



# Das Wir wächst aus der Dankbarkeit

DIE WELT IST IM WANDEL UND EIN NEUES BEWUSSTSEIN DER VERBUNDENHEIT ENTFALDET SICH. VORANGEBRACHT WIRD DIESER PROZESS VON EINER SPIRITUALITÄT DER ACHTSAMKEIT, LIEBE UND PRÄSENZ. EIN GESPRÄCH MIT BRUDER DAVID STEINDL-RAST

Fragen: **Christoph Quarch**

**Wir:** Zu Beginn des Jahres 2013 ist die Welt von diversen Krisen erschüttert. Wir scheinen uns in einer Phase des Umbruchs zu befinden. Manche befürchten den Weltuntergang. Was ist los?

**Steindl-Rast:** Wir müssen nicht darauf warten, dass die Welt untergeht. Vielmehr müssen wir einsehen, dass die Welt, wie wir sie kannten, schon jetzt nicht mehr besteht. Und das gilt nicht nur für Menschen in meinem Alter, sondern auch für solche, die gerade einmal vierzig sind. Wir leben in einer Zeit des Bewusstseinswandels. Und dazu kann man sich durchaus positiv verhalten. Etwa indem man sagt: Ich möchte daran mitwirken und dafür eintreten, dass dies ein heilsamer Neuanfang wird. Dem steht allerdings im Wege, dass viele Menschen sich schwer damit tun, den Untergang der ihnen bekannten Welt anzunehmen. So kommt es zu Spannungen zwischen denen, die vorangehen, und denen, die am Alten festhalten.

**Wir:** Die Welt, die wir kannten, ist nicht mehr und etwas Neues, Heilsames kann entstehen. Woran machen Sie das fest?

**Steindl-Rast:** Dreierlei fällt mir dazu ein: Soweit wir in die Vergangenheit der Menschheit zurückblicken können, war unser menschliches Miteinander geprägt von Gewalt und Gewalttätigkeit. Selbst da, wo Gewalt nur als ultima ratio – als letzter Ausweg – akzeptabel schien, war sie doch als mögliche Handlungsoption allgegenwärtig. Diese latente Gewaltförmigkeit der Zivilisation bricht nun zusammen. Gewalt wird künftig keine Option mehr sein. Das zweite Kennzeichen des Bewusstseinswandels betrifft die hierarchische Ordnung der Welt. Von Anbeginn an waren menschliche Gesellschaften so organisiert, dass einer oder einige wenige ganz oben stehen und alle anderen sich darum bemühen, möglichst hoch auf diese Rangpyramide aufsteigen zu können. Denn wer unten ist, wird ausgebeutet, wer oben ist, beutet aus. Das funktioniert heute nicht mehr. Ebenso wenig wie – dritter Punkt – die Fokussierung auf Besitz. Künftig wird es nicht mehr darum gehen, so viel zu besitzen wie möglich, sondern so viel wie nötig. Die Menschen lernen zu begreifen, dass sie nur dann glücklich sein können, wenn sie das Vorhandene teilen – wenn sie zu einer Kultur des Wir finden. Das heißt: Wir bewegen uns auf ein Bewusstsein zu, in dem Gewaltfreiheit, Gleichheit und Respekt sowie Teilen und eine Haltung des Wir dominieren werden. Fällt Ihnen dabei etwas auf?

»Wir bewegen uns auf ein Bewusstsein zu, in dem Gewaltfreiheit, Gleichheit und Respekt sowie Teilen und eine Haltung des Wir dominieren werden.«

**Wir:** Helfen Sie mir.

**Steindl-Rast:** Es sind die großen Werte der französischen Revolution, die hier wiederkehren: Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit.

**Wir:** Vielleicht hat dieser Wandlungsprozess ja tatsächlich schon vor 200 Jahren begonnen.

**Steindl-Rast:** Er hat schon vor der Französischen Revolution begonnen. Ich denke, er lässt sich bis zur Reformation zurückverfolgen.

**Wir:** Das klingt so, als bewegten wir uns auf eine leuchtende Zukunft zu. Blickt man aber in die Welt, so sieht es alles andere als leuchtend aus. Der Fundamentalismus erstarbt, die Gewalttätigkeit ist latent weiterhin allgegenwärtig. Wie erklären Sie das?

**Steindl-Rast:** In Krisenperioden erleben wir oft, dass die Spannung zwischen den Polen zunimmt. Je schneller der Fortschritt, desto hartnäckiger der Widerstand. Beides intensiviert sich gegenseitig. Der Druck wird höher. Nehmen Sie nur das Beispiel Nuklearwaffen. Die Tatsache, dass wir heute die technischen Möglichkeiten haben, uns gegenseitig auszuradieren, beschleunigt den Wandel in Richtung Gewaltlosigkeit. Wir haben gar keine Alternative mehr. Genauso im Blick auf die anderen Themen: Die Ungleichheit der Machtverteilung und der Besitzverhältnisse nimmt auch immer mehr zu, die Spannung steigt, der Wandel wird immer dringlicher! Ob wir diesen Wandel hinbekommen werden, weiß ich nicht. Nur

»Die letzte Wirklichkeit des Lebens will in der ganzen Fülle unseres Daseins erlebt werden.«

so viel kann ich sagen: Wenn wir überhaupt eine Zukunft haben, dann wird es eine bessere Zukunft sein.

**Wir:** Wo sehen Sie denn heute bereits Vorboten dieser künftigen, besseren Zeit?

**Steindl-Rast:** Ich sehe diese Vorboten in Gestalt vieler kleiner, überschaubarer Gemeinschaften: Kreise von Menschen, die bereit sind, zu teilen und gewaltfrei, egalitär zu leben. Davon gibt es weit mehr, als man vermutet. Woran es jedoch fehlt, ist die Vernetzung – weshalb ich, by the way, Ihr Magazin als absolut zeitgemäß und wichtig wahrnehme. Mein Freund Paul Hawken hat einmal im Abspann eines von ihm produzierten Films von ihm gesammelte Links zu solchen kleinen Initiativen gezeigt. Zunächst ließ er sie langsam durchlaufen, dann immer schneller. Es waren schon hunderte vor dem Auge vorbeigerauscht, als er stoppte und sagte: »Wenn ich meine Daten in dieser Geschwindigkeit weiterlaufen lasse, würde es drei Tage brauchen, um ihnen alle diese kleinen Communities einzublenden.« Ich kann es kaum glauben, aber ich vertraue ihm.

**Wir:** Welche Bedeutung spielt bei alledem Spiritualität? Es scheint so zu sein, als würde in dem neuen Bewusstsein wieder stärker die spirituelle Dimension des Lebens in den Fokus der Menschen rücken.

**Steindl-Rast:** Ich habe eine sehr weite Definition von Spiritualität. Spiritualität kommt von Spiritus, was so viel heißt wie Atem und Lebenshauch, letztlich: Lebendigkeit – und zwar auf allen Ebenen. Spiritualität findet deshalb in allen Dimensionen statt, körperlich und gesellschaftlich ebenso wie seelisch und geistig. Heute wird der Begriff jedoch auf transzendente Lebendigkeit reduziert. Das gehört zwar dazu, aber man muss doch sagen, dass Lebendigkeit nur dann wirklich gelebt wird, wenn sie an beiden Enden des Spektrums stattfinden kann. Die letzte Wirklichkeit des Lebens will in der ganzen Fülle unseres Daseins erlebt werden. Das deutet auch unser übliches Wort für das menschliche Verhältnis zu dieser letzten Wirklichkeit an: Re-ligio, Rückbindung. Es geht bei Spiritualität um die ganzheitliche Rückbindung – und zwar an alles: Menschen, Tiere, Pflanzen, unser eigenes Selbst. Und natürlich um eine lebendige Beziehung zur letzten Wirklichkeit. Dabei ist das Sein in dieser Beziehung unserem Menschsein eingezeichnet. Dafür brauchen wir nicht Christen, Buddhisten oder Muslime zu sein. Es ist einfach eine Tatsache unserer Existenz, dass wir in dieser Beziehung und Verbundenheit mit einer uns übersteigenden oder umfassenden Dimension leben.

**Wir:** Woran zeigt sich das?

**Steindl-Rast:** Etwa an der ganz einfachen Erfahrung, die wir zum Ausdruck bringen, wenn wir sagen: »Es gibt mich.« Dieser Satz hat eine unmittelbare Evidenz, man kann ihm nicht widersprechen. Dabei steckt in ihm aber ein tiefer spiritueller Gehalt. Denn wer ist denn dieses ES, das mich gibt? Meine Eltern. Aber

Woher kommen sie her? Aus der Evolution. Und wo kommt die her? In Urknall. Aber woher entstammt der Urknall? Keine Ahnung. Da bleibt immer ein unauflösliches Mysterium. Und doch wissen wir: Es gibt mich. Mich. Sage ich nun »Ich«, dann setzt das ein »Du« voraus. In dieser Ich-Du-Beziehung ist alle Spiritualität verankert. Wir im Westen reden hier auch von »Gott-Bezogenheit«, doch sollten wir das Wort »Gott« nur mit größter Vorsicht verwenden. Denn »Gott« ist nur ein Name für etwas Unnennbares, für das Mysterium – das Mysterium, dass sich jeder Mensch in einer Beziehung zu einer letzten Wirklichkeit befindet. Diese Ich-Du-Beziehung ist das große Wunder – unaussprechlich, unfassbar, unerforschbar.

**Wir:** Was bedeutet das für unsere Lebenswirklichkeit?

**Steindl-Rast:** Aus dieser Beziehung zu leben führt zu einer ganz neuen, anderen Lebenshaltung gegenüber Menschen und Tieren. Nun dominiert nicht mehr – wie in unseren Breiten üblich – die Ich-Es-Beziehung, sondern die Ich-Du-Beziehung.

**Wir:** Wovon wir aber noch weit entfernt sind.

**Steindl-Rast:** Ja, denn wir haben die Ich-Du-Beziehung verdrängt und uns die Welt als ein Es untertan gemacht. Wir haben die Welt verobjektiviert, vergegenständlicht. Und nicht nur die Welt, sondern auch unsere Mitmenschen. Wir haben sie zu Dingen gemacht, zu Zahlen.

**Wir:** Wenn Sie hier »Wir« sagen, meinen Sie dann die westliche Zivilisation oder die Menschheit im Ganzen?

**Steindl-Rast:** Ich bin in meinem Leben viel herumgekommen. Dabei habe ich nur selten – bei nordamerikanischen Indianern oder in Afrika – Menschen gefunden, die ursprünglich in dieser Ich-Du-Beziehung leben, und das sogar gegenüber den Dingen, dem Feuer, den Pflanzen. Ansonsten steckt die Welt in toto in dieser Ich-Es-Beziehung. Der nun anstehende Bewusstseinswandel wird das rückgängig machen: weg vom Ich-Es, hin zum Ich-Du; hin zu einer Haltung, bei der die Umwelt zur Mitwelt wird. Auch hier haben wir es wieder mit dem Geist des Wir zu tun.

**Wir:** Das ist eine Veränderung, die nicht allein unser Denken betrifft, sondern uns auch emotional und körperlich verwandelt wird; weil sich – wie Sie sagten – Spiritualität durch alle Dimensionen des Lebens hindurch erstreckt.

**Steindl-Rast:** Richtig, und eben hier kann eine spirituelle Praxis ansetzen, um den Veränderungsprozess zu beschleunigen.

**Wir:** An welche Praxis denken Sie dabei?

**Steindl-Rast:** An eine Praxis, die ich selbst seit langem übe und hilfreich finde. Sie ist sicher nicht die einzige, aber doch eine, die sich wunderbar mit allen anderen spirituellen Traditionen verbinden lässt, wie ich aus eigener Erfahrung weiß. Es ist die Praxis der Dankbarkeit – gratefulness. Alle Menschen verstehen dies.

**Wir:** Schon, aber wie wird daraus eine spirituelle Praxis?

**Steindl-Rast:** Indem Sie Dankbarkeit methodisch üben. Indem Sie Dankbarkeit als innere Haltung kultivieren. Die Voraussetzung dafür haben wir schon besprochen: diese einfache Erfahrung des Es-gibt-mich. Hören wir genau hin: »Es gibt mich.« Das ist nicht: »Ich bin da.« – Da ist ein Es, und von diesem Es ist gesagt, dass es gibt, und zwar mich.

**Wir:** Und Dankbarkeit ist meine Haltung – als Gegebener – gegenüber dem, der mich gegeben hat. Richtig?

**Steindl-Rast:** Ja, denn ich habe mich ja nicht gemacht und nicht entworfen. Ich habe mich empfangen. Und ich tue es jeden Augenblick aufs Neue. Und nicht nur ich tue dies, sondern auch alles andere. Alles, was ist, kommt ständig als ein Geschenk aus diesem Es heraus. Alles ist sich und einander geschenkt. Wenn Sie sich das klar machen und in Dankbarkeit annehmen, dann bekommen Sie eine ganz andere Haltung zu Ihren Mitmenschen und zur Welt. Denn dann entsteht dieser Geist des Wir, von dem wir schon sprachen. Er ist ein Kind der Dankbarkeit.

**Wir:** Aber kann man denn wirklich für alles dankbar sein?

**Steindl-Rast:** Nein, aber darum geht es nicht. In dieser spirituellen Haltung sind Sie nicht dankbar für alles, sondern für die Gelegenheit, sich an Dingen zu freuen, von ihnen genährt, gestärkt und gekräftigt zu werden. Alles, wofür ich gemeinhin dankbar bin – der Sonnenschein, die schöne Kunst, das gute Essen –, all das wäre nichts wert, wenn ich nicht Gelegenheit hätte, mich daran zu freuen. Und für diese Gelegenheit kann ich auch dann noch dankbar sein, wenn ich mit Situationen konfrontiert werde, für die ich nicht dankbar sein kann: Ausbeutung, Unterdrückung, Gewalt, der plötzliche Tod eines Menschen, Untreue ...Ich kann dankbar sein für die Gelegenheit etwas Neues zu lernen, zu wachsen, zu reifen. Im Augenblick ist das oft unmöglich, aber gleichwohl kann ich mich in dem Vertrauen üben, dass mir das Leben wieder und wieder Gelegenheit gibt, mein Potenzial zu entfalten. Und tatsächlich: Wenn wir rückblickend auf unser Leben schauen, dann stellen wir fest, dass es oft die Schicksalsschläge waren, die uns haben reifen und wachsen lassen.

**Wir:** Dankbarkeit scheint mir eine Erscheinungsform der Liebe zu sein. Manchmal habe ich aber den Eindruck, dass sie zu einer Einstellung gerät, die im Kopf verortet ist und dann forciert wirkt. Also eher eine gewollte Dankbarkeit, als eine gefühlte Dankbarkeit. Deshalb die Frage: Ist die spirituelle Übung der Dankbarkeit so etwas wie eine Herzensschulung?

**Steindl-Rast:** Aber ja. Wenn Sie als Herz die innere Mitte des Menschen verstehen. Herz ist mehr als nur Gefühl. Im Herzen sind Wille, Intellekt, Gefühl alle noch eins. Es ist unser Wesenskern, unsere ungeteilte Identität. Deswegen ist Dankbarkeit auch nichts, was man einfachhin anziehen könnte. Wenn Sie einem Kind ein Geschenk machen, dann wollen Sie ja eigentlich nicht, dass es brav »danke« sagt und Ihr Geschenk dann weglegt, sondern dass es damit in sein Spielzimmer verschwindet

und die nächsten fünf Stunden nicht mehr auftaucht. Letzteres ist die wahre Dankbarkeit. Also: Wir zeigen uns dankbar nicht in Höflichkeitsformeln, sondern darin, dass wir mit dem, was uns gegeben und aufgegeben ist, etwas anfangen. Ein dankbarer Mensch macht etwas aus dem, was ihm gegeben ist. Er nimmt das Gegebene an und wird kreativ.

**Wir:** Und wie lässt sich das üben?

**Steindl-Rast:** Eine gute Praxis ist das Sich-Erinnern. Bei jeder spirituellen Praxis spielt das Erinnern eine Rolle. Eine gute Gelegenheit dafür ist der Anfang. Am Morgen, bevor ich die Augen aufschlage, erinnere ich mich daran, dass ich Augen habe. Und bin dankbar dafür. Genauso bei der ersten Tasse Kaffee am Morgen: eine prächtige Gelegenheit, um sich in die Haltung der Dankbarkeit zu bringen. Die Übung besteht also darin: immer einen kleinen Augenblick innezuhalten, wenn Sie mit etwas beginnen. Auch auf der Arbeit. Bevor ich den Computer anstelle, sage ich mir: »Ich habe einen Job, unglaublich, danke.« Oder wenn ich keinen Job habe, dann kann ich doch dankbar dafür sein, dass ich das Essen richten darf – für mich, meine Kinder, mich selbst. Ebenso ist auch das Ende eine gute Gelegenheit oder die Mitte eines Vorgangs.

**Wir:** Eigentlich haben das die großen Religionen doch immer gewusst. Das Tischgebet fällt mir ein oder das Mittagsläuten – Übungen der Vergegenwärtigung und Dankbarkeit.

**Steindl-Rast:** Noch bevor das Wort Spiritualität erfunden wurde, war Dankbarkeit die Spiritualität des Westens. Meine Großeltern kannten das Wort Spiritualität nicht, aber sie waren dankbare Menschen. Gewiss war das Weltbild einfacher. Sie haben Gott gedankt.

**Wir:** Aber wie ist es in anderen spirituellen Welten? In den östlichen Wegen geht es ja teilweise gerade darum, alle Dualität von Mensch und Gott zu überschreiten, um eine Einheitserfahrung zu machen, in der es dann kein Gegenüber mehr gibt, dem ich dankbar sein könnte.

**Steindl-Rast:** Wir müssen uns davor hüten, in ein Muster des Entweder-oder zu fallen: entweder Dualismus oder Monismus. So ist es nicht. In den großen spirituellen Traditionen gibt es ein Sowohl-als-auch. Im Islam etwa heißt es von Gott, er sei der Dankbare. Dankbarkeit – könnte man sagen – ist eine Qualität des Lebens selbst, sofern es Einheit und Vielfalt umfasst. Es ist die Qualität des »gibt« in dem Satz »es gibt mich«. Geber und Beschenkter sind in Dankbarkeit einander verbunden. Der Urgrund verschenkt sich an die Schöpfung in Dankbarkeit, und die Schöpfung fließt dankbar in ihren Urgrund zurück. Es ist ein Kreislauf.

**Wir:** Also weder Dualismus noch Monismus, sondern das Miteinander aus beiden.

**Steindl-Rast:** Ja, eine dualistische Spiritualität geht heute nicht mehr. Dafür wissen wir viel zu gut, dass alles mit allem verwoben und verbunden ist. Ebenso wenig geht eine monistische Spiritualität, weil sie der bunten Mannigfaltigkeit des Le-

bens nicht gerecht wird. Denn das Leben ist Beziehung und der Dankbarkeit werden wir uns dessen bewusst.

**Wir:** Welche Rolle können die christlichen Kirchen übernehmen, wenn es darum geht, das Bewusstsein für diese essentielle Spiritualität der Dankbarkeit zu entfalten?

**Steindl-Rast:** Zunächst müssen wir uns klar machen, dass diese Spiritualität bei Jesus von Nazareth zu finden ist. Er hatte eine kleine Gemeinschaft von Menschen,

die gewaltfrei, egalitär und brüderlich lebte – getragen von der liebenden Grundhaltung der Agape. Auch im Laufe der Kirchengeschichte haben sich wieder und wieder solche Gruppen in der Nachfolge Jesu herausgebildet. Mal wurden sie als Häretiker umgebracht, mal aber auch von der Kirche akzeptiert. Die eigentliche Katastrophe bestand aber darin, dass am Ausgang der Antike der römische Imperialismus in der Kirche Einzug hielt, so dass das römische Imperium bis heute in der römischen Kirche fort dauert. Genau das aber ist heute im Zusammenbruch. Das Machtsystem Kirche hat seine Zeit gehabt. Daher ist von der kirchlichen Struktur nicht mehr viel zu erwarten. Doch gleichwohl gibt es innerhalb der Kirche viele, viele Gemeinschaften, die man auf Hawkens Liste der Vertreter des neuen Bewusstseins finden kann. Diese Form christlichen Lebens hat eine große Zukunft. Zusammenbruch und Neubeginn sind hier nahe beieinander.

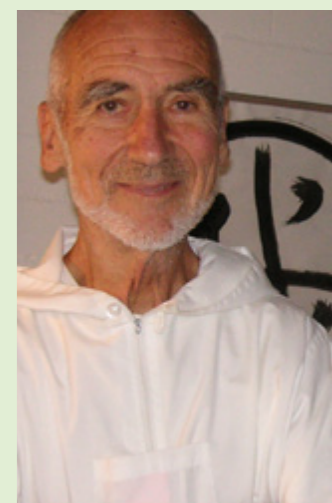
**Wir:** Und das ist gut so?

**Steindl-Rast:** Ja, weil wir im Zuge dieser Bewusstseinsentwicklung zum ursprünglich menschlichen Bewusstsein zurückfinden werden. Das wird zu einer Vernetzung kleiner Gruppen führen. Raimund Pannikar hat immer gesagt. Die Zukunft liegt nicht in einem neuen Turm zu Babel. Sondern in wohlausgetretenen Pfaden von Haus zu Haus. So stelle ich mir die Zukunft des Wir vor. //

## David Steindl-Rast ...

... (geb. 1926 in Wien) ist Benediktinermönch, Weisheitslehrer und Pionier des interreligiösen Dialogs. Besonders das Gespräch mit dem Buddhismus hat ihn nach langen Studien und einer intensiven Zen-Praxis geprägt. Gemeinsam mit Rabbinern, Buddhisten, Hindus und Sufis gründete er 1968 das Center for Spiritual Studies. Heute lebt er größtenteils im Europakloster Gut Aich in der Nähe von Salzburg. Im Internet unterhält er das internationale Network of Grateful Living (Netzwerk Dankbares Leben).

[www.gratefulness.org](http://www.gratefulness.org)



# Verbunden, doch nicht verschmolzen

DAS »WIR« GELINGT, WO MENSCHEN WECHSELSEITIG IHRE BESONDERHEIT ANERKENNEN UND SICH GLEICHWOHL VERBUNDEN WISSEN. UND DIE KUNST DER BEZIEHUNG BESTEHT DARIN, STETS NEU EIN GUTES GLEICHGEWICHT VON INDIVIDUALITÄT UND GEMEINSCHAFT ZU TREFFEN. ÜBERLEGUNGEN UND DENKANSTÖSSE ZU EINER »PSYCHOLOGIE DES WIR«.

MIT DIESEM ESSAY ZUR PSYCHOLOGIE DES WIR SETZEN WIR UNSERE SERIE FORT, IN DER SICH WISSENSCHAFTLER UND KÜNSTLER MIT DER FRAGE BESCHÄFTIGEN, WELCHE ERKENNTNISSE IHRE DISZIPLIN ZU EINER NEUEN WIR-KULTUR BEISTEUERN KANN.

Text: **Karin Kunze-Neidhardt und Hans Neidhardt**

Fotos: **Marc Becher**

**W**ir sollen und wollen einen Aufsatz zur »Psychologie des WIR« schreiben. Wir arbeiten als Psychotherapeutenpaar mit Paaren und mit Gruppen, leben als Ehepaar zusammen und bringen Erfahrungen aus je einer vorherigen Ehe mit. An Einsichten in eine Psychologie des WIR mangelt es nicht, und schon gar nicht an Fachwissen über systemische Konzepte, Persönlichkeitsmuster, Erkenntnistheorie, spirituelle Wege und so weiter.

Wie bringen wir das alles so zusammen, dass daraus ein Text wird, mit dem wir uns einverstanden erklären können und der – außer für uns – hoffentlich für die Leserinnen und Leser dieser Zeitschrift von Bedeutung ist? Und es geht dabei ja nicht bloß um Inhalte. Es geht um Stile, die zueinander finden müssen, zum Beispiel die Begeisterung für die kühle Klarheit des digitalen Denkens (Null – Eins. Ja – Nein. Wenn – Dann) und die Faszination für die Buntheit, den Bilderreichtum, die Metaphern des analogen Denkens. Das eine zu trocken, das andere zu üppig. Es geht um die Empfindlichkeit, wenn die eigene Lieblingsidee beim anderen durchfällt. Und dies und das. Angewandte Psychologie des WIR eben.

Das Ergebnis: eine Ausformulierung unseres gemeinsamen Hinspürens und Nach-Denkens. Welches Phänomen meinen wir eigentlich, wenn wir WIR sagen? Welche psychologischen Prozesse charakterisieren ein WIR? Und wie kann ein WIR gut gelingen? Unser Wunsch: Denk-Anstöße geben. Keine Theoriebildung und schon gar keine »Lehre«.

Denn – zusammen mit einer immer weiter wachsenden Zahl von Menschen – festigen sich in uns die Erfahrung und die Einsicht, dass wir als Paare, Gruppen und letztlich als Menschheitsfamilie die vorhandenen Schwierigkeiten nicht systemimmanent lösen können, sondern dass im Gegenteil die systemimmanen-

ten Lösungsversuche die Probleme verschärfen, dann muss unser Gedankengang zur »Psychologie des WIR« die Psychologie letztlich hinter sich lassen.

**Mehr als die Summe der Teile** Was ist eigentlich dieses WIR? Laut Duden steht es für »mehrere Personen, zu denen die eigene gehört, für einen Kreis von Menschen, in den die eigene Person eingeschlossen ist«. Also ICH + DU (+ DU + DU + ...) = WIR? Eine einfache mathematische Gleichung? So einfach ist das nicht. Schon Aristoteles hat gewusst: »Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.« Da lohnt es also, genauer hinzuschauen. Betrachten wir als Erstes den kleinsten Baustein eines jeden beliebigen WIR, das ICH. Wenn wir »ICH« sagen, meinen wir ja mehr als eine Ansammlung von Körperzellen, wir beschreiben die Person oder besser die Persönlichkeit, als die wir uns sehen. Und das schließt auch Name und Herkunft, Stärken und Schwächen, Vorlieben und Abneigungen ... mit ein. Schon das sogenannte ICH ist ein komplexes Gebilde. Heißt das dann also: Körper + Verstand + Name + Herkunft + Stärken + Schwächen + Vorlieben + Abneigungen + ... = ICH?

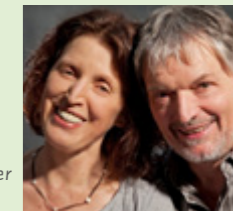
Wenn wir das ICH nicht als feste, sondern als variable Größe verstehen, können wir uns fürs Erste damit zufriedengeben. Denn jeder weiß, dass die einzelnen Summanden unserer Gleichung keine Konstanten sind. Der Körper altert, Schwächen verwandeln sich in Stärken, und Stärken entpuppen sich plötzlich als Schwächen. Wir entdecken neue Fähigkeiten in uns und lernen ständig dazu. Gleichzeitig vergessen und verlernen wir Dinge, die uns nicht mehr wichtig sind oder die wir nicht mehr benötigen. Vorlieben und Abneigungen wechseln, sogar einen neuen Namen können wir annehmen.

Außerdem steht dieses ICH nicht isoliert für sich, sondern bezieht automatisch »das Andere« mit ein – als Unterscheidungs- oder Übereinstimmungsmerkmal. Und wird von ihm beeinflusst. Ein permanentes Wechselspiel. Kein ICH ohne DU. Wenn schon das ICH nicht als absolute Größe definiert werden kann, wie sieht es dann mit dem WIR aus?

**Verflichte Definitionen** Schnell wird klar: Auch das WIR ist keine feste Größe. Beziehungspartner wechseln, Gruppen vergrößern



**Karin Kunze-Neidhardt** ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, Supervisorin und Organisationsberaterin, **Hans Neidhardt** ist Diplompsychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Autor (Das Enneagramm unserer Beziehungen, Rowohlt-Verlag – mit M.A. Gallen) und Ausbilder für Focusing (DAF).



ßern oder verkleinern sich, lösen sich auf und definieren sich neu, der Wechsel von Staatsangehörigkeit oder Religionszugehörigkeit ist möglich, selbst Ländergrenzen unterliegen Veränderungen. Wer also definiert das WIR?

Zuerst denken wir an vorgegebene äußere Strukturen wie geografische, familiäre, gesetzliche oder wirtschaftliche: Ich bin Teil eines Volks, einer Nation oder einer Familie, bin Einwohner einer Stadt oder eines Dorfes, Mitglied einer Wohngemeinschaft, eines Vereins oder einer Partei, Mitarbeiterin einer Firma. Aber auch wenn ich formal dazugehöre, heißt das noch nicht, dass ich mich zugehörig fühle. Oder umgekehrt: Ich fühle mich zugehörig, obwohl ich es formal nicht bin. Wenn wir genauer hinschauen, wird deutlich, dass dieses WIR, von dem wir hier sprechen, eine subjektive Angelegenheit ist und keine formale. Und damit eine Variable, weil schon das ICH, wie wir gesehen haben, nicht statisch ist.

Jedes WIR schließt ganz selbstverständlich bestimmte Menschen ein und grenzt sich von anderen ab: Ihr gehört dazu, und

**Keine Gruppe, angefangen von Paaren bis hin zu Nationen, steht isoliert für sich, sondern lebt vom Unterschied zu und vom Wechselspiel mit »den Anderen«.**

ihr gehört nicht dazu. Also gilt auch beim WIR: kein WIR ohne IHR. Keine Gruppe, angefangen von Paaren bis hin zu Nationen, steht isoliert für sich, sondern lebt vom Unterschied zu und vom Wechselspiel mit »den Anderen«. Auch hier lassen sich keine klaren Grenzen ziehen. Und die Komplexität erhöht sich mit zunehmender Größe.

Definitionen helfen, Komplexität zu reduzieren. Die große Gefahr dabei ist: Wenn wir uns mit unserer Definition des »Ich« oder des »Wir« zu sehr identifizieren, dann geben Eingrenzung und Abgrenzung nicht nur Identität und Struktur und damit Schutz, sondern verringern oder blockieren die Lebendigkeit (denn Leben ist Inter-Aktion). Und die an sich hilfreiche Unterscheidung (Ich – Du, Wir – Ihr) wird destruktiv. Auf der anderen Seite: Wenn es gar keine Verständigung über das gibt, was ich und du (und du und du...) als »unser WIR« verstehen wollen, ist ein konstruktives Miteinander nur schwer oder gar nicht möglich.

**Ein westliches Problem** Im Übrigen handelt es sich hier um ein typisches Problem westlichen Denkens, das abgegrenzte Objekte braucht, die dann anschließend hinsichtlich ihrer Beziehungen zueinander untersucht werden. Das östliche Denken hat die Relationen im Vordergrund: Der Raum wird nicht als leerer Raum gesehen, in dem sich abgegrenzte Objekte befinden, sondern als Beziehungsraum, der gefüllt ist mit lebendigen Interaktionen. Die einzelnen Objekte treten in dieser Betrachtungsweise in den Hintergrund. Ein Beispiel dafür ist die Kunst des Ikebana, die darin besteht, die Zwischenräume zwischen den Blüten, Zweigen, Steinen usw. zu gestalten. Eine Sichtweise, die für ein umfassenderes Verständnis des WIR außerordentlich hilfreich ist.

Denn eine formale (»westliche«) Definition des WIR, z.B. über Mitgliedsbeiträge, ist im Sinn einer Grenzziehung sicher aus praktischen Gründen erforderlich, sagt

aber noch gar nichts über die Qualität dieses Wir, also darüber, wie dieses Wir beschaffen ist, und vor allem, ob es den beteiligten Menschen und letztlich dem Leben dient. Wir haben hierzulande ja eher ein Überangebot an sozialen Einrichtungen und Angeboten, die formal gut definiert sind, aber oft an Überstrukturiertheit, Kälte und emotionaler Verarmung kranken.

Betrachten wir das Phänomen WIR stattdessen als Wechselwirkungs-Wirklichkeit! Lassen wir das ICH und das DU etwas zurücktreten und legen wir das Hauptaugenmerk auf die Frage: Was findet zwischen uns statt? Betonen wir weniger die Einzelteile, aus denen sich das Ganze zusammensetzt, und stattdessen mehr die ständig sich ereignenden Wechsel-Wirkungen in den Zwischenräumen!

Auf dieser Grundlage können wir nach Prozess-Bedingungen fragen, die wichtig sein könnten, damit dieses WIR gelingen, das heißt leben, atmen, sich entfalten und schöpferisch tätig