

Dr. Horst Kämpfer

Kleiner oder großer Grenzverkehr – Grenzen trennen und verbinden zugleich

Vortrag bei der Tagung:

Grenzen tun weh – Grenzen tun gut – Begegnungen im seelsorglichen Alltag

Tagung ehrenamtlicher Seelsorgerinnen und Seelsorger in der Nordkirche 6. – 8. September 2013, Sankelmark

1. Erfahrungen an einer realen Grenze

Als Kind besuchte ich gegen Ende des Sommers häufig Verwandte, die Bauersleute waren. Erntezeit. Es wurde gemäht mit der Sense, mit einigen Ähren wurden Garben zusammengebunden und mehrere dann zu kleinen Zelten aufgebaut. Das Gelände war ein wenig abschüssig, bis zu einer Art Graben oder Bach und stieg auf der anderen Uferseite ebenso wieder an. Und dort das gleiche Kornfeld. Männer, Frauen und Kinder verrichteten die gleichen Tätigkeiten – spiegelbildliches Arbeiten. Man sah sich, doch kaum Gesten des Winkens, als würde man ja doch nur sich selbst winken, als sei unten im Graben ein großer Spiegel aufgestellt. Und schon gar nicht durfte man den Graben überspringen, denn, so sagte man, da sei die Zonengrenze. Sich dieser Grenze zu nähern, war streng verboten auch wenn in mir als Kind der Wunsch aufkam zu schauen, was es denn bei denen da drüben zu essen gibt oder ob man mit den anderen Kindern da drüben spielen könnte. Aber das Verbot stand über allem.

Wenn ich heute darüber nachdenke, bleibe ich an der Idee der Spiegelung hängen. Die Menschen auf der anderen Seite des Grabens sind wie wir und doch getrennt von uns. Teilweise waren es ja auch Bekannte, Freunde oder Verwandte, die auf der anderen Seite lebten und arbeiteten wie wir auf dieser. Die Grenze verwies gewissermaßen auf Verbundenes und zugleich getrenntes.

Wenn wir als Seelsorgerinnen und Seelsorger für unsere Klienten, und unsere KlientInnen ebenso für uns, zu einem menschlich bezogenen Spiegel werden, so können wir auch hier von „zugleich verbunden und getrennt“ sprechen. Ja vielleicht ist damit sogar DIE Besonderheit von Grenze benannt. Die Grenze grenzt zwar ab oder manchmal auch aus, aber genau dadurch verbindet sie auch mit „dem da drüben“. Zugleich entsteht an der Grenze ein neugieriger Reiz: Was ist jenseits der Grenze? In kindlicher Manier: Was gibt es dort zu essen oder was spielen, was denken, was lieben oder hassen die da drüben? Dazu später noch mehr.

Zurück an den Grenzort: Ich kann mich nicht daran erinnern, dass man die Menschen auf der anderen Seite böse fand, es ging auch keine Gefahr von ihnen aus. Vielmehr, so schien es ja, war der Graben, die Grenze selbst gefährlich; nähert man sich ihr, geschieht etwas Unheimliches. Die reale Gefahr der Grenze von Stacheldraht und Selbstschussanlagen war mir noch nicht gegenwärtig. Eher dachte das Kind noch magisch – also ähnlich den kleinen Ritualen, bei denen man nicht auf die Grenzen der Gehwegplatten treten durfte, denn nur so konnte man irgendein Unheil vermeiden.

Psychologisch könnte man sagen, diese Grenze führte bei mir als Kind noch nicht zur Entfremdung und zur Projektion und Spaltung. Damit sind nun schon gewichtige psychologische Begriffe eingeführt, auf die ich später noch zurückkommen werde.

Doch zunächst will ich erzählen, wie die Geschichte weiterging: Sicher durch den Einfluss von Öffentlichkeit und Medien wurden die Menschen jenseits der Zonengrenze zu

Fremden, zu Anderen. Dann die unmittelbaren Erfahrungen: Jeder Besuch in der noch existierenden DDR war ein Abenteuer und eine Kränkung und Demütigung. Und so geschah etwas in mir. Ich idealisierte die, die für einen Sozialismus mit menschlichem Angesicht ein- und einem despotischen, kontrollierenden und menschenverachtenden System entgegen traten (vielleicht idealisierte ich damit eine Opferposition; in kirchlichen Kreisen sehr beliebt) und verteufelte die, die im System aufgingen und es aktiv umsetzten.

Idealisierung einerseits und Entwertung/Verachtung andererseits sind psychologisch heimliche Geschwister.

Die Grenze, die ja noch durch eine Mauer verstärkt worden war, war längst zu einer Grenze in meinem Inneren geworden. Dabei konnte ich mir sogar noch einreden, dass die Idealisierung so etwas wie liebevolle Beziehung sei ... in meiner psychoanalytischen Ausbildung habe ich schmerzhaft erfahren müssen, dass dies keineswegs so ist. Beides, Idealisierung und Entwertung, sind zwar notwendige Schritte in unserer psychischen Entwicklung, aber sie dienen letztlich der Abwehr von wirklicher Beziehung, denn in beiden Formen liegt ja eine Verkennung des Gegenübers, also des Anderen. Ganz abgesehen davon, dass es real Edle und Schurken, Opfer und Täter, Gute und Böse gibt, psychologisch streng nennen wir dies Spaltung, also eine Aufteilung der Welt in Gott und Teufel.

2. Psychischer Grenzverkehr

Bei dem genannten Spaltungsprozess spielt die uns allen gegebene psychische Möglichkeit der Projektion eine entscheidende Rolle. In einer biblischen Geschichte fragt Jesus: Was siehst du den Splitter im Auge deines Nächsten, den Balken aber in deinem eigenen Auge nicht? D.h. wir selbst sind gut und böse und das führt in uns selbst zu einer Spannung oder einem Konflikt: Wer will schon böse sein. Als böse fühlen wir all das in uns, was wir aufgrund ethischer Normen für verwerflich halten. Also etwa gewalttätig sein durch übermäßige Aggression oder Kontrollsucht, oder gierig, neidisch, egozentrisch, herrschsüchtig, sexuell ausschweifend sein, all das können wir in uns als böse fühlen. Weil das Böse aber unser Selbstbild als Gutmensch stört, können wir Anteile davon auf den Anderen wie auf eine Leinwand projizieren. So kann man sich selbst einbilden, das Böse z.B. sei wesentlich „da drüben“ und so davon ablenken, dass bei einem selbst, im Bild gesprochen ein ganzer Balken davon vorhanden ist. So nehme ich nicht den Anderen wahr, wie er wirklich ist, sondern wie ich ihn zum Nutzen meines eigenen psychischen Haushaltes sehen möchte; ich brauche den bösen Anderen geradezu. Interessant an diesem psychologischen Vorgang ist nun, dass ich durch den Vorgang der Projektion eine Grenze zwischen Ich und Du überschreite und sie gleichzeitig aufrichte, und ich durch diesen Vorgang an der Grenze mit dem Anderen verbunden bleibe, denn es ist ja ein Teil meines Bösen, das ich im Bösen des Anderen wiedererkenne.

Diese uns allen gegebene Möglichkeit der Projektion lässt sich sogar noch steigern. Psychologisch sind wir nämlich in der Lage, den Anderen dazu zu bringen, sich entsprechend unserer Projektion zu verhalten – man nennt das dann projektive Identifikation. Der Andere identifiziert sich mit unserem Projekt, so dass wir schließlich sagen können, ich hab es doch gewusst, ich hab doch recht mit meiner Sicht.

Nehmen wir nun den Vorgang der Idealisierung noch hinzu. Zunächst: Da sowohl Projektion als auch Idealisierung zur Verkennung der Realität führen, gehören sie zu dem, was man einen sanften Wahn nennt. Die schönste Form des „sanften Wahnes Idealisie-

ung“ ist die Verliebtheit. In der Verliebtheit sehen wir den Anderen durch eine rosa Brille oder auch in anderen leuchtenden Farben, wir bewegen uns in den Ebenen des siebten Himmels. Vielleicht würden wir sogar, wenn wir die Anderen in ihrer ganzen Realität wahrnehmen, niemals eine Beziehung eingehen. In der Idealisierung wird das Böse, Dunkle, Schlechte ausgeklammert: Die Schatten des Anderen werden zunächst nicht wahrgenommen. Aber jeder und jede weiß, dass es in allen Beziehungen einen sogenannten Realitätsschock gibt, also immer dann, wenn der sanfte Wahn sich mit der Realität abgleichen muss; der Andere ist eben doch nicht so ideal, wie ich ihn gerne gesehen habe.

Auch die Idealisierung neigt dazu, die Grenze zwischen Ich und Du zu verwischen. Man versteht sich anscheinend so gut, dass die eine immer schon weiß, was die andere denkt, man ist ein Herz und eine Seele und schließlich auch ein Fleisch, wie die Bibel sagt. Wie bei der Projektion geschieht das Auftauen der Grenze zwischen Ich und Du durch unsere Fantasie. Und sowohl in der Idealisierung als auch in der Projektion können wir gewahr werden, wie intensiv wir uns häufig gegen den Einfluss der Realität zur Wehr setzen: Nein, der oder die Andere sind wirklich wunderbar und gut oder schrecklich und böse.

So kann man zum dem Schluss kommen, unter dem Einfluss innerer Wünsche und Konflikte halten wir zunächst eine innerpsychische Grenze, nämlich die zwischen Realität und Fantasie, durchlässig. Die Realität – und das bezeichnet natürlich nicht nur die äußere Realität sondern gerade und zu aller erst die Wahrheit über mich selbst - diese Realität in ihrer ganzen Wucht anzuerkennen und zu ertragen, ist uns kaum möglich. Deshalb, so schreibt Paulus, sehen wir uns hier und heute nur wie in einem Spiegel aber dereinst von Angesicht zu Angesicht bei Gott, so wie wir wirklich sind. Beim Ringen an dieser innerpsychischen Grenze – ich will die Wahrheit über mich selbst nicht wahrhaben - können wir gar nicht anders, als die äußeren Anderen letztlich in dieses Ringen mit einzubeziehen, wir erweitern uns selbst um den oder die Anderen und machen dabei die Grenze zwischen Ich und Du durchlässig und richten sie zugleich auf, denn es ist ja gut, von dem, was denn nun da draußen das Böse ist, getrennt zu sein.

Und nun, so wie wir die Realität unseres eigenen Seins kaum ertragen können, so eben auch die Realität des Anderen.

"Was tun Sie?", wurde Herr K. gefragt, "wenn Sie einen Menschen lieben?" "Ich mache einen Entwurf von ihm", sagte Herr K., "und Sorge, dass er ihm ähnlich wird." "Wer? Der Entwurf?" "Nein", sagte Herr K., "Der Mensch." -> kürzer und prägnanter ist der Vorgang der projektiven Identifikation kaum zu beschreiben. Man versucht also, dass der andere so ist, wie ich ihn sehen möchte. Ändert er sich, wird das eigene psychische Gleichgewicht verunsichert.

Noch einmal zurück in die Geschichte: Die innerdeutsche Grenze war von mir schließlich so verinnerlicht worden, dass ich 1989 nicht glauben konnte, was da geschah. Mein erstes Gefühl war nicht Freude sondern Angst.

In den achtziger Jahren war mir sehr viel deutlicher geworden, dass die Grenze eine Grenze zwischen zwei Systemen oder genauer Kulturen war. Alle Menschen diesseits und jenseits der Grenze hatten die jeweils eigene kulturelle Milch getrunken, zu der eben auch gehörte, dass die Anderen jenseits der Grenze vielleicht ähnlich aber doch eben anders waren. Die eigene Kultur schärfte sich geradezu an der Differenz zur anderen. Neben der objektiven Differenz hatte man durch Projektion und Idealisierung eine gewisse Stabilität gefunden: DDR und BRD. Plötzlich sollte die Grenze zwischen den durch Projektion und Idealisierung aufgeladenen Kulturen wegfallen. Nun kamen die

von da drüben hier rüber, wie ein Überfall: Kommt die Mark nicht zu uns, kommen wir eben zur Mark.

Der Grund meiner Angst lag also darin, dass die Wirklichkeit einen lang gepflegten Entwurf, wie Brecht sagt, überrannte. Es macht uns Angst, wenn der Andere plötzlich aus dem Entwurf aussteigt und sich uns neu zeigt. Man denke z.B. an die Krisen, die in Beziehungen entstehen, wenn der/die Andere sich aufgrund von Selbsterfahrungsprozessen plötzlich ganz anders zeigt und darstellt. Solange er sich unserem Entwurf entsprechend verhält, ist er uns – natürlich nur unserer Vorstellung nach - in gewisser Weise bekannt und vertraut. Löst sich der Entwurf auf, wird der Andere für uns fremd und ein wenig unheimlich. Das entstehende Problem versuchen wir zu lösen, indem wir entweder neue Entwürfe machen oder den zunächst anderen zu einem Zwilling erklären, d.h. der Andere ist so wie ich.

Das Anderssein des Anderen zu ertragen und damit ihn wirklich zu sehen, ist genau so schwer, wie der Wahrheit über sich selbst ins Gesicht zu sehen.

Noch einmal: Durch Projektion und Idealisierung heben wir die Fremdheit des Anderen auf. Wir glauben, den Anderen zu kennen und ihn einschätzen zu können. Es bedarf schon einer Anstrengung, das Anderssein des Anderen auszuhalten, also die Grenze zwischen Ich und Du zu akzeptieren. Ob es allerdings wirklich einen zwischenmenschlichen Bereich jenseits der Projektion, der projektiven Identifikation und der Idealisierung gibt ... ich habe da meine Zweifel.

Diesem Thema der psychischen Grenzen möchte ich mich jetzt noch einmal von einer anderen Seite her nähern.

3. Innerer Grenzverkehr als Folge von Verinnerlichungsprozessen

Dem Kind von damals war die Grenze zunächst von außen gesetzt und mit strengem Verbot belegt worden: Nähere dich nicht dem Graben. Später dann war sie so fest in der Psyche eingeschrieben, dass ich mir nicht mehr vorstellen konnte und mochte, dass sie fallen würde. Das mag uns zunächst einmal darauf hinweisen, dass manche Grenzen zu uns über Gebote und Verbote kommen, die sich tief in uns einschreiben. Diese Gebote und Verbote sind zunächst keine abstrakten Konstrukte, sondern eingebunden in ein Beziehungsgeschehen. Es gibt jemanden, den ich liebe und fürchte und der mir sagt, was verboten und erlaubt ist.

So beginnt Luther im kleinen Katechismus jede Auslegung eines Gebotes mit dem Satz: Wir sollen Gott fürchten und lieben. Und die Gebote sollen hier einmal stellvertretend für alle Normen stehen, die uns von unseren Eltern, und denen wiederum von ihren Eltern, nahe gebracht wurden und werden. Und die Beziehung wird ausgedrückt durch die Verben fürchten und lieben und wir ergänzen lassen.

Bei den Geboten geht es natürlich um wichtige moralische Forderungen oder Grenzsetzungen, die das Zusammenleben von Menschen regulieren sollen. Wir verinnerlichen solche Gebote und nennen sie dann Gewissen oder Über-Ich. Damit ist sowohl eine innere wie äußere Grenze markiert. Nehmen wir als Beispiel das fünfte Gebot: Du sollst nicht töten. In der Erklärung heißt es: Wir sollen Gott fürchten und lieben, dass wir unserm Nächsten an seinen Leibe – und ich ergänze einmal: An seiner Seele – keinen Schaden noch Leid tun, sondern ihm helfen und beistehen in allen Nöten.

Die biblische Tradition weiß, dass das menschliche Herz auch böse ist von Kindheit an, so ist Gottes Erkenntnis am Ende der Sintflutgeschichte. Damit ist die Triebseite des Menschen benannt: sexuelle und aggressive Triebe bestimmen das Seelenleben des

Menschen. Gäbe es keine Entwicklung der Triebe und das heißt immer auch Begrenzungen, so wäre ein gedeihliches Zusammenleben kaum vorstellbar, denn beide Triebe sind imperativ, d.h. sie kennen, um es etwas volksmundlich auszudrücken, keine Verwandten, keine Grenzen. Triebe bedürfen der Sozialisierung und verantwortlich dafür sind die, die wir fürchten und lieben und hassen. So erfahren wir z.B.: Das kleine Geschwisterchen darf man nicht hauen, quälen oder drangsaliieren, sonst müssen wir die Strafe der Eltern fürchten.

Eine zunächst äußere Grenze: Eine Grenze zwischen mir und dem Geschwister – mein Neid und meine Eifersucht darf nicht über die Grenze gehen. Die Grenzbewacher sind die Eltern, sie drohen mit Strafe.

Dieses von außen kommende Gebot sowie auch die Gebotsgeber werden verinnerlicht, werden zum Gewissen, das uns dann beißt, wenn wir heimlich doch tun, was eigentlich verboten ist. Nun ist das Gewissen allerdings noch strenger als die Eltern, denn es reagiert schon auf unsere Gedanken. Wenn wir also denken, dass man das Geschwisterchen doch einfach wieder im Krankenhaus abgeben, es ersticken oder es auch einfach in die Mülltonne tun könnte, Gedanken, die uns noch nicht einmal bewusst sein müssen, so reagiert die Grenzwache Gewissen sofort. Man nennt das dann ein unbewusstes Schuldgefühl. Die Erfahrungen an dieser Grenze, also wie unsere bewussten und unbewussten Fantasien die Gebote doch immer wieder überschreiten und wie uns dies ein mehr oder weniger bewusstes Schuldgefühl macht – sie werden das als Seelsorgerinnen und Seelsorge zur Genüge kennen - sind für allerlei psychische Abwehrmaßnahmen und Symptome verantwortlich. Das bedeutet, dass die Psyche beständig mit meist konflikthaften Erfahrungen an der Grenze zu hat: Mit einer inneren Grenze zwischen bewusst und unbewusst und zwischen triebhaften Impulsen und deren Kontrolle oder Begrenzung. Die hier gemeinte Grenze kann man auch Verdrängungsschranke nennen. Was dem Ich oder dem Überich zu unbotmäßig erscheint, wird verdrängt, wird unbewusst. Aber diese verdrängten triebhaften Impulse versuchen beständig, über die Grenze zu kommen, um sich auszuleben. Die Grenze oder das Verbot reizt gerade dazu, überschritten zu werden. Das geschieht jede Nacht in den Träumen, allerdings hier meist in einer verrückten Verkleidung, so dass wir im Bewussten den eigentlichen Impuls nicht mehr erkennen können.

Da aber Menschen nicht Monaden, also abgeschirmte Einzel- sondern eben Sozialwesen sind, beziehen wir die Anderen in unsere inneren Grenzkonflikte mit ein. Denken Sie noch einmal an die Projektion. Ich kann den mörderischen Impuls gegen den Bruder auf ihn projizieren und kann ihn infolge scheinbar legitim dafür bestrafen; nicht ich will ihn, sondern er mich angreifen und dann habe ich alles Recht, mich zur Wehr zu setzen. Oder ich kann meine eigenen sexuellen Begierden auf den Anderen projizieren und so sein Beziehungsleben kontrollieren. Der Preis dabei ist meist eine sich nicht an der Realität orientierende Eifersucht. Oder ich kann mein Gewissen projizieren und sagen, warum haben die Eltern oder der liebe Gott mir denn nicht die Hand festgehalten beim Schlag gegen den Bruder.

Zusammenfassend: Wir haben drei wichtige Hintergründe für das Ringen an Grenzen sichtbar machen können:

Ausgangspunkt ist die zuletzt genannte Problematik, dass die menschliche Psyche in ein beständiges und andauerndes Konfliktgeschehen zwischen Triebansprüchen und Moral oder Ethik verwickelt ist.

Sodann die Schwierigkeit, dass wir die Wahrheit über uns selbst kaum ertragen können. Und schließlich die weitere Schwierigkeit, dass wir das Anderssein des Anderen nur mühsam akzeptieren können.

Da die intrasubjektiven Spannungen häufig schwerer zu ertragen sind als die zwischenmenschlichen, neigen wir dazu, Andere in unsere Seelenarbeit einzubinden, sie für unseren eigenen Seelenhaushalt zu nutzen. Der intrapsychische Grenzverkehr zwischen triebhaften Wünschen und moralischen Verboten wird zum interpsychischen Grenzverkehr zwischen Ich und Du.

4. Das Selbstbewusstsein als Resultat eines Grenzverkehrs

Der Mensch ist ein soziales Wesen, d.h. ohne den Anderen gar nicht denkbar. So fragt z.B. phänomenologische Pädagogik wie die Welt dem Menschen und er dabei sich selbst zu Bewusstsein kommt (Loch 1989, S.1196). Das sogenannte Selbstbewusstsein und das Bewusstsein von der mich umgebenden Welt – beides lässt sich nicht voneinander trennen. Wiederum hören sie: Grenze zwischen Selbst und Welt und gleichzeitig den Grenzverkehr.

Wie kommen wir zu einem Bewusstsein von uns selbst und von der Welt?

Dazu werfen wir einen Blick in die Entwicklungspsychologie.

Noch vor gut 30 Jahren war man davon ausgegangen, dass das Baby aufgrund seiner intrauterinen Erfahrungen zunächst mit seiner engsten Beziehungsperson der Mutter in einem symbiotischen Universum lebt, so als gäbe es keine Grenze zwischen Ich und Du. Man nahm an, dass sich das Baby als ein psychisches Selbst aus dieser Symbiose mühsam herausarbeiten muss. Für diese entwicklungspsychologischen Überlegungen stand der Name Margret Mahler. Unter dem Einfluss psychologischer Säuglingsforschung ist man schließlich zu neuen Erkenntnissen und einem neuen Bild des Babys gekommen. Wir glauben heute zu wissen, dass das Baby mit einer enormen genetischen Ausstattung von Beginn des Lebens an ein Subjekt ist, das zwar auf die liebevolle Pflege und Versorgung lebensnotwendig angewiesen ist, aber nicht in symbiotischer Form, sondern als ein Selbst in Beziehung zu einem Selbst des oder der Anderen. Für diese entwicklungspsychologischen Gedanken stehen die Namen Daniel Stern und Martin Dornes, dessen Begriff vom kompetenten Säugling fast sprichwörtlich geworden ist.

Und doch hat das Baby noch kein Bewusstsein von sich selbst. Es selbst ist zunächst von Affektzuständen bestimmt. Es ist gleichsam Schmerz im Bauch, der später Hunger heißen wird. Alle die Gefühle, die wir Erwachsenen *haben*, sind beim Baby zunächst Erregungszustände oder affektive Stürme. Sie überschwemmen das Kind. Um schließlich ein Gefühl zu entwickeln, also z.B. Liebe, Angst, Sehnsucht, Einsamkeit, Zorn, Vertrauen, Geborgenheit, Hoffnung, Zuversicht, Enttäuschung, Kränkung usw., sind wir notwendigerweise angewiesen auf den Anderen. Aus den Erregungszuständen und affektiven Stürmen entwickeln sich mit Hilfe der bedeutsamen Anderen, also wesentlich unserer Eltern, jene genannten Gefühle, die ja letztlich auch nur zu denken sind in Bezug auf jemanden: man liebt oder hasst jemanden. Haben unsere Eltern selbst kein differenziertes Gefühlsleben, sind sie in einer Sturm- und Drangphase stecken geblieben, so haben wir es deutlich schwerer, selbst ein differenziertes Gefühlsleben zu entwickeln. Aber, aufgrund der genetischen Ausstattung sind Kinder soziale Suchwesen, d.h. wenn die Eltern nicht hinreichend behilflich sind, suchen die Kinder gewissermaßen Ersatzobjekte, so etwa Großeltern oder andere Verwandte, Kindergärtnerinnen, Nachbarn usw.

Wie nun helfen die bedeutsamen Anderen dabei, dass der Mensch sich seiner Gefühle bewusst wird?

Ich hatte schon darauf hingewiesen: Es ist schwer, bei einem Baby schon von Gefühlen zu sprechen. Für das Baby ist z.B. Hunger eher wie ein „Reißen im Bauch“, allein sein wie ein Zerbrechen des Lebenszusammenhangs und auf Frustration folgt eher eine Art innere Überflutung. Beobachtet man einmal Mütter bei ihrem Umgang mit dem Baby, so kann man feststellen, dass sie das nie stumm tut. Sie – und übrigens auch alle anderen Erwachsenen sprechen mit dem Baby. Das Baby wird gleichsam von einem Sprachbad umhüllt. Und diese Sprache ist nicht einfach sinnloses Gebrabbel, sondern sie bezieht sich in Inhalt und Ton auf das, was das Baby zeigt. Für all das, was das Baby umtreiben mag, für all diese emotional, geistigen Sensationen, findet die „hinreichend gute Mutter“ Worte. Was sind diese frühen Worte? Es sind Worte, die die Gefühle zu benennen versuchen, die die Mutter aufgrund ihrer Einfühlung erspürt. Solche Worte kann man also Gefühlsbehälter nennen. Eben **so** hilft sie dabei, aus einer emotional geistigen Sensation ein Gefühl zu machen, also etwas, was durch das Wort, den Gefühlsbehälter, gehalten ist und sich somit abgrenzen lässt gegen anderes.

Beispiel aus unserer erwachsenen Erfahrung: Es gibt Situationen, in denen sind Menschen ganz und gar Affekt. Im Jähzorn z.B. fehlt dem Menschen die Möglichkeit, sich selbst noch zu erspüren oder zu betrachten. Der Zorn füllt die ganze Person aus, man ist durch und durch reiner Zorn, man agiert, tobt, schreit, schlägt um sich. Die Sprache ist die menschliche Möglichkeit, den Affekt zu halten. Freud sagt, solange wir noch sprechen, müssen wir nicht schießen.

Warum kann die Mutter Worte finden für die Sensationen und Affekte des Kindes?

Die physiologische Basis dafür sind die sogenannten Spiegelneuronen in unserem Gehirn. Sie kennen diese Phänomene aus dem Alltag: Jemand erzählt von bestimmten Schmerzen und sie merken, wie sich in ihrem eigenen Körper etwas zusammenzieht. Sie können den Schmerz fühlen ohne ihn zu haben. In Verbindung mit diesen Spiegelneuronen entwickelt sich das, was wir schließlich „Empathie“ nennen. Psychologisch heißt das, das wir etwas vom Anderen in uns aufnehmen, es gleichsam selbst schmecken, dafür ein Wort finden und dieses dem Anderen als vokale Nahrung zurückgeben. Die Mutter ist in diesem Sinne zunächst selbst ein verdauender oder verstehender Behälter und indem sie für das zu Verdauende ein Wort findet, begrenzt sie die Sensation, ordnet sie ein und gibt den Wortbehälter **und** ihre Fähigkeit, Sensationen einen Halt zu geben, an das Kind zurück. In sehr kompakter Sprache nennt die Psychoanalyse dies das „container-contained-Modell“. Auch unsere Alltagssprache hat dafür Worte gefunden: Halten, Aushalten, man spricht von geteiltem Leid, das nur so halb groß (einer trage des anderen Last) und geteilter Freude, die doppelt so groß ist.

Gehen wir noch etwas weiter: Wenn im Wort das Gefühl aufgehoben ist, dann hat die Aussprache dieses Wortes eben den Ton des Gefühls. Wir stimmen uns im Ton auf das im Wort gehaltene Gefühl ein. Auch dies üben wir in den frühen Interaktionen ein.

Beispiel:

Das Kind beginnt die ersten Gegenstände zu bewegen und findet heraus, wie man kleinere Schachteln in größere legen oder kleinere auf größere stapeln kann. Mutter oder Vater sind dabei, beobachten und begleiten das Tun mit Sprache und Ton. Um das Gelingende zu bestätigen ist der Ton hoch und hell, um misslingendes zu begleiten eher tief und dunkel. Aber, der Ton muss stimmen. Wäre die Freude der Eltern überschießend und der Ton zu heftig oder kreischend, ist das Kind irritiert und beginnt zu weinen,

ebenso bei misslingendem. Auch hier wird der Affekttonus des Kindes von den Eltern aufgenommen, übersetzt und zurückgegeben. Aber, er muss stimmen. Dieses nennt man „affect-attunement“.

Um sich selbst zu fühlen und schließlich ein Bewusstsein von sich selbst zu bekommen, ist der Mensch auf ein Gegenüber, einen Anderen angewiesen. Die Fähigkeit, sich zu sehen, zu spüren, zu verstehen, kommt vom Anderen zu uns. Als Kaspar Hauser hätten wir kein Bewusstsein von uns selbst. D.h. bei allen gegebenen und notwendigen Grenzen zwischen Ich und Du, sind wir auf Grenzüberschreitungen oder eben auf eine Art Grenzverkehr angewiesen. Wir sind genetisch programmiert auf Sprache, aber jedes Wort, jede liebevolle Geste, jedes Verstehen kommt von Außen, es ist gewissermaßen vor uns da und wird auch nach uns da sein.

Also: Das Wort, der Ton, die Sensation, das Gefühl, der Wunsch, das Subjekt und der bedeutsame Andere gehören immer schon zusammen. Das Subjekt erkennt sich in der Sprache (im weiten Sinne des Wortes), lernt sich kennen mithilfe der Sprache, die immer um es herum ist, wie in einem vokalen Spiegel (Sloterdijk 1998, S. 501). Das Subjekt gewinnt mit Hilfe des Anderen durch einen Grenzverkehr ein Bewusstsein von sich selbst.

Diese entwicklungspsychologisch/anthropologische Voraussetzung ist auch der Hintergrund für unsere Möglichkeit, seelsorgerlich tätig zu werden. Die humanistische Psychologie nannte und nennt das: Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte. Die Emotion des Anderen muss die Seelsorgerin zuerst in sich fühlen, um sie dann als Mitgefühl in Sprache zu bringen, für die ein Klient noch keine Worte gefunden hat. Kleiner Grenzverkehr.

5. Die Grenze unseres Könnens

Ein Bewusstsein von sich selbst umfasst also das Gefühl für die eigenen inneren Bewegungen, die in der Regel immer etwas mit jemandem zu tun haben und es umfasst das, und damit will ich zum Schluss kommen, was man ein Könnensbewusstsein nennt: Ich kann laufen, bauen, lernen, kochen, schreiben, denken, handwerken, Seelsorgegespräche führen, eine Gruppe leiten usw. - manches davon gut und manches weniger gut. Hier nun haben wir es mit einer anderen Grenzerfahrung zu tun.

Wieder soll die Entwicklungspsychologie helfen zu verstehen, wie sich das Könnensbewusstsein entwickelt. Vielleicht ist das erste Gefühl eines geradezu allmächtigen Könnens verbunden mit unserem Weinen, Schreien oder Rufen. Der Säugling weint oder schreit, jemand kommt und versucht, Abhilfe zu schaffen gegen das Unwohlsein. Man kann also durch seinen Ruf jemanden in Bewegung versetzen. In vielen unserer Gebete scheint diese Urform von Können und gewissermaßen auch Macht wieder auf.

Zugleich aber erfährt jeder Mensch, dass diese Gleichung nicht immer aufgeht, man ruft und niemand kommt, niemand antwortet. Das Gefühl, allmächtig etwas zu können wird begrenzt, zunächst indem der Andere sich unseren Einflüssen entzieht und so wird Ohnmacht erfahren.

Geht es dann um das Laufen, das Klettern, das Bauen, das selbständig mit Besteck essen usw. so kann man einen enormen Willen des Kindes beobachten, all das zu können. Vieles gelingt und macht dem Kind ein Triumphgefühl, manches misslingt und schmerzt und macht wütend oder deprimiert. Sehr mühsam muss das Kind erfahren, dass vor so vielen Erfolgen zunächst die Übung und der Schweiß liegt, denn eigentlich denkt das Kind, es kann alles unmittelbar und sofort. Dabei geht es um die schmerzliche Erfahrung, dass die eigene Ausstattung und Begabung dem Subjekt Grenzen setzt. Der Schmerz

darüber wird wiederum kompensiert durch die Fantasie; in Tagträumen etwa ist das Kind allmächtig und groß.

Dieser Erfahrungsbereich von Begabung und Nichtbegabung, von Können und Nichtkönnen, begleitet den Menschen sein ganzes Leben hindurch. Mit dieser Grenze umzugehen, sie zu akzeptieren bei allem Schmerz und Ohnmachtsgefühl, die eine solche in uns selbst liegende Grenze einem bereitet, gehört zu den schweren Aufgaben des Erwachsenseins. Wie schwer diese Akzeptanz ist zeigt sich darin, dass auch Erwachsene immer wieder versuchen, über ihre Grenzen hinauszugehen in der Arbeit oder im Sport. Kommt man an seine Grenzen, versucht man häufig die Grenzen durch Prothesen auszuweiten: Medikamente, Dopingmittel, aber auch durch die Technik und die Wissenschaft. Weil der Mensch nicht fliegen kann, erfindet er ein Gerät, mit dem man fliegen kann. Sie merken, die Akzeptanz, etwas nicht zu können, ist schwer, denn in unserer vom Unbewussten bestimmten Fantasie möchten wir allmächtige Alleskönner sein und wir lassen uns nur sehr ungern darauf hinweisen, dass wir Schwächen und Grenzen haben. Deshalb nannte Freud den Menschen einen Prothesengott; der Mensch versucht mithilfe von Prothesen Gott ähnlich zu sein; H.E. Richter nannte das den Gotteskomplex.

6. Schluss

Grenzen, wer wollte das bezweifeln, sind notwendig und hilfreich. In der Grenzenlosigkeit würden wir uns verlaufen und unser Menschsein verfehlen. Grenzte man sich allerdings so stark ab, dass nichts und niemand mehr an uns heran- oder in uns hineinkäme, so würden wir vereinsamen und ebenso unser Menschsein verfehlen. Daher hielt ich es für nötig, mit Ihnen über den Grenzverkehr nachzudenken.

Die Grenze selbst übt dabei immer einen Reiz aus, sie zu überschreiten. Jede verschlossene Tür (Blaubart), jedes Verbot (die Äpfel in Nachbars Garten), jede Einschränkung unserer Möglichkeiten reizt uns zur Überschreitung. Selbst mit dem absoluten Grenzsitzer, dem Tod, versuchen wir noch zu handeln wie es uns in manchen Märchen erzählt wird oder wie die Religion es uns mit dem ewigen Leben anbieten möchte.

Zusätzlich können wir als soziale Wesen gar nicht anders, als die Grenze zwischen Ich und Du immer wieder durchlässig zu halten und sie zugleich zu bewahren. Deshalb konnte behauptet werden, dass die Grenze immer auch die Verbundenheit mit dem Anderen anzeigt.

Nun denke ich aber, haben wir auch die Grenze von Aufmerksamkeit und Zuhören erreicht und daher bedanke ich mich dafür, dass sie es zugelassen haben, dass ich Worte in Ihre Ohren träufeln konnte.