

Es war der reine Zufall, dass ich Viktor E. Frankl begegnet bin. Im Jahr 1969 war ich Studentin der Psychologie an der Wiener Universität. Frankl war damals a. o. Professor an der medizinischen Fakultät, an der wir „Psychologenvolk“ nichts zu suchen hatten. Wir gehörten zur philosophischen Fakultät. Nicht nur dies; Frankl hielt seine wöchentlichen Vorlesungen an Mittwochnachmittagen ab, und mittwochs war ich nie an der Universität, weil der Kindergarten, den mein Sohn damals besuchte, mittwochs geschlossen hatte.

Doch der Zufall hat kein Problem damit, unmöglich Scheinendes auf die Welt zu bringen. Eines Mittwochnachmittags gab es wider Erwarten eine kleine Festveranstaltung im Kindergarten, was mir ein Zeitfenster öffnete, und so schlenderte ich in Gesellschaft mehrerer Studenten durch die Gänge des alten Universitätsgebäudes, in dem die Vorlesungsankündigungen hingen. Jemand aus unserer Gruppe blieb stehen und deutete auf einen solchen Aushang. „Logotherapie und Existenzanalyse ...“ murmelte er, „was ist denn das?“ Ich wusste es nicht, und das irritierte mich. Nach neun Semestern Psychologiestudium sollte ich eigentlich Bescheid wissen. Ich blickte auf die Uhr. In zehn Minuten fing die genannte Vorlesung in der Wiener Poliklinik an. Ich beschloss hinzulaufen und sie mir anzuhören, nicht ahnend, dass sich damit mein Leben von Grund auf ändern sollte.

Es begann zunächst ganz unspektakulär. Ich war zwar fasziniert von dem kleinen weißhaarigen Professor, der mit rhetorischer Brillanz seine Thesen vertrat, aber ich hatte nicht die Reife zu erkennen, dass sich mir ein völlig neues Menschenbild auftat, das fast alles, was ich bisher in der Psy-

chologie gelernt hatte, in ein neues Licht tauchte. Mein Herz erkannte viel früher als mein Kopf, dass ich an jenem denkwürdigen Mittwoch von einem Stück „Wahrheit“ angerührt worden war, das mich erschütterte. Was hatte ich damals doch schon alles gelernt über die Abhängigkeiten des Menschen, über die Programmierung seitens seiner Gene und seiner Kindheitserfahrungen, über die angeborenen Charakterdispositionen, über die Macht der individuellen Lerngeschichte mit ihren ehernen Konditionierungsregeln! „Wüsste man sämtliche Details über einen Menschen“, hatte der Ordinarius Hubert Rohracher uns eingebläut, „dann könnte man jede kleinste Regung und Handlung dieses Menschen mit Exaktheit vorhersagen“. Noch hatte ich den gebieterischen Klang seiner Worte in den Ohren, da stand plötzlich Frankl vor uns Studenten und sprach in großer Schlichtheit und Authentizität von der Würde, geistigen Freiheit und Verantwortung des Menschen. Es warf mich geradezu um.

Heute muss ich darüber lächeln, wie sehr mich damals die Frage nach eventuell vorhandenen oder eben nicht vorhandenen Freiheitsgraden des Menschen beschäftigt hat. Inzwischen weiß ich – und zwar nicht nur aus der „Weisheit meines Alters“ heraus, sondern aus Tausenden von Gesprächen, die ich im Laufe meines beruflichen Wirkens mit ratsuchenden Menschen geführt habe – dass wir die grundlegenden Fragen, die wir ans Leben haben, selbst beantworten müssen. Denn die Antworten, die uns aus den Wissenschaften entgegenschallen, sind so stark von den jeweiligen Zeittrends beeinflusst, dass sie, kaum hat man sie verstanden, schon veraltet sind und von neuen abgelöst werden, die die früheren Ansichten als fehlerhaft entlarven. Wer kann die Freiheit der menschlichen Person, jenes ontologische Körnchen, jenes Splitterchen, das uns hoffen lässt, in eine transanimalische, spezifisch humane Dimension vorgedrungen zu sein, beweisen? Wer kann sie

widerlegen? In den 1960er Jahren war es die Experimentalpsychologie, Rohrachers „Steckenpferd“, die sie hinwegzuerklären versuchte, heute ist es die Neurobiologie, die sie im Zuge der modernen Hirnforschung anzweifelt, aber stets bleibt ein Rest an Unerklärlichem, stets umweht etwas Geheimnisvolles das Wesen „Mensch“, das sich analytisch-empirischer Erfassung entzieht. Uns sei der „Geist“ eingehaucht, meinten die Altvorderen, und genau der scheint immer noch zu wehen, ohne dass er sich in Labors einfangen ließe. Gut so, ich bin's zufrieden.

Nein, unsere innersten und intimsten Fragen beantwortet uns niemand, und wenn, dann erhalten wir eine derartige Menge an widersprüchlichen Antworten, dass wir alsbald „so klug sind wie zuvor“. Weswegen auch Frankl sich nicht anmaßte, mit seinen Theorien unbedingt recht haben zu wollen. Vielmehr drehte er die Perspektive der Sachlage kurzerhand um: Wir seien im Grunde gar nicht die „Fragenden“, wir seien vielmehr die „Antwortenden“, erläuterte er. Das Leben selbst sei es, das uns ständig „befrage“, indem es uns vor einzelne Situationen stelle und es uns überlasse, auf sie zu reagieren – auf eine Art und Weise unserer Wahl. Unsere Reaktion sei dann unsere „Antwort“ auf die uns jeweils gestellte „Lebensfrage“.

Das klingt kompliziert und ist doch sehr einfach, vorausgesetzt, man macht sich die ungeheure Bedeutung solch umgedrehter Perspektive klar. Die Erlösung von den quälenden Fragen ist phänomenal. Das Bewusstsein, selber am „Antwort-Zug“ zu sein, motiviert, nach Bestantworten Ausschau zu halten. Allein durch dieses gedankliche Doppelpack: Fragen-erlösung und Antwortbewusstsein, habe ich unzählige vom Schicksal gebeutelte Menschen sich wieder aufrichten gesehen. Dem Genie Frankl ist hiermit eine „kopernikanische Wende“ astronomischen Ausmaßes gelungen, wengleich nicht in der Astronomie, sondern in der (Lebens)Philosophie.

Da wird jemand vom Leben befragt: „Deine Tochter ist faul und lernt nicht für die Schule. Was machst du jetzt?“ Da wird ein anderer gefragt: „Du bist 60 Jahre alt und hast eine chronische Krankheit. Was beschließt du nun?“ Und da wird ein dritter gefragt: „Du suchst und suchst nach einem Arbeitsplatz und scheffelst lauter Absagen ein. Wie gehst du damit um?“ Freilich sind dies schwierige Fragen, und es braucht schon allerhand Kapazitäten, um sie möglichst klug zu beantworten. Aber Antworten gibt es dennoch in Hülle und Fülle. Man kann das Töchterchen schlagen, verfluchen, zur Nachhilfe schicken, in eine andere Schule versetzen, gleichgültig gewähren lassen, lieben, wie es ist, und vieles mehr. Man kann sich mit 60 Jahren vor der Welt verkriechen oder ihr mit Interesse zuwenden, man kann den ganzen Tag lang jammern, wie sehr man leidet, oder die Beschwerden tapfer ertragen, man kann mittels Kuraufenthalten, Sport und Diäten um eine körperliche Regeneration kämpfen oder sich apathisch ins Elend fallen lassen, etc. Auch angesichts von Arbeitslosigkeit bietet sich ein Fächer an Möglichkeiten an, der von Umschulungen, Fernstudien über Auswanderungen, Eigenunternehmen bis hin zum Ersäufen der Misere in Alkohol reicht. Es mangelt nicht an potentiellen Antworten, die der homo sapiens seinem ihn immer wieder herausfordernden Schicksal geben kann, aber es mangelt oft an der Einsicht, *welche* solcher Antworten wert und würdig sind, tatsächlich ergriffen und umgesetzt zu werden. Da tut sich derjenige, der das Fragen loslassen kann, um sich mit voller Konzentration dem Antwortproblem zu stellen, unvergleichlich leichter als derjenige, der im Fragengespinnst hängen bleibt. „Warum ist gerade meine Tochter so faul in der Schule?“ „Womit habe ich es verdient, schon mit 60 Jahren ein Wrack zu sein?“ „Wieso will mich keiner am Arbeitsmarkt haben?“ Man fragt und fragt, grübelt und grübelt, zimmert sich Begründungen zu-

sammen, die kaum mehr als Hypothesen sind, und dreht sich dabei zunehmend ins Selbstmitleid hinein. Die hilfreichen, schönen, befriedenden Antworten bleiben auf der Strecke ...

Dabei ist das Leben trotz aller Ungerechtigkeit, mit der es seine Füllhörner ausschüttet, nicht einseitig. Es konfrontiert uns auch mit Fragen, die – wie es scheint – babyleicht zu beantworten sind. Etwa in der Art: „Du hast zwei fröhliche, tüchtige Kinder. Was machst du jetzt?“ „Du hast deine Operation gut überstanden und bist wieder genesen. Was beschließt du nun?“ Oder: „Bei deiner Arbeit hast du Erfolg und bekommst eine Menge Anerkennung. Wie gehst du damit um?“ Seltsam, dass man bei solch angenehmen Lebensfragen über miserable Antworten stolpern kann; aber man kann! Es gibt genügend Menschen, die das Verhältnis zu ihren wohl geratenen Kindern unnötig trüben, ihren gesunden Organismus mutwillig ruinieren oder ihre Karriere als selbstverständlich betrachten und nach immer höheren Machtpositionen gieren. Könnte man die Häufung von Fehlantworten statistisch ausrechnen, so bin ich fast überzeugt, dass das „Häufchen“ auf Seiten der angenehmen, bequemen Lebensfragen beträchtlich größer wäre als auf Seiten der schwierigen und belastenden. Das Rätsel „Mensch“ ist mit Logik nicht aufzudröseln.

Während es also bei den schweren Fragen hauptsächlich darum geht, sich vom Frageprozess loszueisen, damit man sämtliche Kräfte, die man (noch) hat, ins Möglichst-gut-Antworten stecken kann, erfordern die leichten Fragen ein klares Antwortbewusstsein, um die Ver-antwort-ung, die jede unserer Antworten wie ein Bilderrahmen umrandet und an die ethische Wand nagelt, deutlich ins Visier zu rücken. Je mehr Glück einem Menschen beschieden ist, desto intensiver ist er ja „gebeten“, es zu nützen, zu teilen, sorgsam zu verwalten und kreativ zu verwenden. Denn: Wer kann

seine kleine Mit- und Umwelt im Positiven verändern? Doch am ehesten derjenige, der über ausreichende Ressourcen verfügt. Der Starke kann Schwache mittragen, der Gesunde kann Kranke pflegen, der Reiche kann Arme unterstützen. Der Begabte kann Kunstwerke schaffen, der Gebildete kann Geistesblitze produzieren, der Mächtige kann das Geschick seiner Untergebenen verbessern, u. s. f. Insofern entpuppen sich die leichten Lebensfragen doch wieder als recht knifflige „Hausaufgaben“, bei deren Bearbeitung man sich durchaus den „Rotstift“ einhandeln kann.

Blenden wir damit zurück zu der Grundsatzfrage nach der Freiheit des Menschen. Die Philosophen streiten darüber seit mehr als zweitausend Jahren, die Psychologen melden ihre Bedenken seit Jahrzehnten an, und die Biologen runzeln gegenwärtig ihre Denkerstirnen. Dabei ist es im Alltag schlichterdingso, dass auch diese Grundsatzfrage von jedem Einzelnen von uns selbst beantwortet werden muss. Jeder kann sich seinen Lieblingsvertreter einer bestimmten Lehrmeinung herauspicken und ihm Glauben schenken, aber das entbindet ihn nicht davon, schlussendlich eine eigene Ansicht zu entfalten, die für ihn fortan Gültigkeit haben wird.

Ich kann dazu nur eines anmerken: Wer sich für ein unfreies Menschen- und Selbstbild entscheidet, hat die aller-schlechtesten Karten in der Praxis. Er spricht sich die Chance ab, nach eigenem Willen und eigener Wahl antworten zu können. Er lässt sich vom Schicksal gängeln. Er unterwirft sich allwaltenden Gesetzmäßigkeiten, nach denen er zwar fragen kann, die ihm aber mit ihren Auskünften keinerlei Zukunftsoptionen eröffnen. Ich habe zahlreiche Ratsuchende in solchen Dilemmata erlebt. Sie strampelten in verzwickten Situationen und fanden genügend Schuldige oder schuldhaftige Umstände, die sie (vorgeblich) in genau diese Situationen hineinmanövriert hatten, aber was half es ihnen? Rein gar

nichts. Da sie vermeinten, auf die Bedingungen ihres Lebens nicht frei antworten zu können, entbehrten sie auch jeglichen Gefühls der Selbstverantwortlichkeit, und das heißt, sie starteten kein bisschen Eigeninitiative. Sie trieben dahin im Strudel ihrer Zeit wie Strandgut, gegen Klippen geworfen, von Strömungen mitgerissen, an Sandbänken abgelagert – und gelangten niemals dorthin, wo ihr eigentlicher Platz gewesen wäre. Ein Platz, der vielleicht von Anfang an für sie reserviert gewesen wäre, wer weiß?

Zugegebenermaßen ist das Schicksal unser „Herr und Gebieter“. Nach chaotischen „Nicht-Mustern“ dirigiert der Zufall, des Schicksals mystischer Bote, unsere Lebenswege und -pläne. Man könnte sagen, er repräsentiert die „Freiheit der Natur“. Im allerersten Augenblick unseres Daseins hängt von ihm bereits ab, ob wir dieses Dasein als Bub oder Mädchen betreten. Er wirft uns nach Lust und Laune in irgendeine Familie hinein, auf irgendeinem Erdenwinkel, in irgendeiner geschichtlichen Ära, und hört nie auf, sein koboldhaftes Spiel mit uns zu treiben. Manche Menschen sprechen ihm Fügungs- und Führungskraft zu, doch bleibt sein Wesen im Dunkeln. „Der Zufall ist der Ort, an dem das Wunder nistet“, schrieb Frankl, um sofort zu relativieren: „... bzw. nisten kann ...“. Ja, der Zufall hat den Juden und ehemaligen KZ-Häftling Viktor E. Frankl vor der Gaskammer bewahrt, wodurch er seine „Dritte Wiener Schule der Psychotherapie“, genannt Logotherapie, aufbauen konnte. Ja, der Zufall hat mich in Frankls Vorlesung gelockt, wodurch ich später eine seiner bekanntesten Schülerinnen werden konnte. Schnell ist man geneigt, dahinter einen „höheren Willen“ zu sehen, aber Vorsicht! Zufälle sind mitunter extrem grausam. Es schläft zum Beispiel ein LKW-Fahrer just in dem Moment ein, in dem ein Kleinwagen mit vier Insassen vor ihm fährt, in den er hineindonnert – zehn Minuten früher wäre er bloß in die

Leitplanke geknallt. Hat der Zufall die Augen des LKW-Fahrers sekundengetreu im Namen eines „höheren Willens“ geschlossen?

Verabschieden wir uns, wenn es um das Schicksal geht, vom Fragen! Wo die Freiheit des einen zu Ende ist, beginnt die Freiheit des anderen, hat schon Jean-Paul Sartre erkannt. Das gilt auch für die riesige Freiheit der Natur, an deren Ende die winzige Freiheit des Menschen beginnt. *Die Antwort ist unser, nicht mehr und nicht weniger.* Frankl gab Antwort auf die Tatsache seiner Befreiung, indem er sich bemühte, ein fortschrittliches Konzept der Seelenheilkunde zu entwickeln. Er hätte auch in unversöhnlichem Hader und Groll erstarren können. Ich gab Antwort auf meinen Vorlesungsbesuch bei ihm, indem ich seine Ideen aufgriff und beruflich anwandte. Ich hätte auch die Achseln zucken und mich auf meine Pflichtvorlesungen zurückziehen können. Der LKW-Fahrer wird Antwort geben müssen auf den von ihm verursachten Unfall ... selbst ein solch furchtbares Versagen kann unterschiedlich beantwortet werden. Wahrscheinlich kommt es im Letzten nicht darauf an, in welche Lebensstrudel das Schicksal uns hineinwirft, sondern viel eher darauf, wie wir uns darin verhalten. So unbeweisbar es ist, so fantastisch ist es: Wir können uns stets ein paar Meter „frei“ schwimmen, zumindest so weit, um angesichts des Schicksals Entscheidungen zu treffen, positive oder negative, und das ist mehr, als jedem anderen Lebewesen gewährt wurde. Wir können sogar auf ein negatives Schicksal eine positive Antwort und auf ein positives Schicksal eine negative Antwort geben, was bedeutet: wir kleinen Wichte können in eigener Verantwortung und Mächtigkeit mitunter einen Qualitätswechsel vollziehen, der den Lauf der Welt in eine andere Richtung lenkt, als die, in die sie nach „automatischen“ Gesetzmäßigkeiten laufen würde.



FRANKL:

- .) Nicht der Mensch hat das Leben zu befragen, sondern das Leben „befragt“ den Menschen.
- .) Dem Menschen ist die Rolle eines „Antwortenden“ zugeteilt. Er antwortet durch sein Tun oder sein Unterlassen.
- .) In diesem Antwortcharakter menschlichen Daseins gründet des Menschen Freiheit und Verantwortung.

Liebe Leserinnen und Leser! Erlaubt mir, dass ich euch zwischendurch ein paar persönliche Worte ans Herz lege. Jedem von euch hat das Schicksal schon einmal böse mitgespielt, vielleicht sogar mehrmals. Vergeudet keine Kräfte damit, euch mit diesem Schicksal anzulegen. Es ist kein Gegner, gegen den ihr gewinnen könnt; auch dann nicht, wenn es sich menschlicher Gegner bedient hat. Geht in den Garten, geht in den Wald hinaus, geht in die Stille und forscht in euch selbst: wo sind eure Freiräume, die ihr gestalten könnt? Vertraut darauf, dass sie vorhanden sind, und ihr werdet sie entdecken. In ihnen und nur in ihnen könnt ihr dem Schicksal die Stirn bieten, indem ihr großartige Antworten formuliert auf das, was euch geschehen ist. Vielleicht werdet ihr mancherlei Widerstand in euch spüren gegen die eine oder andere großartige Antwort; das ist normal. Hassen ist einfacher als verzeihen, verdrängen ist einfacher als bereuen, fordern ist einfacher als danken, usw. Das möge euch nicht irritieren. *Die Antwort ist euer, und die Antwort ist frei.* Antworten könnt ihr sogar noch jenem Widersacher in euch selbst, der mit Bequemlichkeit argumentiert, aber in Wirklichkeit nichts anderes zustande bringt, als vorhandenes Leid fortzusetzen. Ihr müsst ihm euer Gehör nicht schenken. Ihr müsst es nicht!

Ich bin höchst unzufrieden mit der Welt. Will ich in dieser Welt überhaupt leben? Jeder nimmt sich, was er will. Mein bester Freund schläft mit meiner besten Freundin. Man kann niemandem mehr vertrauen, und nichts ernst nehmen. Das Schlimmste ist: meine Eltern machen es genauso. Die Partner werden ausgetauscht, hinterrücks betrogen, und keiner kann sich auf irgendjemanden verlassen. Schlägt man die Zeitung auf, wird einem von den Nachrichten kotzübel. Sieht man einen Fernsehfilm, erlebt man nur desolate Familiengeschichten. Es ist alles so unerfreulich ...

Wegen diverser Probleme bin ich bei einer Psychologin gelandet und mache bei ihr aus meinen Gedanken keinen Hehl. Ich schimpfe gehörig über diese mistige Welt, und sie hört mir geduldig zu. Als mir die Worte ausgehen, greift sie meine Sehnsucht nach Vertrauen, Ehrlichkeit, Liebe und Treue auf. „Das ist ja super!“ ruft sie aus und strahlt mich an. „Sie tragen äußerst noble Wertvorstellungen in sich. Sie haben sich vom ‚Mist‘ in unserer Welt kaum anstecken lassen, ich gratuliere Ihnen. Wenn es genug Menschen mit einem so feinen Gespür wie Sie gibt, kann aus unserer Welt noch was Rechtes werden. Allerdings nur, wenn Sie Ihr feines inneres Gespür als Kompass für Ihr eigenes Handeln verwenden.“

Ich glaube, nicht richtig zu hören. Was soll ich aus meinem Frust machen? „Frust?“ lächelt die Psychologin. „Bleiben wir beim Feingespür. Sie haben jederzeit eine eigene Wahl. Sie können wählen, das Negative, das Sie beobachten und bedauern, fortzusetzen, oder selber etwas Positives umzusetzen. Sie können nicht wählen, was andere Menschen

tun, Ihre Eltern zum Beispiel, oder Reporter und Filmregisseure. Aber was von Ihnen ausgeht, wie viel Verlässlichkeit, Treue, Freundschaft usw. Sie selbst in die Welt setzen, das ist Ihr Ureigenes. Ihr Feingespür kann Ihnen helfen, echte Alternativen zu dem, was sich rings um Sie abspielt, zu entwickeln und zu leben.“

Ich horche auf. Das ist eine ganz neue Sichtweise. Ich kann etwas tun? Aber was kann ich einzelne Person schon ausrichten angesichts der riesigen Menschenmassen? Die Psychologin lächelt noch immer. „Woraus bestehen denn die Menschenmassen?“ fragt sie, und natürlich weiß ich, dass sie aus lauter einzelnen Personen bestehen. „Jeder einzelne entscheidet mit“, betont sie, „jeder ist maßgeblich daran beteiligt, wie es mit uns allen weitergeht. Der einzelne ist der Herzschlag einer Gesellschaft.“

Ich gehe wie eine Schlafwandlerin nach Hause. Es stimmt, was von mir ausgeht, ist Meines. Ich kann meinen Eltern ihre Fehler verzeihen. Ich kann einen untreuen Freund ziehen lassen. Ich muss mir einen schlechten Film nicht bis zum Ende anschauen. Ich – zum ersten Mal in meinem Leben fühle ich mein Ich so stark wie noch nie. Mein Ich am Puls der Welt, Welch ein Gedanke! Daran werde ich mich festhalten, wenn mich wieder einmal ein unerfreuliches Ereignis deprimieren sollte. Es ist dann nur mein Feingespür, das da protestiert und mir rät, etwas Erfreuliches dageganzusetzen. Hurra, jetzt gefällt mir mein Leben schon besser!