

(Der Vortrag wurde gehalten auf der Herbsttagung der GLE-D am 16.09.2017 in Hannover)

**Ich kenne dich nicht, doch brauche ich dich?**

**Mut zur existentiellen Begegnung mit dem Fremden**

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kollegen und Kolleginnen,

das Thema dieser Tagung entstand unter dem Eindruck der immer noch aktuellen Flüchtlingskrise. Wir werden in Europa, in Deutschland, mit vielen Menschen aus dem Mittleren Osten und aus Afrika konfrontiert, die ihre Heimat verlassen, weil sie dort aus politischen oder wirtschaftlichen Gründen nicht mehr leben können.

Die Hoffnung nach einem besseren Leben lässt sie eine gefährliche Reise beginnen, oft finanziert durch die zurückgebliebenen Familien oder durch eigene Ersparnisse. Die Reise, die sie antreten, ist eine Reise ins Ungewisse, in die Fremde.

Ich kann nicht entscheiden, ob die Gründe zu kommen und wegen politischer Verfolgung und Asyl anzusuchen, ausreichen, um ein Bleiberecht zu bekommen oder ob sie einfach „nur“ Wirtschaftsflüchtlinge sind.

**Ein besseres Leben für mich und meine Angehörigen** erreichen zu wollen, ist für mich – ganz privat gesprochen - ein sehr guter Grund loszuziehen und mein Glück in einem fernen Land, hier in Deutschland, zu suchen.

Migration hat es schon immer gegeben: Bis 1973 kamen viele der sogenannte Gastarbeiter nach Deutschland und auch heute kommen wieder viele Menschen aus Europa zu uns.

Andererseits sind zu vielen Zeiten Deutsche in die Fremde gezogen, zum Beispiel ins „gelobte Land“ nach Amerika. Nordamerika war eine Verheißung und bedeutete eine Rettung aus dem politischen und wirtschaftlichen Elend in den deutschsprachigen Ländern von der Reformation an bis zum 2. Weltkrieg.

In Deutschland gab es mal und gibt es auch heute noch vielerorts eine Willkommenskultur, eine Neugierde und eine Offenheit, die entstehende Herausforderungen und Probleme durch die Integration der MigrantInnen anzunehmen. Die Begegnung mit Menschen eines anderen Kulturkreises wird auch als eine Bereicherung für unsere Gesellschaft empfunden.

Diese Willkommenskultur hat sich jedoch verändert. Es sind **Reserviertheiten, Ängste** und auch **Erleben von Überforderung** deutlich geworden.

Migranten sind erst einmal fremd, bringen fremde Gebräuche, religiöse Traditionen und so weiter mit sich. Es gibt Ängste, dass nicht genug Ressourcen für alle da sind. Menschen fürchten sich vor sozialen Abstieg und zunehmender Armut. Entstehende Ängste müssen wir ernst nehmen. Ansonsten gelangen wir nicht in einen konstruktiven – als ExistenzanalytikerInnen sagen wir „personalen“ Umgang mit diesen Ängsten.

Doch was hilft uns mit **den Fremden** in einen personalen Umgang zu kommen?

Wir hatten als TagungsorganisatorInnen den Eindruck, dass wir den Blick noch einmal weiten müssten.

Weg vom aktuellen dringlichen gesellschaftlichen Geschehen hin zum **Phänomen der Begegnung mit dem Fremden an sich.**

Wir wollen die Annäherung aus dem unmittelbaren Erleben heraus versuchen und dann das Erfahrene auf dem Hintergrund der Existenzanalyse einordnen.

### 1. Geleitete Imagination:

Ich möchte Sie jetzt zu einer ganz persönlichen Annäherung zu unserem Tagungsthema einladen. Setzen sie sich bequem hin und lassen ihren Blick vor sich zu Ruhe kommen. Oder schließen Sie die Augen, wenn Sie mögen...

Holen Sie sich eine Situation hervor, in der Sie jemanden oder etwas ... einen anderen Menschen, eine Gruppe von Menschen oder einfach eine bestimmte Situation als fremd erlebt haben... wo Sie sich fremd gefühlt haben ...

Vielleicht erinnern Sie sich an die Übung, die wir eben mit Frank Gottschling gemacht haben... oder an eine andere Situation in Ihrer unmittelbaren Umgebung, auf der Arbeit, auf dem Weg dorthin, im Urlaub ... oder wo auch immer Sie gewesen sind.... Das kann das Zusammentreffen mit einem anderen Menschen sein, den Sie noch nicht kannten, dessen Verhalten Sie befremdet oder irritiert hat .... oder auch jemanden, den Sie schon lange meinten zu kennen und der Ihnen jetzt fremd erscheint .... Wer ist das? .... Der Partner, das Kind, die Eltern, der Kollege oder die Kollegin .... Erinnern Sie den Moment, als Ihnen die Fremdheit bewusst wurde? ... Abrupt oder schleichend? Wenn Sie sich

erinnern.... Was macht das mit ihnen? Was ist ihr erster Impuls?  
Erstarren? Hin? Mehr davon? .... Bloß weg? .... Ihr erstes Gefühl? .....

Gibt es Gedanken? ... Wie reagiert Ihr Körper? ... Reagiert er überhaupt  
oder ist er erstarrt? ...

**Oder ganz anders:**

Zieht Sie das Fremde, das Fremdartige, Unbekannte, Neue irgendwie  
an? Energetisiert und erfrischt es Sie? Lassen Sie das Erleben in Ihrer  
Imagination deutlicher werden ... Vielleicht spüren Sie es gerade jetzt  
wieder. Stellen sich weitere Gefühle ein? Erinnern Sie sich, wie es Ihnen  
weiter ergangen ist? Konnten Sie selbst-entschieden damit umgehen?  
.... oder ist es mit Ihnen durchgegangen.... ? Und Sie haben sich gar  
nicht mehr ausgekannt mit sich selbst? .... Sind sich selber vielleicht  
fremd geworden? ....

Nun bitte ich Sie, sich wieder zurück zu orientieren ... hier in den Raum.  
Nehmen Sie sorgsam Ihre Außengrenzen wahr. Machen Sie sich klar,  
dass alles, was Sie erlebt haben, zunächst einmal vorbei ist. Sie sitzen  
jetzt hier, am 16. September auf unserer Herbsttagung.

Was Sie gerade erlebt haben, ist das, was wir tagtäglich erleben können.  
Es ist nicht zu vermeiden, das gehört zu Menschsein dazu: Wir erleben  
geplant und noch häufiger ungeplant, dass uns etwas befremdet oder  
fremd wird. Wie wir ungefragt in die Welt geworfen wurden, werden wir  
mit Fremden konfrontiert. Vom Beginn unseres Werdens,

2. Die existentielle Situation **Folie 2**

Die Person ist ausgerichtet auf ihre Umwelt und auf den Anderen und ist  
offen für die Möglichkeiten einer Situation.

Zunächst ist der Kontakt mit dem Anderen vielleicht noch nicht personal, frei und offen. Es gibt unter Umständen noch keine echte Bereitschaft für die gegenseitige Begegnung. Denn Offensein bedeutet auch das Risiko einzugehen, selber berührt und verändert zu werden.

Viktor Frankl: „Ganz Mensch ist der Mensch eigentlich nur dort, wo er ganz aufgeht in einer Sache, ganz hingeeben an eine andere Person“ d.h. der Mensch braucht den Anderen/ das Andere, um „ganz“ zu werden. Er braucht ein Ausgerichtetsein auf die Welt, um selber in Berührung mit dem Leben zu kommen:

K. Jaspers sagt auf die Frage: „Was ist der Mensch?“

„Was der Mensch ist, ist er durch die Sache, die er zu seinen macht.“  
(Zit. nach Frankl 1983, 178).

Weder Jaspers noch Frankl definieren, was der Mensch ist, doch sie zeigen, dass der Mensch entscheiden kann, wer er sei und das muss er sein Leben lang (Alfried Längle).

(Viktor Frankl: „Menschliches Sein ist entscheidendes Sein.“ )

Beiden gemeinsam ist die Einstellung, dass der Mensch sich nur an seinem Gegenüber, den anderen der er nicht wieder er selbst ist (Frankl ebd.) entfalten und definieren kann.

Der Mensch kann nicht monadisch auf sich selbstbezogen oder aus sich selbst bestimmen, wer er ist. Er brauchen das Bezogensein.

Zitat von Martin Buber: „Das Ich wird am Du zum Ich.“

Durch Verinnerlichung (des Äußeren) schafft sich der Mensch selbst – in der Äußerung findet sich der Mensch wieder. So ist das Innen und Außen nicht mehr strikt getrennt. Es ist prozesshaft-dialogisch miteinander verbunden.

Wie wir anderen begegnen und mit ihnen umgehen, so gehen wir auch mit uns selber um. Es ist immer Beziehung zum anderen und zu mir selber. Immer muss ich entscheiden und mich verhalten und auch entscheiden, ob ich mich verhalten und einlassen will.

### **3. Der Begriff des Eigenen und des Fremden verweist auf den Begriff der Identität und des Selbst: Wer bin ich? Folie 3**

Andersartigkeit erzeugt eine Lebensspannung, die Spannung der Beziehung, zwischen dem Noch Nicht und dem, was werden soll, dem Sein und Sollen (Frankl 1970,51). Hier kommt auch der schillernde Begriff des Selbst ins Spiel. Das Selbst entsteht durch das Andere/den anderen Menschen.

Entwicklungspsychologisch gesehen sind wir ohne die Wärme und Halt des anderen Menschen (meist der Eltern) nicht lebensfähig. Wir lernen durch Aneignung von und Auseinandersetzung mit fremden nicht gekannten Inhalten. Die Rückmeldungen der Umwelt „Du bist toll du bist begabt“, „Du bist ein Schuft“, „Du bist ein Verlierer“ werden Teil unseres Selbst, Teil unserer Identität.

Emotionswahrnehmung und –dekodierung und somit auch die Wahrnehmung von Werten sind Fähigkeiten, die wir von den Anderen erlernen, bevor wir sie personal, d.h. frei und selbstbestimmt, bestätigen oder verwerfen können.

Das Selbst ist das angeeignete Andere, durch bewusste und unbewusste Stellungnahmen der Person:

Somit entsteht ein Freiraum, „in dem das Ich atmet“ (Frankl 1984 169).

#### 4. Die zwei Beziehungsweisen zum Anderen (Buber) Folie 4

Martin Buber unterscheidet nun zwei „Beziehungspaare“, in denen sich unterschiedliche Haltungen dem Anderen gegenüber ausdrücken:

##### **Ich – Du** und **Ich – Es**

Das **Ich** steht für den Menschen, der sich einmal zum Anderen /zur Welt als einem **Du** und ein anderes Mal als einem **Es** verhält.

Wenn der Mensch den Anderen/die Welt als Objekt sieht, das er analysiert und einordnet, dann ist er im **Modus des Erfahrens und Gebrauchens**. Das Ich ist das **Subjekt seiner** Erfahrungen. Es kommt zur **Subjekt Objekt Spaltung**.

##### Folie 5

Wenn der Mensch dem Anderen/die Welt innerhalb einer Beziehung begegnet, in dem er sich ihm als einem **Du** zuwendet und einen unmittelbaren Wesenskontakt herstellt, ist der Andere **nicht mehr bloß** ein Objekt, sondern ein Wesen, das mich berührt.

##### Folie 6

**Ich Du Begegnungen** sind jedoch nur kurz. Bin ich mit dem einem Menschen einen Moment „fugenlos“ verbunden, sehe ich plötzlich dessen schönen Augen, die mich begeistern/Faszinieren und schon bin ich wieder in der **Ich-Es Beziehung**. Du-Welt und Es-Welt wechseln sich ab.

Buber geht davon aus, dass auch bei der intimsten Begegnung eine „Urdistanz“ bleibt. Das ist ein Hinweis darauf, dass es etwas Unverfügbares und Unerreichbares im Anderen gibt.

5. Durch was wird das Andere/ der Andere zum Fremden? Folie 7

Kennen Sie das vielleicht, dass Sie auf Reisen sind und an der Bar oder auf der Wanderung auf dem Jakobsweg jemanden völlig Unbekannten treffen und das Gefühl haben, sie kennen sich seit Jahren?

Das Fremde an sich kann nicht das Unbekannte sein.

Oder andersherum: Sie erinnern sich vielleicht an eine Partnerin, die sie einmal geliebt haben. Nach einigen Jahren sitzen sie einander gegenüber und Sie fragen sich, wer der/die Andere ist. Sie stellen fest, dass sie Ihnen völlig fremd geworden ist. Also auch Bekanntes kann sich uns ent-fremden.

Manche Menschen sagen, Fremdheit entstünde durch einen Mangel an Wissen über jemanden oder eine Sache. Da müsste man Aufklärungsprogramme starten. Aber auch Unwissenheit allein führt nicht zur Fremdheit. Wissen und Kenntnis reichen nicht aus, um die Fremdheit zu überbrücken.

Wie ist es mit der Verschiedenheit vom Eigenen? Macht diese Verschiedenheit das Fremdheitserleben aus? Jemand kommt aus einer anderen gesellschaftlichen Schicht als ich, einem anderen Kulturkreis, hat ein anderes Geschlecht oder geschlechtliche Orientierung, interessiert sich für ganz andere Dinge.

Aber wenn das Fremde nur durch Verschiedenheit entstünde, dann könnte ich selber oder mein eigenes Verhalten mir nicht fremd werden.



## Folie 8

**6. Es lassen sich drei Ursachen für die Entstehung von Fremdheit finden:**

## Folie 9

a. Auf der existentiellen Ebene zeigt sich die Fremdheit zunächst als **Beziehungsarmut**.

Diese Beziehungsarmut kann auf unterschiedlichste Weise entstehen:

- Etwas kann fremd sein und bleiben, weil ich mich nicht darauf einlasse, zu bequem bin oder es passt nicht zu meinen Gewohnheiten.
- Vorkenntnisse, Vorstellungen und Meinungen halten mich ab, mich ihm zu nähern, mich damit auseinanderzusetzen.
- Ich kann es für unwichtig und belanglos halten.
- Ich habe es versucht, das andere zu erreichen, aber es blieb mir verschlossen.

b. Ein weiterer Grund kann im **Nicht-Selber-Sein-Können** liegen.

## Folie 10

Angesichts des Anderen kann derjenige nicht bei sich bleiben, zu sich stehen. Er fühlt sich bedrängt, in Frage gestellt und angegriffen. Statt einer Leere wie in Punkt a stellt sich Angst ein. Das Leben wird als abgründig erlebt. Längle spricht von dem Schrecken des Nichts, der Nichtigkeit und der Vernichtung, die uns beherrschen. Wir können nicht frei sein zum Anderswerden. Unser Verhalten darauf gerät zur Flucht oder zur Auflehnung. Die Selbstbestimmung geht verloren.

Denken Sie wieder an eine Partnerschaft, in der über die Jahre hinweg die Beziehung zu eng geworden ist, und die Partner einander nicht so sein lassen, können wie sie sind. Aus Verlustangst können persönliche Entwicklungen nicht mehr zugelassen werden. Die Partner werden

einander fremd. Ehen brechen auseinander oder die Partner suchen sich neue Beziehungspartner, von denen sie sich wieder gesehen fühlen.

**c. Fremdheitserleben entsteht also durch die Beziehungsarmut und durch den Verlust der Freiheit. Folie 11**

Aber Beziehungen können immer verarmen und Freiheit ist immer bedingt durch die Einschränkungen des Alltags. Demnach muss es immer zu Fremdheitserleben und Entfremdungen kommen. Dazu kommt, dass bei aller gelungenen Annäherungen an die Dinge und an die Menschen immer eine **Fremdheit und Andersartigkeit** im Erleben bleiben.

Karl Jaspers erinnert: „Der Mensch ist immer mehr als er selbst und andere von ihm wissen.“ Mit meinen Worten: Da bleibt immer ein Geheimnis, etwas Nicht-Gewusstes und Nicht-Bewusstes, das uns überraschen kann.

An dieser Stelle ist es nach Längle von zentraler Bedeutung, Verantwortung zu übernehmen in der Beziehungsarmut und im Freiheitsverlust.

Frankl sagt: „Unser“ ist das Dasein überhaupt nur, soweit es verantwortetes Dasein ist“. Damit lasse sich die Fremdheit überwinden. Nach Längle: Stelle ich mich in die Verantwortung, dann verliert sich die Fremdheit, mag die Sache an sich auch noch so problematisch bleiben, den Verantwortung ist Aufnahme der tiefsten Beziehung.

Wenn wir uns strukturtheoretisch vor dem Hintergrund der Grundmotivationen (Längle 2014) dem Thema nähern, erscheinen mir folgende Aspekte von Bedeutung zu sein.

**Folie 12**

**1. Grundmotivation (Strebung nach Halt, Schutz, Raum)**

Wir brauchen Sicherheit und Strukturen, die es uns erlauben, uns dem anderen zu nähern bzw. Annäherung auszuhalten.

Sind wir leiblich-räumlich bedroht, können wir uns nicht öffnen und einlassen auf den Anderen. Das Fremde am Anderen bleibt uns fremd.

Wir verschließen uns, suchen das Weite oder verteidigen uns.

## **2. Grundmotivation (Strebung nach Beziehung und Nähe)**

Wir wollen in Beziehung mit Anderen/mit dem Anderen kommen. Unsere emotionale Beziehungsfähigkeit hängt von unseren Vermögen und Bereitschaft ab, uns dem Anderen zuzuwenden, uns zu öffnen und Zeit aufzubringen, damit sich der Andere in seiner unbedingten Werthaftigkeit und seiner Potentialität zeigen kann und wir ihn darin spüren können.

Wenn ich den Anderen „in dem Wert, der er ist“ annehme, habe ich die Chance, die Fremdheit zu überwinden. Ich spüre „etwas“ vom Anderen, der mir vielleicht noch fremd ist und vielleicht auch bleibt, aber ich bin ihm näher und die Fremdheit nimmt ab bzw. ist besser aushaltbar.

## **3. Grundmotivation (Strebung, authentisch sein zu dürfen/ ausreichend Respekt und Achtung zu erhalten)**

### **Folie 13**

Um in einen personalen Umgang mit dem fremden Anderen zu kommen, muss ich den Anderen so sein lassen, wie er ist. Ich muss anerkennen, worauf der Andere stolz ist. Ich muss ihm respektvoll gegenüberstehen, seine Grenzen respektieren und gleichzeitig auf meine Grenzen achten.

Es ist wichtig, nicht so schnell Gemeinsamkeiten herstellen. Der Satz „Wir sind doch alle gleich“ stimmt so nicht. Das ist nicht Gerechtigkeit, sondern Gleichmacherei. Es ist wichtiger, den anderen in seiner Unterschiedlichkeit zu sehen und auszuhalten. Und auch mich in meinem Anderssein anzuerkennen und auszuhalten.

Wenn die Grenzen verletzt werden, kann kommt es zu Kränkungen kommt, besteht die Gefahr, dass es zu einem blinden Zorn kommt. Waldenfels sagt, dass die „aggressive Verteidigung des Eigenen meist einer Verunsicherung oder einer Verwundung entspringt.“ Dann schlägt u.U. Fremdheit in Feindschaft um.

Während Gegnerschaft auf einen sachlichen Konflikt beruht, zielt Feindschaft auf den Anderen selbst. Der **Anblick des Anderen** weicht dem, was wir selbst an ihm sehen, nämlich unsere Vorurteile und Zusprechungen. Der Feind wird zu einem blick- und wortlosen Wesen ohne Antlitz (Waldenfels 2007).

#### **4. Grundmotivation (Strebung nach einem Wozu im Leben und sinnvollen Lebenszusammenhängen)**

##### **Folie 14**

Um zu einer Annäherung an den fremden Anderen zu kommen, ist es hilfreich sich zu überlegen, was ist denn das verbindende Interesse, was ist die Vision, der Kontext in der das Projekt der Annäherung passiert? Wozu machen wir das denn? Wenn ich keine gemeinsame Vision habe, wird sich Sinnleere breit machen, dann wird das Bemühen mühevoll und zu einer sinnentleerten Aktion, „einer Mission Impossible“.

##### **Abschluss Folie 15**

Die Annäherung an den fremden Anderen ist ein wechselseitiger Prozess, ein dialogischer Prozess, der von beiden Seiten gestaltet werden muss. Wenn sich eine Seite verweigert, kann es nicht zu einer Überwindung des Fremden kommen. Wir brauchen Mut, die einzelnen Schritte zu unternehmen und das Vertrauen, dass der Andere oder das

Mir-Fremd-Seiende, sich mir eröffnet, wenn ich ihm Zeit und Raum gebe, sich mit seinen Qualitäten, Bedürfnissen und Einstellungen zu zeigen.

Ein personaler Umgang kann nur gelingen, wenn wir uns selber ernstnehmen und nicht über eigene Emotionen und Bedürfnisse hinweggehen. Wir müssen Andersheit und Fremdheit aushalten und benennen dürfen, wenn etwas uns fremd bleibt – was nicht heißt, dass es weniger wert und wir mehr wert sind.

Wenn ich nicht in Berührung mit dem Anderen bin, kann diese Tatsache mich berühren, personal angehen.

Ich kann einen entschiedenen Umgang damit finden – ohne dass so genannte Primäre Emotionen – Affekte – Impulse mein Handeln bestimmen. Ich muss den Anderen nicht zum Feind machen.

Ich möchte mit einem kurzen Wortwechsel aus Pascals „Pensees“ enden, den ich bei Waldenfels (2007) zitiert fand: **Folie 16**

„Weshalb tötet Ihr mich?“ „Weshalb? Wohnt ihr nicht jenseits des Wassers? Mein Freund, würdet Ihr diesseits wohnen, so wäre ich ein Mörder und es wäre ungerecht, Euch auf diese Weise zu töten; doch da Ihr am anderen Ufer wohnt, bin ich ein tapferer Mann, und es ist gerecht“.

Ich hoffe, dass wir als Existenzanalytikerinnen und Existenzanalytiker zu einem der Würde des Anderen entsprechenden Umgang mit dem und den Fremden kommen können.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

## Literatur

Buber M (2008) Ich und Du. Stuttgart: Reclam

FRANKL V.(1970) The will to meaning. New York: New Am. Library.

(1983) Theorie und Therapie der Neurosen. München: Reinhardt

(1984) Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber

JASPERS K zit. nach Frankl V. 1983, p. 178

Längle A, Von wo das Fremde kommt (Vortrag)

(2014) Lehrbuch zur Existenzanalyse. Grundlagen. Wien: Facultas

Waldenfels B (2007).: Das Fremde denken Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History 4, 361-368

Pascal B (2012) *Gedanken*. Berlin: Suhrkamp. Übersetzt von Ulrich Kunzmann.

Kommentar von Eduard Zwierlein.