

MACHTAUSÜBUNG AUS DER ICH-KRAFT HERAUS

Wie geht das Ich mit Macht um?

Was kennzeichnet ichhaftes Handeln?

Welche berühmten Beispiele kennen wir aus der Geschichte und der Literatur?

Ichhafter Wille übernimmt Verantwortung

Wenn wir aus der Ich-Ebene heraus agieren, üben wir Macht aus Kraft unseres Ich. Ob man sich als Täter oder als Opfer erlebt, entscheidet dann nicht die Tat, die man erleidet, sondern die Art, wie das Ich damit umgeht. Die Ich-Ebene ist sozusagen das Zünglein an der Waage, das entscheidet, welchen Standpunkt jemand einnimmt – den des Opfers oder den des Täters, des Akteurs, der weiß, dass er IMMER Verantwortung trägt für sein Leben.

Das ist natürlich, je nachdem, um welche Taten es geht, unterschiedlich schwer oder leicht.

Berühmte Beispiele für die Macht ich-haften Willens

Ich möchte ein paar Beispiele nennen, deren Handeln die besondere Form der Machtausübung aus dem Ich heraus deutlich macht.

- **Victor Frankl**

Ein berühmtes Beispiel aus der jüngeren Vergangenheit ist Victor Frankl, der sich auch als Gefangener im KZ innerlich als Akteur seines Lebens sah, insofern als er sich verantwortlich fühlte für seine Reaktionen. Die Opferrolle, das Negieren seiner Entscheidungsmacht, war gegen seine Würde – und so kam er als Eingeweihter aus der Gefangenschaft zurück. Seine Erfahrungen und Erkenntnisse gab er in seinem Buch *„Trotzdem Ja zum Leben sagen“*¹ weiter. Das Ich entscheidet in aller Freiheit, wie es mit seiner Macht umgeht.

- **Iphigenie**

Ein anderes Beispiel für Machtausübung aus dem Ich heraus gibt uns das Theaterstück *Iphigenie*.² Da gibt es eine Szene, die diesen Ich-Mittelpunkt in ihrer Seele deutlich zeigt. Sie hatte auf Tauris Zuflucht gefunden und wurde dort als Priesterin verehrt – ohne dass man um ihre Herkunft wusste. Als ihr Bruder Orest dort auftauchte und man erfuhr, wer die beiden wirklich waren, wollte König Thoas sie zusammen mit ihrem Bruder mit Schimpf und Schande davonjagen. Da Iphigenie starkes Heimweh hatte, hätte sie jetzt einfach gehen können, war sie doch am Ziel ihrer Wünsche. Stattdessen sagte sie sinngemäß: *„So nicht, mein König. Ich schulde dir Dank bis ans Ende meiner Tage.“* Daraufhin ringt sich der König dazu durch, ihnen Lebewohl zu wünschen. Dadurch kehrt im Moment des Abschieds Frieden in ihre Beziehung ein anstelle von Streit.³

¹ Victor E. Frankl, *Trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychiater erlebt das Konzentrationslager*, 7. Aufl. München 1995.

² Johann Wolfgang von Goethe, *Iphigenie auf Tauris* ist ein Bühnenstück von nach der Vorlage von Euripides' Iphigenie bei den Taurern.

³ Das Drama „Iphigenie auf Tauris“ handelt von der Priesterin Iphigenie, die auf der Insel Tauris lebt. Iphigenie wird auf der Insel verehrt und geliebt. Allerdings hat sie starkes Heimweh und möchte unbedingt zurück zu ihrer Familie. Eines Tages kommt ihr Bruder Orest auf die Insel. Als ans Licht kommt, wer Iphigenie wirklich ist, und dass Orest die Staute der Diana von der Insel stehlen will, nimmt die Handlung eine spannende Wendung.

Das ist ein wunderbares Beispiel für proaktives Handeln aus dem Ich heraus. Das ist Ich-Kultur.

- **Jesus-Christus**

Ein weiteres Beispiel dafür, wie wir die Täter-Opfer-Rolle in unserem Bewusstsein umdrehen können, finden wir im Neuen Testament, als Jesus zu Pilatus sagte: *„Du hättest keine Macht über mich, wäre sie Dir nicht von einem Höheren gegeben.“*⁴

Es zeigt: Aus dieser Instanz, aus diesem Machtbewusstsein des Ich heraus, können wir jeden Machtmissbrauch heilen, stoppen und verwandeln.

Vgl. Vortrag „Macht und Freiheit“ an der Waldorfschule Heidenheim 2011

Iphigenie muss sich entscheiden, ob sie gemeinsam mit ihrem Bruder von Tauris flieht oder zurückbleibt. Schlussendlich schaffen sie es, die Insel gemeinsam zu verlassen und nach Hause zurückzukehren. (<https://studyflix.de/deutsch/iphigenie-auf-tauris-zusammenfassung-3858>, ges. 03.08.2023).

⁴ Neues Testament, *Johannes* 19, 11.