

Das Ich-Gesicht

Ein Mann erzählt voller Entsetzen und Ratlosigkeit, wie er nach einer Geburtstagsfeier sofort daranging, die Wohnung akribisch zu säubern. Wie in Trance jagte er durch die Zimmer und putzte und wischte, was das Zeug hielt. Erst als alles vorüber war, hielt er inne und schüttelte den Kopf über sich selbst. Er konnte sich sein Verhalten überhaupt nicht erklären.

Das Rätsel löste sich schnell. Der Mann kennt dieses Verhalten von seiner Mutter. Eine gezielte Nachfrage ergab folgendes Bild: In bestimmten Bereichen liebt der Mann die Ordnung, in anderen ist er ein absoluter Chaot. Bei der Arbeit verhält er sich wie sein Vater, allein mit seinen Kindern wie ein großer, manchmal aber auch wie ein kleiner Bruder. Bei seiner Frau fühlt er sich mal wie ein pubertierendes Mädchen oder wie ein kleiner Junge, dann wieder wie eine Mischung aus Mutter und Vater oder wie ein Fels in der Brandung. Wenn er unter Schmerzen leidet, kommt er sich hingegen wie ein alter Mann vor. Mit anderen Worten: Je nach Lebensbereich und Zeitpunkt beschreibt er sich völlig anders.

Dieser Mann ist beileibe kein Einzelfall, unzählige Berichte ließen sich dem hinzufügen. Wir alle leben das gleiche Bild der Vielfalt, dessen Verständnis unsere große Herausforderung ist. Vor ihr stehen wir keineswegs nur in der therapeutischen Arbeit. Die Vorstellung eines einheitlich stabilen, sich selbst reflektierenden Ich wird dieser Vielfalt einfach nicht gerecht. Mit unterschiedlichen Rollen lässt sich das Phänomen nicht erklären, da wir zwar durchaus erkennen, dass unser Verhalten nicht unseren Überzeugungen

entspricht, alle Versuche, diese umzusetzen, aber kläglich scheitern. „Das bin doch nicht ich“, „So möchte ich doch nicht sein“, „Ich kenne mich selbst nicht wieder“ oder „Ich möchte nicht so sein wie meine Eltern“ – so ähnlich lauten dann die Erklärungen und Entschuldigungen, wenn es um Verhaltensweisen geht, die nicht in das eigene Selbstbild passen.

Für das geschilderte Handeln gibt es häufig keine gesellschaftlichen Erwartungen. Auch verlieren wir uns in dem Versuch, zwischen Ich und Rolle eine sinnvolle Trennlinie zu ziehen oder die Gemeinsamkeit der beiden zu verstehen. „Bin das wirklich ich oder erfülle ich nur eine Rolle?“ An dieser Frage müssen wir scheitern und verabschieden deshalb den Begriff der Rolle. Er erklärt nicht, er verschleiert das Wesentliche.

Unsere Aufgabe besteht nun darin, die bunte Vielfalt und Komplexität des menschlichen Handelns durch eine ebenso komplexe Struktur des Ich zu erklären, ohne dabei die Einheit der Person aus den Augen zu verlieren. Dabei soll uns die Einführung der „Ich-Gestalt“ beziehungsweise des synonym verwendeten „Ich-Gesichtes“ helfen.

Um zu verstehen, was das Ich-Gesicht meint, gehen wir zurück in die ersten Lebensjahre des Kindes. Es lernt den aufrechten Gang, den Gebrauch seiner Hände und die Sprache seiner Eltern. Doch bis es so weit ist, spricht es über sein Handeln mit uns. In diesem Handeln und Erleben erkennen wir die Einheit all dessen, was wir nur noch getrennt zu denken vermögen: Wahrnehmen, Fühlen, Denken und Handeln. Das Kind erlebt diese Trennung nicht, es kennt nur die Einheit der Präsenz, seinen hellwachen

Zustand. Mit feinsten Antennen ausgestattet, wächst es auf als Spross seiner Familie und spricht die Sprache der Handlung. Diese zu verstehen, fällt oftmals schwer, zu sehr leben wir über die Sprache der Worte und im Selbstverständnis einer Verstandeskultur.

Das bildlose Ich

Alles, was das Kind sieht, hört, fühlt, erkennt, sich vorstellt, ahnt und tut, geschieht im Zustand der Einheit. Noch verfügt das Kind nicht über die Worte, mit denen es sich mitteilen könnte. Es spricht mit der ganzen Palette seiner Möglichkeiten: Es kann lächeln, schreien, weinen, verstummen, summen und dergleichen mehr; es spricht die Sprache der Handlung, denkt und handelt in Bildern. In alledem ist seine Erkenntnis enthalten. Das Kind lebt die „Präsentis“, den Geist der Einheit aller menschlichen Funktionen und der Einheit mit der Welt, vorab seiner Daseinsgeber Mutter und Vater. Die Präsentis kennt kein Ich und Du, keine Unterscheidung zwischen einem erkennenden und handelnden Subjekt und dem erkannten oder benutzten Objekt, ebenso wenig diejenige zwischen bewusstem und unbewusstem Handeln. Das Kind kennt auch keine Ich-Grenze. Es kann nicht unterscheiden zwischen Verstand, Gefühl und körperlicher Empfindung, alles ist eins.

Alles Handeln entspringt ein und derselben Wurzel, eben der Präsentis. In dieser Einheit empfängt das Kind tagtäglich aufs Neue sein Dasein durch die liebende Zuwendung und Wahrnehmung durch seine Daseinsgeber. In dieser Einheit der Präsentis erlebt es auch sein Gegenüber, mit dem es sich eins fühlt.

Alles ist eins im bedingenden Fluss der Liebe. Dasein ist kein einmalig vollzogener Akt der Geburt, mit dem Dasein muss der Säugling permanent weiter versorgt werden, sowohl über das Stillen wie über die liebende Zuwendung und das Wahrgenommenwerden. Das Kind bleibt auf diese Weise Daseinempfänger, die Mutter Daseinsgebende.

Das noch bildlose Ich der kindlichen Präsentis unterliegt keiner räumlichen Begrenzung und findet sich eingebettet in das umhüllende Ich der Mutter, von dem es mit Dasein versorgt wird. In der Mutter liegt auch das Zentrum der kindlichen Präsentis, denn auch das kindliche Erleben hat immer ein Zentrum und eine Peripherie. Dieses Zentrum ist keineswegs statisch; es kann sich innerhalb des Kindes befinden, wenn die Mutter schwach ist, oder zwischen beiden hin- und herwandern. Im Allgemeinen befindet sich das Zentrum in der Mutter, denn es ist ja keine Einheit von Gleichen, sondern eine zwischen Daseinsgeber und Daseinempfänger, also eine Einheit der existenziellen Abhängigkeit. Zudem handelt es sich um eine Einheit zwischen dem noch bildlosen Ich des Kindes und dem vielgestaltigen Ich der Mutter – ein Aufeinandertreffen mit vielen Konsequenzen. Das noch geschichtslose Kind trifft auf eine Mutter, die vollkommen aus Geschichte besteht.

Wenn wir das Muttersein über mehrere Tage hinweg beobachten, stellen wir fest, dass es großen Schwankungen unterliegt, die vonseiten des Kindes jeweils mitgegangen werden. Das Kind wird also ganz natürlich mit den vielen Ich-Gesichtern der Mutter konfrontiert und lernt damit umzugehen. Aber nicht nur das, es ist bereits in den ersten Lebensmonaten in der Lage, die unbewältigten Themen der

Mutter zu erkennen und darauf zu reagieren, etwa durch die Verweigerung der Nahrungsaufnahme beim Stillen. Das Kind spricht ausschließlich in der Sprache der Handlung. Ausgestattet mit feinsten Antennen durch die Einheit der Präsenz, nimmt es alle Regungen und Bewegungen der Mutter wahr, erkennt deren Bedeutung und antwortet darauf. Es gestaltet auf dieser Basis hochaktiv die Beziehung. Erhält es keine Antworten, weil die Wahrnehmung der Mutter ausbleibt oder sie selbst keine Antworten bekommen hat und nicht weiß, was das Kind benötigt, reagiert der oder die Kleine sofort.

Es formt sich somit ein Bindungsmuster, das Grundlage der kindlichen Entwicklung wird. Die Mutter kann diesen Prozess in keiner Weise steuern; hier wiederholen sich ihre eigenen Erfahrungen als Kleinkind, die nicht Teil der Erinnerung sein können. Auf diese Weise wird die Mutter immer ihre eigene Geschichte an ihr Neugeborenes weiterreichen. Niemand kann sich dem entziehen. Nur der kleinste Teil unseres Gedächtnisses, das identisch ist mit unserem Handeln, ist erinnerbar. Die Wurzeln unserer Persönlichkeit liegen im Dunkeln, sind aber unmittelbar sichtbar im Handeln der Gegenwart.

Viele Erwachsene erleben die Einheit ganz ähnlich. Sie beschreiben diesen in den meisten Fällen höchst unangenehmen, gar bedrohlichen Zustand etwa folgendermaßen:

„Ich weiß nicht mehr, wer ich bin. Im Kontakt mit einem anderen Menschen schlüpfe ich förmlich in dessen Identität, bildet der andere das Zentrum meines Erlebens. Da sich das Gegenüber immer wieder ändert, bin ich dann ebenfalls jemand anders. Bin ich allein, geht das Ich-Gefühl

verloren, Leere und Einsamkeit breiten sich aus, die Decke fällt mir förmlich auf den Kopf. Ich kann mich auf nichts konzentrieren, nichts behalten und einen Satz mehrmals lesen, ohne ein Wort zu verstehen. Es ist, als ob ich die eigene Sprache noch nicht gelernt hätte und über noch kein eigenes Ich verfügen würde.“

So liest sich die Beschreibung des noch bildlosen Ich, das nur existieren kann durch ein übergeordnetes Gegenüber, das es mit Dasein versorgt. In Ermangelung eines menschlichen Wesens wird die unmittelbare Umgebung oder die aufgesuchte Natur zum daseinsgebenden Halt. Das bildlose Ich hat keine Begrenzung durch den eigenen Körper. Es zeigt sich im Erleben dessen, was wir Depression nennen, und ist der Schlüssel zu deren Verständnis.

Die Verbilderung des Ich

Etwa zur gleichen Zeit, zu der das Kind die Sprache seiner Eltern gelernt hat, vollzieht sich im dritten Jahr ein bedeutender Wandel: Lebte es bis dahin als bilderndes Wesen in der Einheit der Präsens, in der Einheit mit sich selbst ebenso wie in der Einheit mit Mutter und Vater, so beginnt nun das bis dahin bildlose Ich den Prozess der Verbilderung seiner selbst, also der Selbstpersonifikation. Im Zuge dessen verbildern sich die nächststehenden Familienangehörigen wie Mutter und Vater, Geschwister und Großeltern im eigenen Ich und werden so zum festen Bestandteil des kindlichen Ich. Über den Akt des Bilderns nimmt das Ich überhaupt erst Gestalt an. Dabei werden nicht nur die sichtbaren Verhaltensweisen der verschiedenen Personen verbildert, auch das verdrängte Innere, das Kindern niemals verborgen bleibt, ist mit eingeschlossen.

Auf diesem Weg wird die gesamte Familiengeschichte von Mutter und Vater zum festen Bestandteil des kindlichen Ich. Hinzu kommen die täglich erfahrenen Interaktionen des familiären Alltags vom morgendlichen Wecken bis zu den Ritualen des Zubettbringens. Die dort stattfindenden Interaktionen, ob zwischen den Eltern, den Eltern und Geschwistern oder den Großeltern, all die sichtbaren Wiederholungen, Rituale und Inszenierungen finden Eingang in das sich verbildernde Ich.

Stellen wir uns zur Veranschaulichung eine Ich-Bühne mit den vielen Akteuren aller Altersstufen vor, die über die Inszenierung ihrer eigenen Drehbücher miteinander agieren. Das neu entstandene Drehbuch des Kindes setzt sich zusammen aus den Geschichten aller auf seiner Bühne befindlichen Akteure. Auf dieser Bühne erkennen wir folglich je nach Situation die Mutter oder den Vater, uns selbst als Kind oder in anderen Altersstufen, die Brüder oder Schwestern und auch die Großeltern. Jede dieser Figuren bin ich selbst.

Geschichte wird Ich

Durch die Selbstpersonifikation des Ich wird der Mensch zu einem geschichtlichen Wesen. Von nun an gibt es keine Möglichkeit mehr, außerhalb der familiären Geschichte zu existieren. Die Geschichte, verkörpert und vorgelebt von Mutter und Vater, wird zum Grundbestandteil unserer Persönlichkeit, zur Ich-Gestalt. Das Ich-Gesicht ist also verkörperte, verbildlichte Geschichte und damit ebenso grenzenlos wie der Raum der familiären Geschichte.

Der Übergang vom bildlosen Ich in das nun verbilderte Ich mit den Ich-Gesichtern und der Ich-Bühne ist für die Präsentis ein Akt des Leidens. Dieses Leiden erfahren wir dort, wo die Präsentis in späteren Jahren durch das Sterben der Ich-Gestalt in den bildlosen Zustand zurückkehrt.

Erweitern lässt sich diese Bestandsaufnahme in den Raum der Kultur hinein, als deren Kernbereich wir die Familie sehen können. Über die Ich-Gestalt wird das Kind Teil seiner Kultur. Durch das Handeln der Eltern, die Sprache, das angeeignete Wissen bewegt sich das Kind fortan immer innerhalb seiner Kultur. Sie gibt auch die Begriffe vor, in denen es denken kann. Aus dieser Kultur bestehend, kann das Kind keinen Standort außerhalb einnehmen. Damit erübrigt sich auch die Vorstellung von einem Naturzustand des Menschen, der wiederhergestellt werden müsse. Gleiches gilt für das Erkenntnisvermögen des Kindes: Einen Standort des reinen Erkennens, frei von allen Einflüssen wie Gefühlen oder kulturellen Prägungen und Vorurteilen, kann es nicht geben. Hier endet der Anspruch unumstößlicher Gewissheiten, macht ein familiär-geschichtliches Ich einen Strich durch die Rechnung. Es gibt keine Erkenntnisinstanz mit universellem Gültigkeitsanspruch, also keine Vernunft. Wir denken in den Begriffen, die unsere Kultur, mit hin viele Generationen von Menschen, über Jahrhunderte erschaffen haben. Das Leben geht allem Erkennen voraus.

Das Ich-Gesicht können wir uns wie einen vollständigen Menschen vorstellen. Es umfasst alle menschlichen Funktionen, die Einheit von Wahrnehmen, Fühlen, Imaginieren, Denken und Handeln. Jedes Ich-Gesicht fühlt und handelt in der ihm eigenen Weise, so wie es Mutter und Vater vorle-

ben. Gleichzeitig ist jedes Ich-Gesicht in einer besonderen Weise mit allen anderen Ich-Gesichtern verbunden, ist also Teil eines Beziehungsnetzes. Auf der Ich-Bühne bildet sich das gesamte familiäre Beziehungsgefüge ab. Das Ich als Innenraum ist damit ein ebenso komplexer sozialer Kosmos wie das ursprünglich abgebildete familiäre Geschehen im konkret vorliegenden sozialen Raum. Die Einheit der Person bleibt trotz aller Komplexität stets erhalten, sie ist das Wesensmerkmal unseres Erlebens, das immer ein Zentrum und eine Peripherie aufweist. Die Erhaltung der Einheit ist nicht Aufgabe einer eigens benötigten Ich-Instanz, sie ist immer schon Grundlage des Erlebens, das Wesen der Präsentis.

Die Ich-Gesichter des eigenen Wachstums

Wenn wir uns das Ich-Gesicht bildlich als ganzen Menschen in der Einheit aller seiner Fähigkeiten vorstellen, dann verwundert es nicht, dass die familiären Ich-Gesichter am Anfang stehen: Die Eltern geben dem Kind das Dasein und stellen die tägliche Versorgung sicher. An ihnen orientiert sich das Kind, wenn es danach strebt, seine Fertigkeiten zu entwickeln. Es lebt in der Einheit mit ihnen und will werden wie sie. Bevor das Kind dort hingelangen kann, wird es erst einmal damit konfrontiert, dass sein körperliches Dasein noch deutliche Grenzen setzt. Es kann sich nicht selbst ernähren, muss gestillt werden. Es benötigt die liebende Zuwendung und es beginnt sich seiner Umwelt zuzuwenden. Auch dabei sind die Grenzen zunächst eng gesteckt, denn dieser Körper lässt noch wenig zu. Der Kopf ist zu schwer für eigenständige Bewegungen und schon ein Drehen des Körpers fällt schwer. Es wird noch Monate dauern, bis das Kind wackelig auf eigenen Beinen stehen kann.