

MACHT der herkunft

WAS

UNS

PRÄGT...

Eine kleine Betrachtung
darüber, was dich und
mich ausmacht.

von Christine Kammerer

Die Tiefen unseres Geistes kennen wir nicht -
Nach innen geht der geheimnisvolle Weg.
In uns, oder nirgends, ist die Ewigkeit mit ihren Welten,
die Vergangenheit und Zukunft.

Novalis (1772-1801)



1. Evolution

Am Anfang war die Amöbe. Von der Amöbe bis zu dir und mir war es ein langer Weg. Ein Weg, der nur möglich wurde durch Veränderung - denn Stagnation bringt nichts Neues hervor.

Heuer feiern wir den 150. Geburtstag der Darwin'schen Grundprinzipien: Mutation, Selektion und ständige Veränderung sind Motor der Evolution. Kleine Fehler in der Fortpflanzung führen zu immer neuen Variationen des Lebens. Die Auswahl erfolgt nach pragmatischen Kriterien: Was nicht überlebenstüchtig ist, wird verworfen.

Du, ich und die Amöbe, wir haben es bis zum heutigen Tage geschafft. Unsere Existenz beruht auf einer schier unendlichen Aneinanderreihung von Fehlern. Doch im Rahmen der Evolution gibt es keine sinnlosen Versuche - der Irrtum ist Teil des heimlichen Plans. Ohne die schöpferische Genialität des Fehlers hätte ein so wunderbares Wesen wie der Mensch nie entstehen können. Fehler offenbaren unerdenkliche Möglichkeiten jenseits unserer begrenzten Vorstellung und machen dadurch Entwicklung überhaupt möglich.

Auf dem Wege der Evolution entwickelte sich unter anderem das Bewusstsein des Menschen. Auch unser Bewusstsein muss also auf irgend eine Art und Weise unserem Überleben dienlich sein - andernfalls wäre diese Spielerei der Natur ja längst in einer evolutionären Sackgasse gelandet. Was bringen wir sonst noch mit ins Leben? Charles Darwin bezog sich vor allem auf unser biologisches Erbe, aber auch auf unsere geistigen Eigenschaften, Gefühle und Ausdrucksweisen. Seine Theorien waren vor 150 Jahren allemal ketzerisch, stellte doch die Lehre von der Abstammung des Menschen vom Tier das damals herrschende Dogma der göttlichen Schöpfung in Frage. Sigmund Freud bezeichnete dies als die zweite große Kränkung der Menschheit nach der kopernikanischen Wende: Durften sich unsere Vorfahren bis dato noch als Gottes Kinder fühlen, schleuderte Darwin ihnen nun ins Gesicht: „Eure Vorfahren waren Affen!“

2. Das Unbewusste

Die dritte große Kränkung, so Freud, habe er der Menschheit selbst zugefügt - indem er behauptete, das ICH sei nicht „Herr im eigenen Haus“. Im Rahmen seiner Psychoanalyse entwickelte er die Theorie, dass das bewusste Denken nur einen kleinen Teil der Informationsverarbeitung im Gehirn darstelle. Damit wurde erstmals in der Geschichte dem Unbewussten jene große Bedeutung beigemessen, die ihm zusteht - auch nach den modernsten Erkenntnissen der Neurowissenschaften.

Unser Gehirn arbeitet aus Gründen der Effizienz sehr rational. Daher entsorgt es alles auf eine externe Festplatte, was unser System überlasten würde und für unser Überleben nicht unmittelbar relevant ist - oder gerade weil es möglicherweise das Überleben gefährdet, wie z. B. traumatische Erlebnisse in der frühen Kindheit. Ein Kind, dessen Mutter im Wochenbett stirbt, hat keine Möglichkeiten, diesen Schick-

salsschlag bewusst zu reflektieren und damit zu verarbeiten - weil er aber unter Umständen lebensbedrohlich sein kann, wird er bis auf Weiteres ins Unbewusste, ins Vergessen abgeschoben. Auch peinliche Gefühle und alles, was große Angst erregt, Triebe und Instinkte, verbotene Wünsche und sonstige (noch) nicht lösbaren inneren Konflikte liegen dort auf Halde und brodeln vor sich hin. Und ohne, dass wir uns dieser Inhalte bewusst sind, wirken sie sich auf unser Leben aus, beeinflussen unsere Einstellungen, Emotionen und unser Verhalten.

Freud nannte den Herrscher über unser Sein und Handeln aus dem Unbewussten „das ES“ - eine mächtige Instanz und eine der tragenden Säulen unserer Persönlichkeit. Und er sagte: „Wo ES war, soll ICH werden.“ Je mehr du dir also bewusst machen kannst, welche Energien aus dem ES auf dich wirken, desto mehr gewinnst du an persönlicher Freiheit, desto mehr kannst du „Ich Selbst“ sein.

3. Das kollektive Unbewusste

Carl Gustav Jung ging noch einen Schritt weiter: Er attestierte gleich der gesamten Menschheit ein „kollektives Unbewusstes“ - sie sei geprägt durch einen Mangel an „Selbstsein“, der wiederum auf dem „Verlust der religiösen Wurzeln“ beruhe.

Das kollektive Unbewusste reicht bis in die Anfänge des Menschseins zurück und wird ebenso vererbt, wie unsere biologische Mitgift. Es ist ein gigantischer Speicher, gespeist aus vielen Quellen und entstanden während der gesamten Evolution vom Tier- zum Geistwesen. Wir alle tragen die stammesgeschichtlichen Erfahrungen unserer Ahnen, die charakteristischen Wesenszüge der Art Mensch, die Stimme einer unbeeinflussten Urnatur in uns - und diese strebt nach Ganzwerdung, betonte C.G. Jung. In jedem Menschen scheint dieser Drang angelegt zu sein, sich mit dem Selbst zu verbinden, indem er seine Persönlichkeit durch Selbsterkenntnis weiterentwickelt. Das kollektive Unbewusste zeigt sich in den seit Menschengedenken vorhandenen Archetypen, die uns in Märchen, Mythen und Träumen aller Kulturen begegnen. Es zeigt sich jedoch auch in der „Massenpsyche“, die während der beiden Weltkriege „die Oberhand gewonnen“ habe - und immer wieder gewinnen kann, wie Jung warnt. Eine Gesellschaft kann moralisch und intelligenzmäßig zu einem großen, dummen und gewalttätigen Tier verkommen, der Einzelmensch wird dann vom kollektiven Bewusstsein gleichsam aufgesogen.

4. Kultur

Kultur formt. Jeder Mensch wird in Amerika lebend über kurz oder lang zum Amerikaner und in Afrika zum Afrikaner. Die Gemeinschaft erzwingt bestimmte Verhaltensweisen, indem sie Anpassung an die herrschenden Normen fordert. Abweichungen von diesen Regeln erzeugen Schuldgefühle. Viele dieser Regeln werden bereits seit Jahrhunderten gepflegt

WAS UNS PRÄGT...

Unser Leben ist in die Zukunft gerichtet,
doch unsere Mitgift entstammt der Vergangenheit.



und sind häufig als ungeschriebene Gesetze besonders wirkungsvoll oder sogar mit Tabu belegt - ihr Sinn und Zweck darf nicht mehr hinterfragt werden. Besonders deutliche Beispiele dafür sind etwa Beschneidungsrituale oder die Tradition der Blutrache. In einem bedenklichen Sinne prägend werden solche Regeln, wenn sie für Natur- oder gar Gottgegeben erklärt werden, wie z.B. die untergeordnete Rolle der Frau. Die Hüter dieser Regeln benutzen solche Klischees (oft nicht einmal bewusst), um gewohnte Strukturen auf ewiglich zu zementieren, obwohl bei realistischer Betrachtung angemessene Lösungen für jeden der Beteiligten ohne Weiteres möglich wären. Einmal gesetzte Normen, die über eine gewisse Zeitspanne mit Nachdruck geltend gemacht wurden - so wie zum Beispiel die Apartheid - halten sich hartnäckig in den Köpfen, selbst dann noch, wenn sie längst aufgehoben sind. Hinzu kommen tief sitzende Urängste wie die Angst vor dem Fremden, die zu unserer biologischen Grundausstattung gehört und sich über viele Jahrtausende hinweg als Überlebensstrategie bewährt hat. Diese Erfahrungen sind uns förmlich eingebrannt, und sie zu überschreiben bedarf aktiver Bewusstmachungsprozesse. Wo diese nicht stattfinden, sind Projektionen unausweichlich: Der Fremde wird zum Zerrbild nicht integrierter eigener Anteile. Auch Barack Obama - ich lese gerade seine Biografie - war in jungen Jahren beinahe besessen von der Idee, die Angst

der Weißen vor den Schwarzen zu verstehen, „um diese Krankheit heilen zu lernen“. Letztendlich erkannte er aber die Angst der Anderen als seine eigene - er musste lernen, sich selbst zu verstehen und begriff bald darauf, dass auch die Überidentifikation mit der eigenen Kultur problematisch werden kann. Seine Auseinandersetzung mit Malcolm X, der es sich zur Lebensaufgabe gemacht hatte, den Rassismus der Weißen anzuprangern, brachte Obama schließlich zu der Einsicht: *„Meine Identität mag mit meiner Hautfarbe beginnen, aber sie hört nicht dort auf, kann dort nicht aufhören.“*

5. Vergangenheit & Geschichte

Natürlich beeinflussen auch historische Begebenheiten das Kollektiv und somit jeden Einzelnen von uns. Doch selbst wenn wir uns auf wissenschaftliche Theorien berufen, müssen wir einräumen, dass diese nur unzulängliche Abbilder der Wirklichkeit sind. Die Geschichte der Menschheit ist je nach Betrachtungsweise eine Geschichte der Kriege und der Gewalt oder eine Geschichte der Bewusstwerdung und der geistigen Evolution - oder eben beides, denn tatsächlich kamen immer mehr Menschen in den Genuss politischer Rechte (wenn auch oftmals in langwierigen Prozessen und unter grausamen Umständen).

Das Dilemma mit der Geschichtsschreibung besteht darin, dass wir der Einfachheit halber gerne das Geschriebene für wahr nehmen - und dass es sich in unseren Gehirnwindungen einnistet, je öfter wir es in anderem Kontext bestätigt finden. Doch diese „Wahrheiten“ sind relativ. Und sie werden nicht wahrhaftiger dadurch, dass einer sie vom anderen abschreibt. Die Bewertung historischer Ereignisse kann je nach Standpunkt des Betrachters und je nach seinem kulturellen Wertesystem vollkommen anders ausfallen. Ein Geschichtsschreiber der arabischen Welt wird die Kreuzzüge sicherlich anders darstellen, als ein christlich-abendländisch geprägter Historiker. Und ein Bewohner Bagdads hat gewiss einen anderen Standpunkt zur jüngsten Geschichte seiner Heimat als ein US-Staatsbürger fernab der Geschehnisse, auch wenn beide sich um Objektivität bemühen. Ja selbst ein und derselbe Mensch ändert seine Standpunkte im Laufe des Lebens: Bereichert durch Wissen, Erfahrung und Einsicht reflektiert der 34-jährige Obama in seiner Biografie die eigenen Sichtweisen damals als 20-Jähriger:

„Meine Ansichten kleidete ich in Theorien, die ich irgendwo gelesen hatte, in der irrigen Annahme, sie könnten allein dadurch als einigermaßen bewiesen gelten. Doch wenn ich nachts im Bett lag, entglitten mir die Theorien, wurden ersetzt durch romantische Bilder einer Vergangenheit, die nicht die meine war.“

6. Ahnen & Vorfahren

Wer wie ich zu den glücklichen Menschen gehört, die ihren Stammbaum einige Generationen zurück verfolgen können, wird bald feststellen, wie unüberschaubar sich die Äste bereits bei den Urgroßeltern zu verzweigen beginnen. Das legt den Gedanken nahe, dass wir alle in irgendeiner Weise miteinander verwandt sind - nicht umsonst pflegen viele Kulturen die Vorstellung einer „Urmutter“ und eines „Urvaters“, von denen alle nachfolgenden Geschlechter abstammen. Und dennoch: Je mehr ich über meine individuellen Vorfahren in Erfahrung bringen kann, desto deutlicher treten charakteristische, oft auch unerlöste Themen hervor, die in die nächsten Generationen weiter getragen wurden. Es ist eben kein Zufall, dass eine Familie immer wieder von ähnlichen Schicksalsschlägen getroffen wird - wie z. B. dem frühen und jähen Verlust der Ehemänner bzw. Väter, der sich dann merkwürdiger Weise auch nach den Kriegen fortsetzt. Wenn solche Themen sich in deiner eigenen Familiengeschichte wiederholen, ist dies eine Aufforderung, genauer hinzusehen, denn sie drängen nach Aufarbeitung und Erlösung, nach einer Trauerarbeit, die bis heute nicht vollzogen wurde.

Unsere Vorfahren waren Menschen, und als solche begingen sie mitunter auch gravierende Fehler. Wir können uns der Schätze, die sie uns vererben, nur bemächtigen, wenn wir den Fehler als eine Grundkonstante des Menschseins begreifen. Die Ahnen können uns Vieles über uns selbst mitteilen und so zu unserer Ganzwerdung beitragen - selbst wenn sie schon lange das Zeitliche gesegnet haben.

7. Mutter & Vater

Wenn du nach deiner Herkunft forschst, stehen am Anfang Vater und Mutter. Ganz gleich ob beide Elternteile anwesend waren oder nicht - du bleibst ihnen ein Leben lang aufs Engste verbunden und identifizierst dich mit ihnen, im Guten wie im Bösen. Auch deine spätere Rolle als Mutter oder Vater und deine Beziehungen zu anderen Menschen werden ganz wesentlich von den eigenen Eltern geprägt.

Unsere Eltern verkörpern in ganz besonderer Weise die Chance auf Selbsterkenntnis und Integration. Die Fehler der Ahnen erscheinen seltsam abstrakt und fern - in der Person des Vaters oder der Mutter werden sie sehr konkret und greifbar. Die starke Identifikation führt beim kleinen Kind zur Idealisierung, beim Pubertierenden zur Ablehnung - beides Symptome einer gesunden Entwicklung zum Er-Wachsenen. Sehe ich nur das Idealbild, verleugne ich den mit Fehlern behafteten Anteil, verharre ich in der Ablehnung, ignoriere ich die guten Seiten - und beide gehören zum Menschsein und zum Ich-Selbst-Sein dazu.

Das Erwachsenwerden schaffe ich also nur dann, wenn es mir gelingt, Mutter und Vater mit all ihren Fehlern und Schwächen anzunehmen, zu lieben und zu integrieren. Gefangen in einer (kindlichen) Welt von Gut und Böse, in der ich die guten Anteile in mir und die bösen im anderen (oder umgekehrt) verorte, bin ich unweigerlich dazu verdammt, die Muster meiner Kindheit zu wiederholen. Und solange ich auf dieses infantile Beziehungsbild fixiert bin, wird auch eine echte Bindung an einen Partner nicht möglich sein.

8. Schwangerschaft-Geburt-Kindheit

Ab dem Zeitpunkt, wo unsere Seele in diesen Körper eingezogen ist, machen wir Erfahrungen. Und mal abgesehen von den kollektiven Einflüssen wie Kultur, Geschichte oder Ahnen, sind wir zu Beginn vergleichbar mit einem leeren Gefäß, das sich nach und nach mit Erlebnissen, Empfindungen und Eindrücken füllt. So lässt sich auch erklären, warum die ersten Erfahrungen (bis ca. 3 Jahre) die prägendsten sind - sie bilden sozusagen den „Bodensatz“, der sich mit allem, was später dazu kommt vermischt und darauf Einfluss hat.

Als Neugeborene leben wir sozusagen vollkommen im „ES“ - genau genommen sind wir anfangs ein egoistisches kleines Tier, das lautstark die Erfüllung seiner Bedürfnisse einfordert. Durch jede einzelne Wahrnehmung entwickelt sich aber Schritt für Schritt unser Bewusstsein. Besonders prägend für diese ersten Sensationen ist die Interaktion mit der Mutter. Sie ist der Quell unserer Nahrung, unserer Geborgenheit, und Selbst-Sicherheit. Wenn sie kommt, sobald ich schreie, dann entwickle ich Ur-Vertrauen - und wenn sie mich auf das Fläschchen warten lässt, weil es erst noch gewärmt werden muss, lerne ich erste Grenzen und Regeln kennen. Bald darauf mache ich die sensationelle Entdeckung, dass Mutters Hand nicht meine Hand ist - ich bin ICH und du bist DU!... All das sind die Anfänge unseres ICH, und unseres Selbst-Bewusstseins. Diese Entwicklung vollzieht sich über die

WAS UNS PRÄGT...



ganzen Kindheitsjahre, vorwiegend in unmittelbarer Wechselbeziehung zum Verhalten der primären Bezugspersonen. Je nachdem, ob wir unser Umfeld liebevoll und zugewandt, sehr streng oder gar desinteressiert erleben, verhalten wir uns entsprechend zurück - öffnen uns dem Leben oder befolgen nur blind die Regeln, weil wir Strafe fürchten. Diese unbewussten Einstellungen und Verhaltensweisen formen unseren Charakter.

Wir haben die Wahl

Der heutige Stand der Evolution: Der Mensch ist im Hinblick auf Fehleranfälligkeit und Lebenstüchtigkeit eine suboptimale Lebensform - und dennoch wurde dieses merkwürdige Geschöpf nicht verworfen. Möglicherweise deswegen, weil wir als Erben der Menschheit über so viele Reichtümer verfügen, die weit über uns selbst hinaus weisen. Und weil gerade unsere Fehler die große Chance auf Entwicklung in sich bergen.

Du und ich, wir haben also die Wahl: Wir können für den Rest unseres Lebens unsere Eltern verfluchen, in Stagnation verharren und uns gegen Veränderung stemmen. Oder wir können beginnen, uns unserer Herkunft zu stellen, neugierig die Wirkungen der Vergangenheit auf unsere Gegenwart und Zukunft erforschen, die Ursachen für das, was vielleicht fehlt

ergründen... Alleine durch diese bewusste Auseinandersetzung werden wir uns unweigerlich verändern!

Wenn man den Begriff „Religion“ als ein „Sich-zurück-binden“ (lat. *re-ligio*) versteht, verliert er den Pathos heiliger Dogmen. In diesem Sinne verstehe ich auch die Forderung C.G. Jung's im Hinblick auf eine „religiöse“ Einstellung:

Die Rückbindung an unsere Herkunft verleiht unserem Leben Sinn. Nur wenn wir uns daran erinnern und gewahr werden, was uns prägt, können du und ich bewusst handeln und die Zukunft unserer Nachfahren verantwortungsvoll gestalten. Wir haben es in der Hand, denn...

...wir sind die Ahnen der Zukunft!

infos

Christine Kammerer

Jg. 1962, ist Politologin M. A., freie Journalistin, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Kunsttherapeutin. Sie ist Nürnbergerin aus Leidenschaft und beschäftigt sich am liebsten mit den „vier großen P“: Politik, Psychologie, Philosophie und Pädagogik.

Kontakt: www.christine-kammerer.de

