

„DIE LETZTE FREIHEIT DES MENSCHEN“ UND DIE MACHT-/OHNMACHT-FRAGE

Worin besteht die letzte Freiheit des Menschen?

Wie kann man sich ihrer bewusst werden?

Wie determiniert ist der Mensch?

Es gibt eine Fülle an Literatur zum Thema Konfliktmanagement und zu Führungsfragen. Es zeigt sich immer deutlicher, dass eine bewusste Schulung sehr viel bewirken kann. So möchte ich an dieser Stelle *Stephen Coveys* Buch „*Die sieben Wege zur Effektivität*“¹ anführen. Einleitend erwähnt Covey drei Faktoren, durch die wir uns als Zeitgenossen in unserem Lebensgefühl bestimmt bzw. determiniert erleben:

- körperlich durch Vererbung,
- seelisch durch Eltern und Erzieher,
- geistig durch Schule und Studium.²

Das Gefühl, fremdbestimmt zu sein, hindert uns daran, den eigenen Willen frei zu ergreifen, weil wir an diese Freiheit gar nicht mehr glauben.³ Covey betont, dass wir uns innerlich von dieser dreifachen Fremdbestimmung befreien müssen und darauf aufmerksam werden, dass wir als Menschen – auch wenn wir uns als noch so abhängig erleben von unserer körperlichen Konstitution und Einflüssen aus der Umwelt – immer einen Freiraum haben, einen „Spielraum“, indem wir auf unsere körperliche Konstitution und die Umwelteinflüsse so reagieren, wie wir es wollen.

Die eigenen Reaktionen bestimmen

Wie reagiere ich z.B., wenn ein Kind brüllt, provoziert und mir die Zunge herausstreckt oder absichtlich mit Essen um sich wirft?

Ich kann spontan reagieren und dem Kind das Essen wegnehmen oder es in ein Zimmer bringen, wo es sich beruhigen kann. Ich kann die Art meiner Reaktion aber auch sehr bewusst gestalten – ganz so, wie ich es in diesem Augenblick will. Möglicherweise hat das Kind schlechte Laune, weil ich es viel zu spät vom Spielplatz geholt habe und es total übermüdet ist. Also bleibe ich ruhig und tue alles, um es möglichst bald ins Bett zu bringen. Ich kann die

¹ Stephen R. Covey, *Die sieben Wege zur Effektivität*; im englischen Original klingt der Titel allerdings wesentlich inspirierender: *The seven habits of highly effective people*.

² A.a.O., S. 67ff.

³ In diesem Zusammenhang sei bemerkt, dass es im 20. Jahrhundert zwei herausragende Autoren gibt, die dieses Missverständnis über den freien Willen als solches entlarvt und richtiggestellt haben. Erkenntnistheoretisch und philosophisch wurde es durch Rudolf Steiner dargestellt in seinem Buch *Die Philosophie der Freiheit*; empirisch geschah es durch Viktor Frankl, der im Zustand größter Unfreiheit während der Gefangenschaft im Konzentrationslager seine innere Freiheit entdeckte und darauf dann seine spätere Psychotherapie vom Erringen der richtigen Einstellung zum Leben aufbaute.

Siehe auch Viktor Frankl, *Zeit der Entscheidung*, In: ders., *Was nicht in meinen Büchern steht*. Weinheim/Basel, 3. Aufl. 2009;

Situation aber auch entschärfen, indem ich die Provokation übersehe, das Kind ablenke und ihm verstärkte Aufmerksamkeit schenke.

Auch in äußerst schwierigen Situationen im Leben kann ich mir klarmachen, dass ich trotz meiner Prägung durch meine körperliche Konstitution, meine Verhaltensmuster und Reaktionsmöglichkeiten in Bezug auf das Ereignis, mit dem ich jetzt konfrontiert bin, einen Entscheidungsspielraum habe: Ich *muss* nicht reagieren – ich kann. Ich kann mir die Situation anschauen. Meine Reaktion ist ein Prozess, den ich selber in Freiheit gestalten kann. Es steht mir frei, aktiv aus der Situation zu lernen, und ich bestimme selbst, wohin mich ein Ereignis führt. Diese Erfahrung ist nicht nur die Geburtsstunde eines gesunden Selbstbewusstseins. Sie ist auch die Geburtsstunde der Selbstverantwortung und inneren Freiheit. Der Mensch muss überhaupt nichts – er muss nicht einmal seinen Prägungen und Veranlagungen folgen. Er allein entscheidet, was er müssen, wollen und können möchte.

Viktor Frankl als Beispiel für Willensfreiheit

Covey nennt als Beispiel den in der Nazizeit im Konzentrationslager inhaftierten Professor für Neurologie und Psychiatrie *Viktor Frankl* (1905-1997), der von seiner Ausbildung her eigentlich ein Determinist, ein in der Freud'schen Analyse geschulter Psychiater war.

Dann geschah das Wunder: Auf dem Gipfel der äußersten Unfreiheit entdeckte er seine innere Freiheit – im Körperlichen, Seelischen und Geistigen. Er begann sich dessen bewusst zu werden, was er später „*die letzte Freiheit des Menschen*“ nannte: Diese Freiheit konnten ihm die Nazi-Schergen nicht wegnehmen, mochten sie seine Umgebung kontrollieren und mit seinem Körper machen, was sie wollten: Viktor Frankl blieb er selbst, seine Identität blieb erhalten. Er hatte ein Reich geistiger Freiheit und inneren Reichtums entdeckt, in das er sich aus der schrecklichen Umwelt zurückziehen konnte und beobachten, was mit ihm geschah. Und er fühlte sich frei zu entscheiden, wie er sich zu dem, was mit ihm geschah, stellen wollte: ob er zuließ, dass es ihn zerstörte oder ob es ihn in seiner Menschlichkeit weiterbrachte. So erlebte er einen Freiraum zwischen dem, was ihm widerfuhr, und seiner Reaktion darauf und entdeckte die Kraft, seine Reaktion selbst zu bestimmen: ob er ein typischer „KZler“ würde oder ein Mensch, der auch hier noch Mensch blieb und die Menschenwürde bewahrte.

Tröstliche Intensität durch Verinnerlichung

Bei sich und manchen Mithäftlingen beobachtete er eine verstärkte Tendenz zur Verinnerlichung, die, wann immer sich die Gelegenheit bot, zu intensiven Begegnungen mit Kunst und Natur führen konnte. So kam es vor, dass ein Mithäftling den neben ihm schuftenden Kameraden aufmerksam machte, dass die zwischen den Baumstämmen gerade untergehende Sonne hindurchleuchtete wie auf dem bekannten Aquarell von Dürer. Oder sie nahmen mit einer plötzlichen Ergriffenheit die vielgestaltigen und sich stets wandelnden Wolken wahr, die den Himmel belebten und in überirdische Farben tauchten. Aus solchen Eindrücken schöpften sie Kraft.

Die Intensität des Erlebens konnte sie die Umwelt und die ganze furchtbare Situation für heilige Momente vergessen machen. Frankl staunte selbst, wie die Gesichter der Kameraden vor Entzücken strahlten, als sie während der Bahnfahrt von Auschwitz in ein bayrisches Lager

auf die Salzburger Berge hinausschauten, deren Gipfel gerade im Abendrot leuchteten. Menschen, die mit ihrem Leben praktisch abgeschlossen hatten, waren trotzdem – oder gerade deshalb? – hingerissen von dem jahrelang entbehrten Anblick der Schönheit der Natur, hinter der sie den Schöpfer ahnen konnten.

Inmitten all dieser Erfahrungen malte Frankl sich in Gedanken aus, wie er nach einer möglichen Befreiung aus dem Lager später seine Studenten unterrichten würde – ganz anders als er es vor dem Lageraufenthalt getan hatte. Er stellte sich vor, wie er diese Erfahrungen für seine künftigen Hörer fruchtbar machen würde. Denn ihm war klar geworden, dass man dem Menschen nicht gerecht würde, wenn man ihn nur als Produkt seiner Gene, des Milieus, aus dem er stammt, und seiner bisherigen Konditionierungen und Konventionen auffasst.

Trotzdem Ja zum Leben sagen

Er kehrte schließlich aus dieser Hölle zurück in seine Vaterstadt Wien. Und obwohl er seine Eltern, seinen Bruder, seine Frau verloren hatte, war er frei von jeglichem Impuls nach Rache und Vergeltung. Sein Buch „...trotzdem Ja zum Leben sagen“⁴ ist ein erschütternder Bericht über diese jahrelange Zeit unmenschlicher Behandlung, die geprägt war von Hungerqualen, Kälte, harter Arbeit und Schikanen, von unbeschreiblicher Hoffnungslosigkeit, weil kein Ende dieser Zeit abzusehen war, wohl aber täglich der mögliche Tod vor Augen stand.

Das war mit Sicherheit eine der extremsten Situationen, um die Freiheit des Willens zu entdecken und die freie Willensausübung zu schulen. Zugleich ist uns damit eines der trostreichsten Beispiele geschenkt: Es macht deutlich, zu welch übergroßen Leistungen der Mensch fähig ist. Jeder erlebt im Laufe seines Lebens an irgendeiner Stelle Machtübergriffe, ohne sich wehren zu können. Wer bei sich die Möglichkeit entdeckt, zu bestimmen, inwieweit das Ereignis ihr/ihm schadet, hat den Schlüssel für den Umgang mit Macht in die eigene Hand genommen.

Vgl. „Macht in der zwischenmenschlichen Beziehung“, 1. Kapitel, Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart – Berlin 1997

⁴ Viktor Frankl, „...trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“, dtv, 21. Aufl. München 2002.