empfindungen, Emotionen, Gefühle, Motive, Ziele und Handlungen nach bestimmten Kriterien zu beurteilen, bewusst aus der Vergangenheit zu lernen und sich mögliche Konsequenzen zu vergegenwärtigen. Die Fähigkeit, sich vom eigenen Erleben zu distanzieren, ist auch die Voraussetzung, um

²² Kotrschal, K. (2009): Die evolutionäre Theorie der Mensch-Tier-Beziehung, in: C. Otterstedt – M. Rosenberger (Hg.): Gefährten – Konkurrenten – Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 55-77 und 105f.

²³ Bohnet, W. (2009): Die Bedürfnisse der Tiere in der Tier-Mensch-Beziehung, in: C. Otterstedt – M. Rosenberger (Hg.): Gefährten – Konkurrenten – Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 26-48: 32f.

²⁴ Scheler, M. (1983¹⁰): Die Stellung des Menschen im Kosmos, Bern: Francke, 38.

²⁵ Darwin, C. & Huxley, T.H. (1983): Autobiographies. Oxford et. al.: Oxford University Press, 54.

²⁶ Wilson, Edward O. (1995): Der Wert der Vielfalt. Die Bedrohung des Artenreichtums und das Überleben des Menschen. München: Piper, 420.

sich in die Perspektive anderer zu versetzen und die Welt unabhängig von eigenen Interessen zum Gegenstand des Erkennens zu machen, was die Voraussetzung von Wissenschaft ist. Menschen sind daher, wie der Anthropologe Helmuth Plessner formulierte, exzentrisch, oder, wie Scheler sagte, weltoffen; sie sind, wie Albert Schweitzer ergänzt, zu Mitleid und Mitfreude fähig, weil sie sich in die Perspektive einer anderen Kreatur versetzen können. Dadurch entsteht auch der Freiraum, um Gefühle und die sie auslösenden Ereignisse zu gewichten und auf andere, wichtigere Ziele umzulenken. Dabei genügt die rationale Erkenntnis nicht. Es gilt, mit Aristoteles und Nussbaum, einen Habitus im Umgang mit Gefühlen einzuüben, der zu einer Art zweiter Natur wird. Erst durch die Freiheit im Umgang mit Gefühlen sind diese auch ethisch relevant: ob sich jemand hemmungslos gehen lässt, andere absichtlich beleidigt, Lust im Angesicht von deren Schmerz empfindet, von Gier getrieben andere hintergeht oder gar aus niederen Motiven handelt. Nicht nur die Tat ist ethisch verwerflich, sondern auch das Gefühl, das sie antreibt. Wer dagegen aufgrund neuronaler Fehlfunktionen unfähig ist, seine Motive zu kontrollieren, wird bei Verbrechen nicht ins Gefängnis, sondern in eine psychiatrische Institution eingewiesen.

Die ethische Bedeutung bestimmter Gefühle für das menschliche Zusammenleben hat sich schon früh in der Geschichte der Menschen entwickelt: Wie Michael Tomasello²⁷ betont, ist Vertrauen überall da grundlegend, wo Menschen existentiell aufeinander angewiesen sind. Als Basis einer Zweipersonenmoral, von Ich und Du, war es in der Frühgeschichte etwa bei der Jagd unverzichtbar; auch heute in einer durch alle möglichen Sicherungssysteme bestimmten Gesellschaft ist es überall da entscheidend, wo jemand in Beruf oder Freizeit auf die Fähigkeiten und die soziale Kompetenz eines anderen existentiell angewiesen ist, ihm in gewisser Weise sein Leben anvertrauen muss: beim Bergsteigen etwa, aber auch bei der Feuerwehr, als Pilot oder Astronaut, aber auch in Liebe und Freundschaft.

4. Ambivalenz der Gefühle

Gefühle sind daher keineswegs nur positiv und Grundlage von Humanität und Menschlichkeit. Zu ihnen gehören auch Zorn und Hass, Angst und Furcht, Rachsucht, Eifersucht, Gier, Neid, Eitelkeit, Ressentiment und sado-masochistische Lust. Dadurch haben sie auch das Potenzial, den Einzelnen ebenso wie Stämme und Völker in den Untergang zu reißen und die Grundlage des Zusammenlebens zu zerstören.

²⁷ Tomasello, M. (2016): Eine Naturgeschichte der menschlichen Moral, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 83-99; 138-144; 172-177.

Redensarten erinnern an diese Zwiespältigkeit: Jemand ist rasend vor Eifersucht, blind vor Leidenschaft, starr vor Angst, kochend vor Wut, ihm kommt die Galle hoch, er wird von Kummer zernagt, fühlt sich vor den Kopf gestoßen oder kann vor Stolz nicht mehr gehen. Man beobachtet etwas mit gemischten Gefühlen. Man kann sich mitgerissen und überwältigt fühlen. Sogar die Vernunft kann, wie David Hume argumentierte, eine Sklavin der Leidenschaften sein, indem sie Handlungen rational rechtfertigt, die in Wirklichkeit Triebzielen dienen.

Gefühle bleiben nicht in der Innenwelt eingeschlossen wie in einer Black Box, sondern teilen sich physisch für andere sicht- und hörbar mit. Nur dadurch können Lebewesen überhaupt kommunizieren. Indem sie die Bedeutung von Bewegungen, Gerüchen, Lauten oder Blicken erfassen, können sie ihre Aktivitäten aufeinander abstimmen. Bei sozial lebenden Tieren sind Mimik und Körpersprache ebenso wie die Fähigkeit, durch die Beobachtung des Verhaltens von Gruppenmitgliedern zu lernen, besonders ausgeprägt. Zumindest bei höheren Tieren sind diese Ausdrucksformen nicht angeboren, sondern müssen in den ersten Lebenswochen oder -jahren erst erlernt werden.

Wie alle Lebewesen sind auch Menschen keine reinen Geistwesen, sondern eine psycho-physische Einheit. Viele Redensarten drücken die Verbindung des seelischen Erlebens mit dem physischen aus: Gefühle können Herzrasen oder Magenbeschwerden erzeugen; man hat kalte Hände und einen roten Kopf; man bekommt Schweißausbrüche und wird bleich um die Nase. Stress schwächt nachweislich das Immunsystem und erzeugt Schlafstörungen. Ihre Analyse ist daher für die Disziplin der Psychosomatik wichtig, da seelisch-geistige Einstellungen ebenso wie traumatische Erfahrungen somatische Störungen verursachen können. Diese lassen sich nicht mit Medikamenten, sondern nur durch eine Änderung der Bewertungen und eine bewusste Aufarbeitung heilen.

Gefühle sind somit Kräfte, die eine Eigendynamik entfalten und sich weder mit dem Willen noch mit der Vernunft vollständig beherrschen lassen. Reflektiert werden kann jedoch auf die Bedeutung, die ein Ding oder ein Ereignis hat. Um nicht von Gefühlen überwältigt zu werden, kann man sich auf mögliche Situationen mental einstellen und sie vor dem geistigen Auge einüben: Was etwa könnte passieren und welche Gefühle könnte ein Ereignis auslösen? Dann kann es gelingen, auch unter extremen Belastungen handlungsfähig zu bleiben.

5. Vom Umgang mit Zorn und dem Streben nach Gelassenheit

Dabei gilt der Zorn gemeinhin als das Gefühl, das das größte Potenzial hat, sich jeder Kontrolle zu entziehen, so dass man buchstäblich blindwütig und rasend wird. Die Frage, wie man mit ihm umgehen soll, ist daher eine der ältesten der abendländischen Ethik. Auch unsere Gesetze tragen dieser Einschätzung noch Rechnung, wenn sie Totschlag im Affekt von einem eiskalt geplanten Mord unterscheiden.

Für die frühen Griechen war freilich ein Totschlag im Affekt noch kein Problem. Glaubt man den griechischen Tragödien, dann hat Ödipus einen Mann erschlagen, der ihm den Weg an einer Kreuzung versperrte. Nicht der Totschlag galt als verwerflich, sondern dass es sich um seinen Vater handelte, was Ödipus allerdings nicht wissen konnte. Heute wäre der Totschlag selbst strafbar – und es würde berücksichtigt, ob jemand wissen konnte, was er tat.

Aristoteles war der erste, der den Umgang mit Gefühlen in die Ethik einbezogen hat und sich bemühte, Kriterien für einen angemessenen Umgang mit dem Zorn zu finden. Anders als die Stoa etwas später war er der Auffassung, dass man die richtige Mitte zwischen den Extremen des Auslebens und der völligen Überwindung des Zorns finden müsse. Was allerdings die richtige Mitte sei, ließe sich nicht ein für allemal festlegen, sondern man müsse das richtige Maß im konkreten Kontext immer wieder neu bestimmen. Bis zu einem gewissen Grad sei Zorn nötig, um sich gegen Verletzungen und Demütigungen zu wehren; vermieden werden müsse allerdings, dass jemand von seinen Gefühlen mitgerissen werde und dann seinerseits anderen Unrecht zufügt. In einer Zeit, in der das Talionsrecht noch üblich war, jenes ‚Auge um Auge‘, von dem auch die Bibel spricht, war es wichtig, Rache um der Rache willen zu vermeiden und sozialverträgliche Formen des Ausgleichs für erlittenes Unrecht zu finden. Menschen haben, davon war Aristoteles überzeugt, durch ihre Vernunft die Fähigkeit zur Besonnenheit und damit einen gewissen Spielraum, um ihren Charakter selbst zu formen. Durch die Wiederholung von Verhaltensweisen könne man die Tendenz zu unkontrollierten Zornausbrüchen stärken oder vermindern.

Man solle also nicht, so formuliert Nussbaum, wie eine Furie agieren, die rasend vor Zorn eine Spur der Verwüstung hinter sich herzieht, sondern sich die Eumeniden zum Vorbild nehmen, die von Wohlwollen und der respektvollen Anerkennung einer sozialen Ordnung motiviert sind.²⁸ Es kommt darauf an, die reaktive Seite des Zorns zu überwinden. Sie verleitet dazu, im Sinne des Talionsprinzips zu handeln und die

²⁸ Nussbaum M. (2017): Zorn und Vergebung. Plädoyer für eine Kultur der Gelassenheit, Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 11-27.

Wut über ein wirkliches oder vermeintliches Unrecht an anderen auszulassen oder es dem Täter heimzuzahlen. Gestützt wird diese Auffassung vom Zorn durch drei weit verbreitete Gemeinplätze: Zorn sei zum Schutz der Würde und zur Wahrung der Selbstachtung nötig; nur wer wütend werde, nehme den Täter ernst; und schließlich sei Zorn nötig, um Ungerechtigkeit in der Welt zu bekämpfen. In Wirklichkeit jedoch, so Nussbaum, handelt die Person aus Schwäche, Eitelkeit und der Absicht, ihren Status zu verteidigen. Damit verfestigt der Zorn die bestehenden Unrechtsverhältnisse und hat keine zukunftsgerichtete Dimension. „Zorn“, so argumentiert auch der Psychologe Daniel Goleman, „nährt Zorn.“²⁹

Stattdessen gilt es ihn lediglich als ein Signal und als Motivation zu nutzen, um eine Veränderung von Missständen zu bewirken. Nicht reaktive Restitution des Bestehenden, sondern dessen Transformation ist nämlich das eigentliche Ziel. Dazu, so Nussbaum, gilt es „den Punkt anzustreben, an dem man begreift, wie unbedeutend all diese Kränkungen sind“³⁰ und den „Weg der Vergebung“³¹ einzuschlagen. An „die Stelle des düsteren Dramas aus Buße und abverlangter Reue“³² sollten „Großzügigkeit, Liebe und sogar Humor“ treten. Während das Einfordern eines Geständnisses und von Wiedergutmachung den anderen demütigt, bieten „bedingungslose Vergebung, bei der die Person, der Unrecht geschehen ist, [und die] aus freien Stücken allen Zorn fahren lässt“³³ einen Ausweg aus dem quasi-mechanischen Prozess von actio und reactio. Nicht gemeint ist, dass man von der Verantwortung für seine Taten einfach freigesprochen wird; Gefühle sollten nicht unterdrückt, sondern verwandelt werden, so dass sie als positive Energien wirksam werden können.³⁴ Diese Transformation ist nicht nur die notwendige Bedingung für ein innerlich freies Handeln, sondern auch für Gelassenheit und Weitherzigkeit.

Da Gefühle Urteile über Ereignisse beinhalten, kann man diese auf den Prüfstand stellen und verändern. Lohnt es sich etwa, mit dem Partner einen Streit darüber anzuzetteln, dass er die Zahnpastatube immer wieder zusammendrückt und dadurch die Freude auf den bevorstehenden Urlaub zu zerstören? Sollte man sich mit seinem

²⁹ Goleman, D. (1996): Emotionale Intelligenz, München: Hanser, 85.

³⁰ Nussbaum M. (2017): Zorn und Vergebung. Plädoyer für eine Kultur der Gelassenheit, Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 19.

³¹ Nussbaum M. (2017): Zorn und Vergebung. Plädoyer für eine Kultur der Gelassenheit, Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 24.

³² Nussbaum M. (2017): Zorn und Vergebung. Plädoyer für eine Kultur der Gelassenheit, Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 25.

³³ Nussbaum M. (2017): Zorn und Vergebung. Plädoyer für eine Kultur der Gelassenheit, Darmstadt. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 25.

³⁴ Auch für Scheler, M. (1985): Wesen und Formen der Sympathie, Bonn: Bouvier, 112f, gibt es eine Hierarchie von Werten, die auch eine der Gefühle ist. Dabei gilt es, die höherrangigen Gefühle anzustreben, ohne die niedrigeren zu verleugnen. Diese bleiben als Grundlage und Ausgangspunkt wichtig, aber sie können nicht das Ziel sein:

Nachbarn überwerfen und vielleicht sogar gegen ihn prozessieren, weil ab und zu Äpfel von seinem Baum in den eigenen Garten fallen oder der Samen von seinem Fingerhut, Akelei oder Königskerze im Frühjahr in den eigenen Beeten aufgeht? Dass es nicht leicht ist, aus der Ego-Zentrik herauszutreten, macht Nussbaum an politischen Beispielen wie Martin Luther King und Mahatma Ghandi ebenso wie an alltäglichen Beispielen deutlich. Dennoch zeigen gerade diese Ausnahmepersönlichkeiten, was menschenmöglich ist, auch wenn längst nicht jeder einzelne Mensch dieses Potenzial aufgrund seiner eigenen biographischen und biologischen Verfassung ausschöpfen kann.

Um die Dynamik des Zornes zu kontrollieren und sich nicht von ihm beherrschen zu lassen, schlägt auch Goleman verschiedene Strategien vor, die jeder praktizieren kann. Sie reichen vom Spaziergang, auf dem man sein Gemüt abkühlen kann und durch die zeitliche Distanz das Erlebte einordnen kann, über ganz banale Ablenkungen, die die Fixierung auf ihn unterbrechen bis hin zur Vertiefung in andere, als sinnvoll empfundene Tätigkeiten oder und, wie Albert Einstein rät, dem Blick auf den bestirnten Himmel über uns, der einem die Kleinheit des menschlichen Daseins angesichts der wunderbaren Ordnung der Natur und den Dimensionen des Universums erleben lässt.

Die stoischen Philosophen wiederum rieten dazu, sich immer wieder darüber klar zu werden, worüber man wirklich Macht hat: Die Antwort ist so einfach wie unbeliebt: Strenggenommen hat man nämlich nur Macht über das eigene Verhalten, weder über das der Anderen, geschweige denn über die ganze Welt. Um einen Maßstab zu finden für das, was wesentlich und unwesentlich ist, sei es hilfreich, immer wieder über das größtmögliche Übel nachzudenken, das einen treffen kann, nämlich den Tod. Was würde man im Angesicht des Todes tun? Würde man sich noch über bestimmte Dinge aufregen und zulassen, dass andere einen derart in Rage versetzen? Bis weit über das Mittelalter hinaus diente das Memento Mori, oft in Form des Totentanzes in Kirchen künstlerisch verarbeitet, als Erinnerung an die Sterblichkeit, die alle Menschen gleich macht: Kaiser und Päpste, Bettler, Kaufleute und Bauern. Nicht das Leben sollte verneint werden, im Gegenteil: Es sollte intensiviert und bewusster werden. Was damit gemeint ist kann jeder nachvollziehen, der einmal Todesangst hatte. Seine Maßstäbe werden sich verändert haben.

6. Blind vor Liebe oder vom Eros beflügelt

Auch die Liebe, so wusste die antike Tradition seit Platon, hat zwei Seiten: Sie kann beflügeln und den Lebenshorizont erweitern oder blind machen, so dass man nichts mehr klar erkennen kann. Für *Platon* konnte der Eros den Wissensdurstigen über

verschiedene Stufen bis zur Erkenntnis des Göttlichen führen. Für *Spinoza* war die geistige Liebe das Gefühl, das der Vernunft die Kraft verlieh, zerstörerische und kurzsichtige Affekte einzudämmen. *Albert Einstein* schließlich sah in der ‚göttlichen Neugier‘ das Motiv, das Naturwissenschaftler wie Kepler und Newton dazu angetrieben hatte, den ‚Mechanismus der Himmelsmechanik‘ in mühsamer und oft auch einsamer Arbeit zu entwirren. „Nur wer die ungeheuren Anstrengungen und vor allem die Hingabe ermessen kann, ohne welche bahnbrechende wissenschaftliche Gedankenschöpfungen nicht zustande kommen können, vermag die Stärke des Gefühls zu ermessen, aus dem allein solche dem unmittelbar praktischen Leben abgewandte Arbeit erwachsen kann.“³⁵

Für alle Höchstleistungen in Kunst und Wissenschaft ist, abgesehen von der intellektuellen Kompetenz, auch eine bestimmte emotionale Verfassung notwendig, Interesse, Begeisterungsfähigkeit, Staunen und leidenschaftliche Hingabe. Rein materielle Motivationen, Status, Macht oder Geld, genügen ebenso wenig wie pedantisches Pflichtbewusstsein. ‚Wie unvermögend‘, so schrieb *Hölderlin*, ‚ist doch der gutwilligste Fleiß der Menschen gegen die Allmacht der ungeteilten Begeisterung.‘

Das Gefühl des Hingezogenseins, der Hingabe, der Liebe in diesem Sinne ermöglichen einem Wissenschaftler oder Künstler in den kreativen Phasen seiner Arbeit eine ungeteilte Aufmerksamkeit. Andere Aufgaben und Bedürfnisse erscheinen als unwichtig und treten in den Hintergrund. Voller Spannung sind die Gefühle auf die vorliegende Aufgabe gerichtet; sie unterstützen die Suche nach Wahrheit ebenso wie die phantasievolle Ausgestaltung eines Kunstwerkes. Die Ausdauer wächst. Denken, Fühlen und Handeln, die innere Verfassung und die äußeren Anforderungen stimmen immer mehr überein. Durch den inneren Einklang wird in seltenen Gipfelerlebnissen die Arbeit schließlich fast mühelos; alles scheint plötzlich zu ‚fließen‘, wie der ungarische Psychologe Mihály Csíkszentmihályi erkannte.

Ein Komponist beschreibt diese Phase seiner Arbeit in folgenden Worten: „Man ist in einem derart ekstatischen Zustand, dass man fast das Gefühl hat, nicht zu existieren. Ich habe das immer wieder erlebt. Meine Hand scheint nicht zu mir zu gehören, und mit dem, was das geschieht, habe ich nichts zu tun. Ich sitze einfach in einem Zustand ehrfürchtigen Staunens da und schaue zu. Und es fließt von ganz allein.“³⁶ Um immer wieder in diesen selbstvergessenen Zustand einer leichten Ekstase zu ge-

³⁵ Einstein, A. (1981): *Mein Weltbild*, (Hg.: Carl Seelig), Frankfurt/M./ Berlin/ Wien, Ullstein, 17.

³⁶ in: Goleman, D. (1996): *Emotionale Intelligenz*, München: Hanser, 119.

langen, müssen die eigenen Fähigkeiten immer mehr erweitert werden. Dadurch entsteht eine Art Rückkoppelung: Man will ein Problem lösen und gerät irgendwann unversehens in den Zustand des ‚Fließens‘; dieser wird wiederum zum Ansporn sich neuen, schwierigeren Herausforderungen zu stellen. ‚Durch Wissen‘, so schreibt der Biologe Bernhard Hassenstein, ‚wächst der Durst nach Wissen.‘ Diese Dynamik führt zu einer immer größeren Unabhängigkeit von Lehrern und überkommenen Denkgewohnheiten. Eigene Wege werden entwickelt um Probleme zu lösen und neue Ziele gesetzt. Selbständigkeit, Kreativität und innere Autonomie nehmen zu.

Von der Liebe, die das Streben nach Wissen und künstlerischer Kreativität motiviert, ist die Liebe zwischen zwei Menschen zu unterscheiden. Die vermutlich erste Schilderung der liebenden Zuwendung zweier realer Menschen findet sich in unserem Kulturkreis in der Ilias, in der Schilderung des Abschieds von Hektor und Andromache. Da es immer konkrete Menschen sind, die sich unter einzigartigen Umständen lieben, kann man Liebe nicht streng definieren geschweige denn rein empirisch unter reproduzierbaren Bedingungen wie einen Gegenstand von außen untersuchen. Der Andere wird nicht nur wegen einzelner Fähigkeiten und Eigenschaften geliebt, noch wegen seiner Funktion, seines Status und Geldes. Obwohl die Liebe zwischen zwei Menschen nur unter besonderen biographischen und zeitgeschichtlichen Umständen wirklich werden kann, wird sie nicht von den äußeren Bedingungen ausgelöst. Als Ausdruck der ganzen Person hat die Liebe eine seelisch-geistige ebenso wie eine sinnliche Dimension, so dass sie auch Zärtlichkeit und Sexualität einschließt. Im Unterschied zur bloßen Verzauberung und ersten Verliebtheit, die zu einer Idealisierung und Verblendung führen kann, die über kurz oder lang zu einer Ent-Täuschung im buchstäblichen Sinn führen muss, respektiert und fördert die personale Liebe den anderen in seiner Eigenständigkeit. Die Aufhebung der Verschiedenheit, eine Symbiose also, würde die Liebe dagegen regelrecht auslöschen. Scheler formuliert: „Je mehr wir in einen Menschen eindringen, durch eine durch Personliebe geleitete verstehende Erkenntnis, desto unverwechselbarer, individueller, einzigartiger, unvertret- und unersetzbarer wird der Mensch für uns. Desto mehr fallen die verschiedenartigen ‚Hüllen‘ von seinem individuellen Personenzentrum, die da sind und heißen: das stets mehr oder weniger allgemeine soziale ‚Ich‘ des Menschen, die allgemeine Gebundenheit an gleichartige Triebe, Lebensbedürfnisse, Leidenschaften; die Idole der Sprache, die uns die individuellen Nuancen der Erlebnisse verbergen, indem sie dieselben Worte und Zeichen für sie anwenden lassen.“³⁷ Die wirkliche Liebe, so betont auch Karl Jaspers, beruht auf einer sich im Leben bewährenden Kommunikation, auf dem unablässigen

³⁷ Scheler, M. (1985): Wesen und Formen der Sympathie, Bonn: Bouvier, 129f.

Ringen um Wahrhaftigkeit, einem ‚liebenden Kampf‘.³⁸ Dadurch wachsen beide aneinander und miteinander. Die personale Liebe muss sich im Alltag bewähren und beinhaltet dadurch die Chance, aneinander und miteinander zu wachsen.

Eine dritte Form der Liebe soll zumindest erwähnt werden: die Liebe zur Natur, mit Wilson gesprochen, die Biophilie, mit ihrem Sinn für die ästhetische und ethische Dimension der Natur.

Liebe kann in all ihren Spielarten allerdings auch zu Verblendung, blinder Leidenschaft, Besessenheit und rasender Eifersucht führen. Dann verengt sich der Lebenshorizont immer mehr, das Gegenüber wird regelrecht erdrückt und ihm seine Eigenständigkeit genommen.

7. Individual- versus Massenpsychologie

Was dem Einzelnen noch möglich ist, wird in einer Gruppe von Menschen ungleich schwieriger: die Kontrolle über Gefühle zu behalten und nicht von Stimmungen mitgerissen zu werden. Zum ersten Mal hat Gustave Le Bon in seinem Buch ‚Psychologie der Masse‘ die spezielle Dynamik kollektiver Gefühle beschrieben: Als Teil eines Kollektivs, eines größeren Ganzen also, von dem man sich getragen fühlt und das einem ein Gefühl von Stärke und Zusammenhalt vermittelt, ist der Einzelne bereit Dinge zu tun, zu denen er auf sich gestellt nicht fähig und willens wäre. Nicht er selbst, sondern die Gruppe ist anscheinend verantwortlich für das, was geschieht. Man kann gleichsam in ihr untertauchen und doch das Gefühl haben, mitten im Zentrum des Geschehens zu sein. Damit es zu dieser Dynamik der Massen kommen kann, müssen das differenzierte Denken, Abwägen und Urteilen ausgeschaltet werden und Gefühle die Führung übernehmen, die man mit anderen teilt.

Die Gleichschaltung von Gefühlen ist daher in allen Diktaturen ein probates Mittel, um den Eigenwillen und das Urteilsvermögen auszulöschen, so dass der Einzelne nur noch wie das Kollektiv fühlt und agiert. In eine Art Rauschzustand versetzt, werden die Individuen zu einer undifferenzierten Masse verbunden, die in ihrer Blindheit ungeahnte Kräfte mobilisieren kann; gleichzeitig werden Ängste betäubt, die jeder Einzelne normalerweise angesichts von Gefahren oder gar des Todes hätte. Als Teil eines größeren Ganzen ist er bereit, seine Identität psychisch und physisch zu opfern.

³⁸ Jaspers, K. (1973⁴): Philosophie II: Existenzerhellung, Berlin/ Heidelberg/ New York: Springer, 71: In seltenen Momenten, so betont ausdrücklich Jaspers, kann die Sphäre der Transzendenz in der von Liebe erfüllten Kommunikation erahnt werden: „Das in der Welt unbegreifliche *Ineinerschlagen des Zueinandergehörens* läßt ein *Unbedingtes* fühlbar werden, das von nun an *Voraussetzung* der Kommunikation ist. Ich und Du, im Dasein getrennt, sind eins in der Transzendenz.“

Wir kennen diese Dynamik aus Dokumentationen über den Beginn des ersten Weltkriegs, als junge Männer wie in einem Rausch den Kriegsbeginn gefeiert und sich von ihren Lieben verabschiedet haben, um in den Zug zu steigen, der sie an die Front und oft schon wenige Tage später in den Tod bringen sollte; im dritten Reich geschah Ähnliches in inszenierten Massenaufmärschen, die durch eine Symbolik von Licht und Finsternis umrahmt wurden, die mit starken Emotionen besetzte archetypische Vorstellungen weckte. Heute geschieht im zivilen Bereich und damit freiwillig Ähnliches: Vor allem Fußballspiele können eine so starke kollektive Identifikation mit der Mannschaft auslösen, dass die Anhänger nach einem verlorenen Spiel durch Straßen ziehen, randalieren, Fenster einschlagen. Ähnliches kann auch bei Demonstrationen passieren, bei denen Autos und Müllcontainer angezündet werden und die Läden völlig Unbeteiligter zerstört werden. Auch Panik oder Gier können Massen mobilisieren: Als vor einigen Jahren ein Berliner Kaufhaus ankündigte, dass man morgens eine Stunde lang umsonst einkaufen könne, standen viele Menschen schon ab Mitternacht vor den Toren. Als das Kaufhaus dann öffnete, wurden von der unkontrolliert voranströmenden Masse mehrere Menschen totgetrampelt. Ähnliches ereignete sich auf der LoveParade in Duisburg, weil Menschen in eine unkontrollierbare Panik gerieten, die sie blind vorantrieb.

Der auf einer wahren Studie beruhende Roman ‚Die Welle‘ und seine Verfilmung von 2008 dokumentieren in eindrucksvoller Weise, dass auch der sich modern und aufgeklärt wählende Mensch für kollektive Emotionen genauso anfällig ist wie die Menschen des Mittelalters, die alles aufgaben, um an Kreuzzügen teilzunehmen oder diejenigen, die noch zur Zeit Keplers zu Hexenverbrennungen aufriefen.

Die Handlung stützt sich auf ein Experiment, das 1967 von dem Lehrer Ron Jones an einer kalifornischen HighSchool durchgeführt wurde. Weil seine Schüler nicht verstanden, wie es zum Nationalsozialismus kommen konnte, stellte ein Lehrer eine „Bewegung“ auf, die er totalitär mit straffer Disziplin und Ahndung von Regelverstößen selbst führte. Das dadurch entstehende Gemeinschaftsgefühl begeisterte viele Schüler, so dass sich sogar noch Mitschüler anderer Klassen anschlossen. Diejenigen, die es schafften, sich dem kollektiven Sog zu entziehen, wurden gemobbt und bedroht. Jones gab später zu, dass er die Gefolgschaft der Schüler genossen habe. Um die vom Versuch entfesselte Eigendynamik aufzuhalten, brach er ihn am fünften Tag ab und zeigte den Jugendlichen die Parallelen ihrer Bewegung zu Nazi-Jugendorganisationen auf.

In der deutschen Verfilmung ändert der Lehrer zunächst die Sitzordnung in eine frontal auf ihn gerichtete Position. Er fordert die Schüler auf, beim Reden aufzustehen und schnelle, knappe Antworten zu geben. Dann lässt er sie zwecks körperlicher Ertüchtigung im Gleichschritt auf der Stelle marschieren. Diese Übungen bringt er zunächst noch als Vorschläge, über die sie abstimmen dürfen. Der strenge Ton und die straffe Disziplin kommen jedoch bei den meisten Schülern, die bisher vom Unterricht gelangweilt waren und oft keinerlei Disziplin mehr kennengelernt haben, gut an. Schließlich gründet der Lehrer eine Art autokratische Bewegung. Die Prinzipien der Gruppe sind „Macht durch Disziplin“, „Macht durch Gemeinschaft“ und „Macht durch Handeln“. Als Erkennungsmerkmal sollen alle Mitglieder der Gruppe weiße Hemden tragen. Zwei Mädchen protestieren gegen diese Vorschriften, wechseln schließlich den Kurs und sehen sich deswegen zunehmender Anfeindungen ausgesetzt. Dennoch erhält der Kurs durch Mundpropaganda weiteren Zulauf von Schülern aus anderen Kursen. In ihrer Begeisterung bitten einige Schüler den Lehrer, der Bewegung einen Namen zu geben. Gemeinsam entscheiden sie sich für „Die Welle“. Einer der Schüler entwirft ein Logo, außerdem wird eine gemeinsame Grußgeste eingeführt. Es entstehen neue Ideen, die „Welle“ zu verbreiten und sich in die Bewegung einzubringen. Bald hat die „Welle“ den Rahmen des Unterrichts verlassen und durchdringt den außerschulischen Alltag. Die einst schleppend verlaufenden Theaterproben gewinnen an Struktur, und die vom Lehrer trainierte Wasserballmannschaft mehr Zuschauer. Der Zusammenhalt wächst, die Welle-Mitglieder beschützen einander vor außenstehenden Pöblern und sprühen das Logo nachts an Wände in der ganzen Stadt. Der Schüler Tim, früher ein nicht respektierter Außenseiter und nun der flammendste Anhänger der „Welle“, erklärt sich zum persönlichen Leibwächter des Lehrers. Doch allmählich läuft das Experiment aus dem Ruder: Der Lehrer kann die Dynamik nicht mehr kontrollieren, die sich außerhalb der Schule abspielt. Als es zu ersten Gewalttaten gegen diejenigen kommt, die sich der Bewegung widersetzen, will der Lehrer das Experiment beenden. Als er den Zuhörern erklärt, dass alles nur ein Versuch gewesen sei, der jetzt beendet werde, wollen einzelne Schüler das nicht wahrhaben. Tim, für den die Welle sein Leben war, erschießt sich schließlich selbst. Die Schüler sind traumatisiert und der Lehrer wird von der Polizei abgeführt.

Schon unmittelbar nach dem 2. Weltkrieg wollten einige amerikanische Psychologen wissen, ob die Deutschen eine besondere Anfälligkeit für den Führerkult und die damit verbundene Autoritätsstruktur und die Bereitschaft zur bedingungslosen Unterordnung unter eine Führerpersönlichkeit hätten. Das sog. Milgram-Experiment zeigt, dass eine große Zahl der Versuchsteilnehmer bereit war, unter dem Druck von Autoritätsstrukturen anderen Stromschläge zu verpassen, die unter normalen

Umständen tödlich gewesen wären. Offensichtlich, so die Lektion, gibt es eine allgemeinmenschliche Anfälligkeit für kollektive Gefühle in allen sozialen Schichten, auch in gebildeten Kreisen und außerhalb religiöser Kontexte.

8. Zeitliche Struktur von Gefühlen: zwischen Vergangenheit und Gegenwart

Gefühle beschränken sich nicht nur auf das gegenwärtige Erleben, sondern haben eine zeitliche Struktur. Sowohl vergangene Erfahrungen wie Erwartungen an die Zukunft beeinflussen das Verhalten.

Vor dem Hintergrund der jüdisch-christlichen Tradition und der Aufwertung des biographischen Erlebens seit Augustinus, mithin seit dem 5.Jh., haben die Vergangenheit und das Nacherleben früherer Gefühle allmählich die Bedeutung gewonnen, die sie heute haben. Hinzu kam am Beginn des 20. Jhdts. die Psychoanalyse Freuds, die das Nacherleben traumatischer Erfahrungen systematisch zur Methode erhob und zur Bedingung für die Befreiung von Traumata und Schuldcomplexen machte. Auch moderne Philosophen wie Paul Ricoeur sehen in der Fähigkeit, seine Biographie zu erzählen, die Grundlage der persönlichen Identität.

Im religiösen wie psychoanalytischen Kontext stehen Verfehlungen, verdrängte Schuldgefühle, unterdrückte Wünsche und Aggressionen im Mittelpunkt. Gefordert werden Trauer über das, was versäumt wurde und Reue über das, was man getan hat. Obwohl sich die Vergangenheit nicht mehr ändern lässt, kann sich, so die Logik, ihre Bedeutung verändern und damit zu einer Befreiung für die Zukunft führen.

Beispielhaft hierfür ist der Umgang mit Missbrauchsfällen in der Kirche, aber auch der Umgang in den Wahrheitskommissionen in Südafrika oder bei Hutu und Tutsi. Die Wendung in die Vergangenheit sollte also, so hatte auch Nussbaum in Hinblick auf den Zorn argumentiert, zu einer Wendung in die Zukunft führen. Diese kann freilich nur erfolgen, wenn es gelingt, Schmerz, Hass und Aggression zu überwinden und anderen zu vergeben. Dabei ist nicht die exakte Rekonstruktion von Fakten das Ziel, die oft gar nicht möglich ist. Vielmehr gilt es zu lernen, mit den eigenen Gefühlen umzugehen und die innere Freiheit wieder zu erlangen.

Dennoch werden längst nicht nur leidvolle Erfahrungen vergegenwärtigt, sondern auch liebgewordene Szenen aus dem eigenen Leben: Je älter ein Mensch wird, desto mehr gewinnen auch positive Erfahrungen der Vergangenheit an Bedeutung: Die Rückkehr an Orte etwa, an denen man mit geliebten Menschen war, die Sichtung

von Bildern und Briefen können Trost spenden und ein Gefühl der Versöhnung mit dem Schmerz, jemanden verloren zu haben, wecken. Die Erinnerung ist das, was bleibt, wie viele sagen.

Dennoch besteht die Gefahr, dass dieselben Geschichten endlos wiederholt werden und jemand in der Vergangenheit gefangen bleibt. Die zunehmende Rückwärtsgewandtheit tritt zwar öfter bei alten Menschen auf, bei denen die Vergangenheit tatsächlich im Vergleich zur noch zu erwartenden Zukunft ungleich länger ist; er kann aber auch schon in sehr viel jüngeren Jahren auftreten, dann nämlich, wenn das Leben von Alltagsroutinen dominiert wird und die Fähigkeit, neugierig zu sein und etwas Neues zu erforschen erlahmt ist. Er ist unabhängig vom Lebensalter ein Indiz für einen mentalen Alterungsprozess. Frühere Erlebnisse und Taten werden oft in ihrer Bedeutung überzeichnet, um noch interessant zu wirken und sich so jung, wagemutig und kraftvoll wie früher zu fühlen, als die Zukunft noch offen war.

Ursache ist die Weigerung, den als eintönig empfundenen Alltag oder die Gebrechlichkeit des Alters zu akzeptieren. Das geschwächte Selbstwertgefühl wird durch die Überhöhung der Vergangenheit kompensiert. Es geht Hand in Hand mit einem Verlust der Orientierung an objektiven Zusammenhängen und einer Konzentration auf die eigenen, persönlich erlebten Ereignisse. Nimmt man die eigene Vergangenheit zum Maßstab, werden Veränderungen und die Offenheit der Zukunft als bedrohlich erlebt. Indem jemand derart um sich kreist und sich in seinen eigenen Taten genüsslich, mit Bedauern oder Entsetzen spiegelt, geht das verloren, was die Erinnerung eigentlich bewirken sollte: dass man vergangene Erfahrungen für die Gegenwart und die Zukunft nutzt, die noch vorhandenen Chancen und Möglichkeiten ergreift.

Auch die Zukunftsorientierung, die vor allem in jungen Jahren dominiert, ist mit ambivalenten Gefühlen verbunden: Sie verbindet sich zum einen mit Erwartungen, Hoffnungen, Wünschen und Sehnsüchten, zum anderen aber auch mit Ängsten, die einen neugierigen Blick in die Zukunft verwehren. Zukunftsängste können zu apokalyptischen Dimensionen anschwellen und zu Depressionen und Handlungsunfähigkeit führen, zu dem Gefühl, keine Zukunft zu haben. Sieht man in anderen die Ursache, können sie in Gewaltbereitschaft und radikale Umsturzphantasien münden.

Beispielhaft kann man das heute beobachten, wenn Kinder und Jugendliche von einigen Wissenschaftlern, den Medien, ihren Lehrern und Eltern mit

Weltuntergangsszenarien wegen des Klimawandels bombardiert werden, so dass das Gefühl unausweichlich ist, dass ihnen die Zukunft genommen wird. Kein Wunder, dass viele von ihnen depressiv, lethargisch oder rebellisch werden.

Normalerweise gehen Zukunftserwartungen mit Ungeduld und Vorfreude einher; schon Kinder freuen sich auf besondere Tage, Feste oder Begegnungen. Sind die Vorstellungen jedoch allzu konkret, sind Enttäuschungen unvermeidlich. Vermutlich hat jeder schon einmal erlebt, dass allzu hochgespannte Erwartungen gerade vor Festtagen regelrecht zu einer emotionalen Krise geführt haben, weil es anders kam, als man dachte.

Sprichworte bezeugen diese Erfahrungen: ‚Der Mensch denkt, Gott lenkt‘; ‚Vorfreude ist die schönste Freude‘. Streit über Kleinigkeiten, gerade an Weihnachten, vor einer Hochzeit oder Geburtstagsfeier sind fast normal.

Da die Zukunft der Raum der Möglichkeiten ist, ist sie jedoch nicht exakt plan- und vorhersehbar. Nie wird etwas genauso kommen, wie man es sich ausgemalt hat. Während sich die Vergangenheit nicht mehr ändern lässt, sondern nur ihre Bedeutung, gibt es von der Zukunft keine Daten und Fakten. Insofern ist der Blick in die Zukunft immer von einem Gefühl der Unsicherheit begleitet.

Das, was zwischen Vergangenheit und Zukunft vermittelt, ist jener nicht messbare Augenblick, der Gegenwart genannt wird. Er verlangt Aufmerksamkeit oder Präsenz, um der besonderen Konstellation der Umstände Rechnung zu tragen. Man wird ihr weder gerecht, wenn man sich nur an vergangenen Erfahrungen orientiert, noch wenn man glaubt, die Zukunft planen oder gar berechnen zu können. Politik, Geschichte und Ökonomie lehren, dass ein technokratisches Denken immer wieder scheitert: Der Zusammenbruch des Ostblocks 1989, die erste Finanzkrise 2008, die Griechenlandkrise 2013, die Flüchtlingswelle 2015, die Entscheidung für den Brexit 2016 und Corona 2020 waren mitsamt ihren Folgen nicht vorhersehbar, lediglich möglich.

9. Stufen des Selbstseins und die Integration der Person

Weniger die Fähigkeit zu Gefühlen, darin sind sich Scheler, Nussbaum und Damasio einig, sind demnach die unterscheidenden Merkmale zwischen Menschen, Tieren und einfachen Organismen, als vielmehr die Komplexität des Selbstseins. Damasio unterscheidet drei Formen des Selbstseins: das Kernselbst, das auf das Hier und Jetzt fokussiert ist, das erweiterte Selbst, das bereits über komplexe Gefühle verfügt und das biographische Selbst, das um Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft weiß

und weiß, dass es weiß. Dabei verändert sich mit dem Selbstbewusstsein das Spektrum der Gefühle und der damit verbundenen Ausdrucksmöglichkeiten qualitativ. Als unterschiedliche Ausdrucksformen eines in sich zentrierten menschlichen Individuums sind Vernunft und Gefühle keine Gegenspieler. Beide können sich gegenseitig unterstützen, so dass die Beziehungen zu anderen ebenso wie Handlungen lebendiger und klarer werden; sie können sich aber auch blockieren, so dass sich der Welthorizont verengt. Auch nach dem Wegbrechen des Selbstbewusstseins und höherstufiger Gefühle etwa im Fall von Demenz bleiben immer noch eine gewisse Selbstzentrierung und mit ihr die Möglichkeit der Ansprechbarkeit erhalten.³⁹

Personale Identität beruht daher nicht nur darauf, dass die heterogenen Ereignisse des Lebens zu einer in sich zusammenhängenden Geschichte verbunden werden und diese dann anderen erzählt werden kann. Als Personen sind Menschen eine in sich zentrierte Einheit in der Vielfalt von Ausdrucksformen, zu denen neben Gefühlen auch die Vernunft als Fähigkeit zum abstrakten Denken und zu ethischen Urteilsakten gehört, ebenso wie Willensakte und Leibbewusstsein.⁴⁰ An die Stelle der in der Tradition der Aufklärung stehenden Betonung von Reflexivität und Rationalität tritt die Sammlung der Person⁴¹, die Fähigkeit, sich als Aktzentrum zu erleben und aus der eigenen Mitte zu agieren. Die Vielschichtigkeit des Selbstseins geht mit der Fähigkeit einher, sich in ebenso vielfältiger Weise auf die Umwelt zu beziehen und sich zu artikulieren.

³⁹ Vgl. Kather, R. (2022): Der menschliche Leib als Vermittlung zwischen bewussten und nicht-bewussten Ausdrucksformen, in: Christian Tewes (Hg.): Leiblichkeit und Verletzlichkeit. Ihre Bedeutung für Demenzerkrankungen und Personalität, Schriftenreihe der DGAP, Freiburg i. Br.: Alber Verlag: Wendet man diese Theorie auf Fälle schwerer Demenz an, in denen das biographische Selbst nicht mehr ansprechbar ist, dann bleibt dennoch eine abgestufte Zentrierung und mit ihr das zumindest punktuelle Empfinden von Gefühlen und die Fähigkeit, ihnen Ausdruck zu verleihen, für eine gewisse Zeit bestehen. Bis zum Zusammenbruch des Kernselbst, das Menschen noch im Hier und Jetzt verortet, bleiben sie in nonverbaler Weise ansprechbar. Sie können durch Berührungen dazu angeregt werden, Bewegungen mit zu vollziehen und durch emotional bedeutsame Bilder und Töne stimuliert werden. Nicht nur das Gehirn, sondern der gesamte Organismus interagiert mit der Umwelt. Diese wird sozusagen durch den gesamten Organismus hindurch in ihren sinnlichen Qualitäten und emotionalen Bedeutungen als bedrohlich, neutral oder angenehm empfunden. Abhängig vom Gesamtzustand des Organismus wird die Aufmerksamkeit auf bestimmte Facetten der Umwelt gelenkt, werden Erinnerungen erweckt und Gefühle ausgelöst. Auch wenn, in Damasio's Terminologie, das biographische Selbst und die mit ihm verbundenen Artikulationsformen wegbrechen, bleibt immer noch eine gewisse Zentrierung erhalten.

⁴⁰ Vgl. Kather, R. (2020): Person – eine Einheit in der Vielfalt ihrer Ausdrucksformen zwischen Natur und Kultur, in: Salzburger Jahrbuch für Philosophie (Hg. Emmanuel J. Bauer/ Rolf Darge/ Heinrich Schmidinger): Personalität und Freiheit 65, S. 27-44.

⁴¹ Scheler, M. (1983¹⁰): Die Stellung des Menschen im Kosmos, Bern: Francke, 41.

