

Ganzheitlichkeit

Wir sind gewohnt, die menschliche Ganzheit in Körper, Seele und Geist einzuteilen. Das erscheint mir insofern als unzutreffend, als dabei gern und oft Geist mit Verstand verwechselt wird. Den Verstand, der in der Lage ist, logische Aufgaben zu lösen und alltägliche Willenshaltungen zu verwirklichen, sollte man nicht mit dem Geist verwechseln, der einem Menschen innewohnt und ihm zu gerade seiner individuellen Besonderheit verhilft. In der Analyse menschlicher Existenz bin ich daher dazu übergegangen, die Ganzheitlichkeit in vier Ebenen zu sehen: biologische, psychologische, logische und geistige Ebene. Die dabei auftretenden Überschneidungen sind mir nur ein willkommener Beweis dafür, dass sich Ganzheitlichkeit nicht ohne weiteres auftrennen lässt, dass also mit Analyse allein der Weg der Einheit nicht gefunden werden kann. Diese ist vielmehr nur Anteil der logischen Ebene, wiewohl sich ein wirklicher Mensch der Analyse weder entziehen kann noch entziehen sollte.

Es ist nichtsdestoweniger hilfreich, die vier Ebenen in ihren Details genauer zu betrachten. Elisabeth Lukas hat die biologische Ebene in ihrem noch dreistufigen Modell als das pflanzliche Erbe des Menschen bezeichnet, also letztlich als rein existentielle Körperlichkeit. In den Grundzügen ist diese Vorstellung meines Erachtens richtig, wenn man auch seine Zweifel daran haben kann, da auch Pflanzen das Leben der sie umgebenden Menschen zu teilen in der Lage sind. Meine von mir über alles geliebte Zimmerlinde erlitt so in der Zeit meiner ersten schweren Lebensprüfung einen totalen Kollaps, fast schien mir, als hätte sie mit mir gelitten. Ich bin mir daher nicht sicher, ob wir Pflanzen als reine Körperlichkeit verstehen dürfen. Es scheint auch in ihnen ein Teil jenes Geistes zu wohnen, der uns Höherentwickelten eben auch nur in Grenzen bewusst wird.

Es drängt sich förmlich auf, die psychologische Ebene, also jene der Triebe und Gefühle, als tierisches Erbe zu verstehen und einzuordnen. In der Tat verbinden uns Menschen vor allem Gefühle mit den Tieren, wenn wir uns dessen einmal bewusst geworden sind. Triebe und Gefühle, unter Wegfall tierischer Instinkte, die dort noch Leitstrahl und Wegweiser sind und für den Menschen auf Grund der Existenz seines Verstandes entbehrlich geworden sein sollten, prägen das Leben des Menschen weitab aller bewussten Erklärungen. Sie liegen als verdeckte Motive fast allen Handlungen des Menschen zugrunde, der seinerseits bewusst vermeint, seinem Verstand zu folgen. Der Wunsch ist eben doch der Vater des Gedankens! (Die Werbepsychologen wissen das, nicht umsonst sucht man das selbe Produkt im Supermarkt immer an der falschen Stelle und kauft bei dieser Gelegenheit Dinge, die man eigentlich gar nicht wollte; die Werbung appelliert nicht ohne Grund an die primitivsten Instinkte des Egoismus!) Exuperys Satz: „Man sieht nur mit dem Herzen gut“ trifft allerdings nur dann zu, wenn man die Tatsache außer Ansatz lässt, dass die meisten Menschen die polarisierende Brille gesellschaftlicher Werthaltungen (einschließlich ihrer kindlichen Ängste) vor den Augen des Herzens tragen. Aber gerade Triebe und Gefühle zeigen auch den Ausweg aus der individuellen Isolation, aus dem Steckenbleiben in der eigenen Haut. Denn auf dieser Ebene sind auch die sozialen Bedürfnisse angesiedelt, die man gesamthin als Kommunikation bezeichnen könnte. Nur hier überschreiten wir die Grenze zum DU, die Grenze von Körperlichkeit zu Geist.

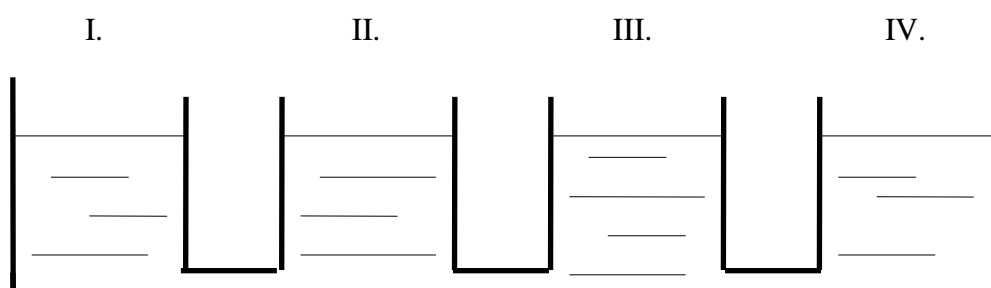
Uns Menschen wurde von der Evolution ein Großhirn aufgesetzt, das uns in Bezug auf unsere intellektuellen Fähigkeiten markant von den Tieren unterscheidet. Vordergründig kann dieses Großhirn nur die Funktion eines Bordcomputers erfüllen, wenn wir damit autorisiert sind, zwei und zwei zusammenzuzählen. Mit seiner Fähigkeit zur Analyse kann dieses Großhirn jedoch auch unsere Beziehungen zu Mitmenschen unter die Lupe nehmen und Berechnungen darüber anstellen, wer von diesen uns nun gerade nützlicher ist. Ebenso wie das Erleben von Einsamkeit und Individualität ist das alles unter den Begriff der Abstraktionsfähigkeit zu subsumieren und in gerade dieser werden wir in die Lage versetzt, unsere tierischen Grenzen

zu überschreiten - hier beginnt sich der menschliche Geist bemerkbar zu machen. Dieser hat aber seine Wurzeln in allen drei bis jetzt genannten Ebenen und ist daher auch bei Investition von genügend persönlicher Arbeit von allen drei Ebenen her zugänglich. Krankheit, gefühlsmäßige Bezogenheit und verstandesmäßige Meditation führen bei ausreichender Konsequenz gleichermaßen zu ihm.

Der Geist gehorcht sowohl der kausalen Logik des Verstandes wie auch der paradoxen der Gefühle. Denn diese tragen immer auch ihr Gegenteil in sich und sind damit in der Lage, die präzise Klarheit des Verstandes gehörig zu verwirren. Geist heißt somit, die Widersprechung der Gefühle in sich und weiter die Widersprechung von Gefühlen und Verstand zu überwinden und zur Einheit zu machen. Erst wenn der Kopf nicht mehr gegen das Herz und dieses nicht mehr gegen den Kopf kämpfen, ist Einheit erreicht. Das Endziel einer Entwicklung könnte also heißen, zu denken wie du fühlst, zu reden wie du denkst und zu handeln wie du redest. Im anderen Fall aber werden die meisten Energien im inneren Gegensatz verbraucht und gerade daher wird bei den meisten Menschen auch so wenig Außenwirksamkeit erzielt. Ob nun über Körper, Gefühl oder Verstand, alle diese Wege führen zur Grenzüberschreitung des ICH zum DU, zur Liebesfähigkeit, der Weg mag noch so individuell gestaltet sein. Deshalb sind die Alten eine notwendige Polarität der Jungen, nicht wegen der Jahre sondern wegen der Reife.

Immanuel Kant sagt, dass auf die Analyse immer die Synthese zu folgen habe. Ich will den schwierigen Versuch unternehmen, auf diesem Wege Ganzheitlichkeit zu finden und hoffe dabei, dass mir die Luft nicht wie der Taube als Widerstand sondern als Element, das mich trägt, begegnet, damit ich nicht glaube, ich könnte ohne sie schneller fliegen. Dies bedeutet nicht mehr und nicht weniger als Realitätsprüfung, die ich auf den vier Ebenen mittels ihrer Inhalte unternehmen möchte.

Es besteht ein natürlicher Bruch der Unreife zwischen den vier Ebenen. Er liegt genau inmitten der vier und scheidet Körper und Seele auf die eine Seite sowie Verstand und Geist auf die andere. Körperlich ist diese Trennung im Hals ausgedrückt, wo wir das Würgen der Angst und die Sprachlosigkeit der Freude empfinden. Wie der gute Sänger Kopf- und Brustresonanz vereinigen muss, um die volle Stimme vom Becken bis zum Schädeldach zu erlangen, so ist der volle Mensch in seinem Reifungsprozess aufgefordert, diese beiden Gegensätze zu vereinen, den Hals weit zu machen und die Angst zu überwinden. Die Angst ist dann überwunden, wenn alle vier Ebenen gleichberechtigt geworden sind, Einheit zwischen ihnen entstanden ist. Dann befruchtet der Geist den Verstand und dieser die Gefühle, was wiederum zu einer Mehrung der Körperlichkeit führt. Sie alle ergänzen sich und sind eins:



Dieses Modell der kommunizierenden Gefäße, das ich wiederum E. Lukas entlehne, soll den Zusammenhang zwischen den vier Ebenen verdeutlichen, sie sind vier und doch eine Einheit. In die Praxis interpretiert, soll damit gesagt sein, dass ein Energiezufluss auf einer Ebene zu einer Vermehrung des Ganzen führt ebenso wie ein Verlust auf einer Ebene zu einem Gesamtverlust der Persönlichkeit führen muss.

Kommunizierende Gefäße werden in der Physik zur Darstellung der Plastizität von Flüssigkeiten verwendet. Ihre Kommunikation bedeutet in diesem Zusammenhang, dass bei Zugabe wie Entnahme von Flüssigkeit in einem Behälter der Pegel in allen Gefäßen die gleiche Höhe haben wird. Auf die menschliche Persönlichkeit übertragen soll dies Aufschluss über das gesamte Energiepotential eines Menschen geben. Konkreter: wer die erwünschte und vielleicht lange entbehrte Liebe endlich erhält, wird mit einiger Wahrscheinlichkeit mehr Motivation zu Aktivität (IV.) und mehr Leistungsfähigkeit (III.) zeigen, ebenso wird er erfahrungsgemäß mit dem erhöhten Wohlbefinden (II.) weniger für Krankheiten (Verkühlungen etc., I.) anfällig sein. Genauso führt aber eine logische Erkenntnis zur Freude und eine Erkrankung zum Absinken des allgemeinen Zustandes, da nicht nur ein Teil des Menschen sondern sein Ganzes erkrankt. Eines ist somit alles.

Es wird nun Zeit, diese Ganzheit ihren Inhalten nach zu beschreiben. Dabei sollen auf der jeweiligen Ebene nicht nur die erfassbaren Daten sondern auch die sie notwendig umgebenden Freiräume beschrieben werden:

Biologische Ebene: Sie umfasst Körper, Sinne, Stoffwechsel, Sexualität und hat ausschließlich individuellen Bezug. Kraft, Geschmeidigkeit, Elastizität und Widerstandsfähigkeit sind im Wesentlichen ihre stabilisierenden Elemente, ebenso wie Krankheit, Anfälligkeit und Mangelerscheinungen die Destabilisierung der Gesamtpersönlichkeit bewirken werden. Das wirksame Gegengewicht besteht in Abhärtung, gesunder Ernährung, Sport und naturnahem Verhalten.

Psychologische Ebene: In ebenso knapper Fassung beinhaltet sie Empfindungen, Triebe, Gefühle und Erotik. Diese Ebene hat auch sozialen Bezug und in ihr wird die Überschreitung der eigenen Grenzen möglich. Das äußert sich in subjektivem Wohlbefinden, Agilität, Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen genauso wie in der Zuwendung zu Menschen, deren gleichlautenden Gefühlen Vertrauen entgegengebracht wird. Den Gefühlen des Egoismus von Destruktivität, Affekt, Depression und Eitelkeit, Habsucht, Geiz, Eifersucht und wie sie nun heißen mögen, kommt jene Funktion zu, die das Gleichgewicht zu stören in der Lage ist. Zum Ausgleich dafür eignen sich Offenheit, Gespräch, Freundschaft und Liebe.

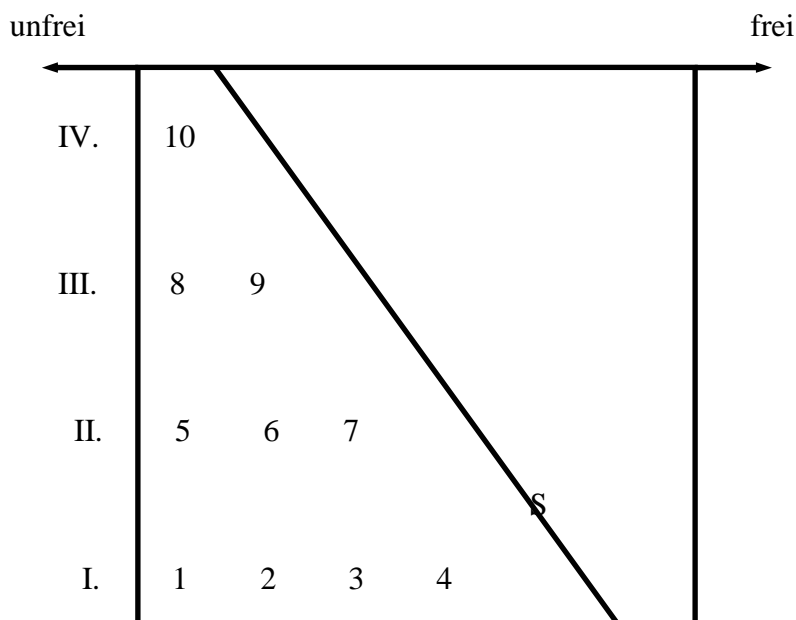
Verstandesebene: In ihr walten Intelligenz, Abstraktion, Wissen und Erfahrung. Sie wirkt ausschließlich auf der Sachebene und hat instrumentellen Charakter. Sachlichkeit, Kritik und Konzentration aber auch Neugier sind ihre prägenden Elemente im konstruktiven Aufbau. Ihr negativer Anteil bestünde in Seichtheit, Zerstreung, ja Stumpfheit auf die Herausforderung des Lebens. Bewusste Polarität, Bildungsaktivität und kritische Auseinandersetzung bilden die Abhilfen im Bereich der logischen Ebene.

Geistige Ebene: Ihr Bezug reicht über die begrenzt-irdische Existenz hinaus. Sie sucht nach Sinn, Ziel und noch unerkannter Ordnung im individuellen Leben, will eins werden mit dem Ganzen. Ihre Instrumente bestehen in der Wertordnung und Sinngebung, in Glauben, Hoffen und Lieben. Frustration, Sinn- und Ziellosigkeit unterlaufen die Basis einer geistigen Haltung, der wiederum gewollte Introversion, Denken und bewusste, denkende Selbstbestimmung sowie die Formung einer individuellen Philosophie als ausgleichende Hilfen entgegengesetzt werden können.

Mit der analytischen Darstellung allein ist jedoch im besten Falle eine Hälfte des Daseins zu begründen. Von ihr aus muss der nötige Schritt zur synthetischen Ganzheit erfolgen. Leben ist nicht schmal wie ein enger Gang, es ist breit wie eine Autobahn und in ihm hat grundsätzlich alles Platz - kein Gedanke, der nicht gedacht werden dürfte! Die Freiheit ist das Element des Geistes!

Freiheit ist jedoch nur in bestimmten Bereichen möglich. Es scheint ein Grundbedürfnis aller Philosophen zu sein, über die menschliche Freiheit in polarisierender Form zu streiten und

sinnlos Zeit damit zu vergeuden. Dass der Mensch frei und zugleich unfrei ist, soll in der Darstellung der Grundbedürfnisse widerspruchlos bewiesen werden. Dazu verwende ich nochmals die bereits explizierten vier Ebenen des menschlichen Daseins und verweise auf die bereits getroffene Feststellung, dass die Nichtdeckung von Grundbedürfnissen nicht nur unfrei sondern darüber hinaus krank macht. Es ist daher nur Voraussetzung, die Grundbedürfnisse als solche zu erkennen, wozu das nachfolgende Modell dienen soll.



Dieses Quadrat der menschlichen Ganzheit symbolisiert für mich gleichermaßen Freiheit wie Determination. Wir Menschen sind nicht frei oder unfrei, wir sind beides. Das subjektive Erleben von Freiheit hängt in uns davon ab, dass die Grundbedürfnisse im Wesentlichen gedeckt sind, da ansonsten eine Fixierung droht. Analytisch unterteilt ist das Quadrat in die vier bereits bezeichneten Ebenen: I. körperliche, II. seelische, III. verstandesmäßige und IV. geistige Ebene. Die geometrische Unterteilung in zwei Trapeze hingegen bedeutet für mich die Kongruenz von Freiheit und Unfreiheit, je höher die Ebene umso höher der Grad an Freiheit. In Anlehnung und Erweiterung der Gedanken Abraham Maslows vermute ich zehn Grundbedürfnisse zu sehen, die im Folgenden kurz erläutert werden sollen. Das ist für mich zugleich der Raster von Gesundheit, da die zwingende Folge ihrer Nichtdeckung zu Krankheit führt.

I. Körperliche Grundbedürfnisse:

Brauchen die Grundbedürfnisse von Kleidung (2), Wärme (3) und Wohnung (4) keine wesentliche Erklärung, so ist es nützlich, über den Nahrungsbedarf (1) des Menschen Bescheid zu wissen. Es gibt eine medizinische Faustregel, derzufolge sich der menschliche Bedarf auf 0,9 Gramm Eiweiß, 0,9 Gramm Fette und 5,0 Gramm Kohlehydrate pro Tag und Kilogramm Körpergewicht beläuft. Dabei ist nicht zu vergessen, dass die Nahrung auch ausreichend mit Mineralien und Vitaminen versehen sein muss, um die klaglose Deckung des Grundbedürfnisses sicherzustellen. Aus der täglichen Nahrung erhalten wir immerhin jene Energie, die uns auf allen vier Ebenen leben lässt. Sie ist wahrhaftig die Basis unseres Daseins und daher hat auch der Materialismus seine Berechtigung, denn die körperlichen Grundbedürfnisse genießen absoluten Vorrang vor allen anderen, um das Überleben des Menschen zu sichern. In diesem Sinne hatte Brecht also recht mit seinem Satz: „Erst kommt das Fressen und dann die Moral!“ Das Vorrecht dieser Ebene ist auch daraus erkennbar, dass

ein leerer Bauch nicht gern studiert, denn Hunger - egal auf welcher Ebene - wirkt in jedem Falle zwingender als Sättigung, wenn gleichwohl ein voller Bauch auch nicht gern studiert!

II. Seelische Grundbedürfnisse:

Einer näheren Erläuterung bedürfen in jedem Falle die seelischen Grundbedürfnisse. Sicherheit (5), Liebe (6) und Achtung (7) sind die Garanten seelischer Gesundheit, die man ebenso gut mit einer Sammelbezeichnung als akzeptierende Kommunikation umschreiben könnte. Gerade daraus wird deutlich, dass ein Gespräch über das Wetter lediglich eine Ersatzform von Kommunikation darstellt, ein „So tun als ob“. Diese Form von Zuwendung hat mit der Deckung der seelischen Grundbedürfnisse so wenig zu tun wie der Ackerbau mit der Mondfahrt und doch werden sie beide in einer Gesellschaft des Misstrauens und Sich-holens ununterbrochen verwechselt. Denn wahre Kommunikation heißt, sich dem anderen in Ehrlichkeit zu öffnen und seine Öffnung zuzulassen. Im Grunde ist daher diese Ebene auch mit einem einzigen Wort zu umschreiben, mit Liebe, so abgegriffen und entwertet der Ausdruck auch sein mag. Liebe beinhaltet in ihrer vollen Form ganz von selbst auch die Gewährung von Sicherheit und Achtung. Wer liebt, wird dem Geliebten nicht Schaden zufügen wollen auch wenn er sich manchmal gezwungen sieht, Dinge zu tun, die nach Schädigung ausschauen. Aus Liebe zu handeln hat immer das Beste des DU im Auge, fördert seine Entwicklung zu mehr Erwachsensein, Handlungsfähigkeit und Selbständigkeit. Was Liebe auf allen vier Ebenen des menschlichen Daseins bedeutet, soll im letzten Abschnitt präzisiert werden, sie ist jedenfalls der noch immer verkümmerte Gegenpol zum modisch wuchernden Egoismus.

Wer Hunger hat, wird an nichts anderes denken als an die Stillung seines lebensnotwendigen Bedürfnisses. Damit wird eine Funktion der Grundbedürfnisse klar: auch wenn in den höheren Ebenen keine klare Bedürfnishierarchie erkennbar ist und jede Abhilfe auch auf einer anderen Ebene wirksam sein kann, so ist Hunger - wonach immer - jenes Element, das uns fesselt, festhält in unserer Entwicklung bis wir eine höhere Form des Lebens erreichen können. Es ist daher letztlich der Hunger nach wahrer Liebe, der die Höherentwicklung der Menschheit verhindert. Es wäre an der Zeit, uns dessen bewusst zu werden.

III. Logische Grundbedürfnisse:

Auf der Ebene des Verstandes gibt es nur noch zwei Bedürfnisse: Wissen (8) und eigene Erfahrung (9) sammeln dürfen. Viel an Wissen wurde über die Generationen angesammelt und weitergereicht, gleichermaßen Nützliches wie Unsinniges. Es wäre die Funktion des Verstandes, zwischen beiden zu differenzieren. Doch im überwiegend unbewussten Menschen dominiert nicht der Verstand sondern das aus der Tiefe der Seele kommende Gefühl: wir Menschen haben uns in die Lage versetzt, die Welt nicht nur einmal mit Hilfe von Atombomben umgraben zu können, nicht nur einmal alles Leben zu vernichten, wir können das siebenundsechzig Mal. Wirklich großartig, dieser menschliche Verstand! Wenn aber der Verstand nur der Wasserträger unbewusster Gefühle ist, kann dies auch weiter niemand wundern! Der Großhirnaffe will offenbar vor der Zeit die gewaltsame Erfahrung machen, wie unfreiwilliges Sterben tut. Er täte gut daran, sein Wissen und seine höchstpersönliche Erfahrung in den Dienst seines wahren Lebens - Überlebens zu stellen. So ist es wohl ein gravierender Irrtum, alle Schwierigkeiten des Menschen auf seine Psyche, seinen tierischen Anteil abwälzen zu wollen, die Dummheit ist gewiss nur auf der Ebene des Verstandes angesiedelt!

Nicht minder sollte man das Bedürfnis nach eigener Erfahrung einschätzen. Auch hier wird bereits ein Funke von Ganzheitlichkeit erkennbar, da eine plötzliche Erkenntnis, ein Erkennen existentieller Wahrheit ebenso Freude auslöst wie ein Fehlschlag zu heftiger, seelischer Frustration führt. Dabei handelt es sich jedoch um Gefühle und damit um Inhalte der zweiten Ebene. Die eigene Erfahrung hat als Grundbedürfnis deshalb eine besondere Bedeutung, weil sie mit ihrer Gefühlsnähe und inneren Beteiligung den Weg in die bewusst handelnde

Eigenverantwortung weist. Trial and Error sind nicht nur Schlagworte der amerikanischen Psychologie, sie sind auch ein ganz wesentlicher Teil jeder Entwicklungsfähigkeit überhaupt.

IV. Geistiges Grundbedürfnis:

Neben den körperlichen Grundbedürfnissen spielt sicher jenes nach Sinn und Ziel im Leben die gewichtigste Rolle (10). Es ist Viktor Frankl zu verdanken, dass er diesen menschlichen Schwerpunkt aus der Vielzahl der Bedürfnisse herauskristallisiert hat. Er hat daraus eine Therapie gemacht, denn die Tatsache der Sinnnotwendigkeit war vor ihm schon neben vielen Früheren Nietzsche aufgefallen: „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie.“ Es ist der Geist eines Menschen, der seine besondere Wesensform prägt. Denn müsste ein Jäger - wie Konrad Lorenz so treffend bemerkt - dem Hasen die Eingeweide mit den Fingernägeln aufreißen anstatt mit der Schrotflinte, er hätte die größten Hemmungen und würde das wohl nicht zustande bringen. Aber dieser nackte Affe ist eben doch zu sehr von seinen instrumentellen Fähigkeiten eingenommen! Geringster Aufwand bei gleichzeitig größter Wirkung, das ist die geistige Leistung des Menschen, vor allem wenn er an Krieg denkt, aber auch das gesamte technokratische Denken ist von diesem Geist beherrscht. Es ist ein spezieller Ungeist, der ihn nicht erkennen lässt, was er da tut, anstatt mit dem Gleichgearteten eins zu werden. Waffenfreude ist wirklich Mordfreude, da hat Laotse recht in seinem Pessimismus. Eben aus diesem individuellen Geist werden die Früchte erkennbar, an denen man den Menschen und ihm verwandte Lebewesen messen darf.

Sinn und Ziel eines Lebens sind ebenso individuell wie die Psyche eines Menschen und die Aufgabe des Lebens besteht unter anderem darin, diesen Sinn zu finden. Wem dies nicht gelungen ist, der gleicht jenem bissigen Spruch des Wiener Kabarettisten Helmut Qualtinger aus den sechziger Jahren: „Wir haben jetzt alle eine Auto. Wir wissen zwar nicht wohin wir wollen, aber dafür sind wir schneller dort!“ Ein Leben ohne Ziel bleibt im Grunde immer hoffnungslos. Denn der Sinn des Lebens ist die spezifisch menschliche Qualifikation, die ihn weit über alles Tierische erhebt. Wehe dem Menschen, der in seinem Leben keine Aufgabe sieht! Er erkrankt mit Sicherheit an der Sinnlosigkeit seines Daseins und ich halte das neben der Angst für die schwerwiegendste und häufigste Form des Egoismus.

Sehr klar wird aus dieser Darstellung, was den inneren Reichtum eines Menschen ausmacht. Es ist nun einmal ein gravierender Unterschied, ob sein Niveau nicht über Tisch und Bett hinausreicht oder ob er sich innere Schätze auf der zweiten, dritten und vierten Ebene angeeignet hat. Darüber hinaus hätte er aber auch noch seinen individuellen Freiraum nützen können, symbolisiert durch das rechte der beiden Trapeze. Es verdeutlicht einen relativ geringen Spielraum auf der Ebene der Körperlichkeit, etwa die Auswahl der Speisen, der Kleider oder der Genussmittel. Dagegen sind auf der zweiten Ebene bereits alle sozialen Kontakte angesiedelt, auf deren Gestaltung wir - wie bereits dargestellt - sogar einen erheblichen Einfluss haben. Bildung, Wissen und Fertigkeiten, die meinen Anlagen entsprechen, kann ich auf der dritten Ebene verwirklichen. Den mit Abstand größten Spielraum aber habe ich auf der obersten Ebene, denn hier gestalte ich meine Wertordnung und gerade aus ihr wird deutlich sichtbar, welchen Geist ich atme. Jede Freiheit steht mir hier zur Verfügung, wenn ich einmal soweit vorgedrungen bin, was allerdings der Mehrzahl der Menschen nicht zustoßt, da sie mit ihren Defiziten auf der zweiten Ebene genug zu raufen haben.

Es mag aufgefallen sein, dass ich in der Darstellung der Grundbedürfnisse dem Bereich von Sexualität und Erotik keinen Raum zugewiesen habe, wiewohl auch hier das Gesetz gilt, dass Freiheit auf individueller Ebene unzweifelhaft als innere Freiheit und nicht als Abwesenheit von äußerem Zwang und sozialer Einschränkung durch Sitte und Gesetz zu verstehen ist. Die Schnittlinie zwischen Gebundenheit und Freiheit scheint mir auch in diesem Sinne bedeutsam. Rein bildlich sehe ich auf ihr den angesprochenen Bereich lokalisiert. Ich glaube nicht, dass Sexualität ein Grundbedürfnis ist, ihre Nichtvollziehung müsste dann zu Krankheit

führen, so wie der Mangel an Erotik zwingend in die Neurose führen müsste. Dies lässt sich aber aus der Beobachtung menschlichen Lebens nicht ohne weiteres erhärten. In vielen Gesprächen bin ich daher zur Anschauung gelangt, dass in diesem sensiblen Punkt das individuelle Gepräge der Persönlichkeit eine ganz besondere Rolle spielt. Es gibt Menschen, die die Notwendigkeit sexuell-erotischer Beziehungen für sich in Anspruch nehmen, und es gibt Menschen, für die dasselbe von eher untergeordneter Bedeutung ist (meines Erachtens sind sie meist der analen Prägung zuzurechnen), ohne dass sie dadurch weiter seelischen Schaden erlitten. Ich ziehe daraus den Schluss, dass Sexualität und Erotik für viele Menschen den Stellenrang eines Grundbedürfnisses haben (ohne ein solches zu sein), dessen Nichtdeckung ebenso zu seelischer Krankheit führt, was wiederum bei vielen anderen Menschen keineswegs zutrifft. Abseits aller bürgerlichen Moral scheint es mir daher eine Lebens- und Reifungsaufgabe zu sein, seine diesbezügliche Persönlichkeit zu erkennen und sodann konsequent nach dieser Erkenntnis zu verfahren, um eine mögliche Blockade der menschlichen Weiterentwicklung zu vermeiden. Wird nämlich Sexualität einmal zum Gegenstand einer Fixierung, verhindert sie mit Sicherheit jede Kreativität auf den höheren Ebenen. Integration der Sexualität in die Gesamtpersönlichkeit heißt damit auch, ihr den gebührenden Platz zuzuweisen: sie ist ein Lebenselixier, hoffentlich aber nicht der einzige Lebenszweck!

Die beiden Trapeze von Freiheit und Determiniertheit ergänzen sich somit zur Ganzheit der menschlichen Persönlichkeit. Freiheit kann nur erfüllt werden, wenn die Grundbedürfnisse weitgehend gedeckt sind, wobei vorübergehende Durststrecken für den seelisch Gesunden leichter zu ertragen sind als für den Durchschnittsmenschen. Denn er ist in der Lage, einen Ausfall etwa auf der seelischen Ebene durch seinen frei gewordenen Geist zu kompensieren. Nach meinem Verständnis menschlichen Lebens ist es gerade diese Reifungsaufgabe, Ganzheit zu erlangen und die engen Grenzen des Egoismus zu überwinden. Das heißt Hinwendung zum DU und zu den Aufgaben, die das Leben zu eben diesem Zweck stellt.