

Wolfram Kurz

Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager: Hoffnung und Sinn bei Viktor Frankl

Teil I: Hoffnung und Sinn im KZ

Teil II: Hoffnung und Sinn: Systematische Aspekte

Teil I

Viktor Frankl, geb. 1905, 1997 in Wien gestorben, kam 1942 ins KZ Theresienstadt. Dort lebte er ca. zwei Jahre. In Theresienstadt gab ihm, trotz aller Entbehrungen, zweierlei Hoffnung: dass seine Angehörigen überleben würden und dass er – es war das letzte Mal – als Arzt und Psychiater arbeiten konnte. Er kümmerte sich - zusammen mit anderen Ärzten um selbstmordgefährdete Menschen. Die Selbstmordrate konnte damals deutlich gesenkt werden. Außerdem wurde Frankl von dem Rabbiner Leo Baeck gebeten, Vorträge zu halten, um die Lagerinsassen zu ermutigen und aufzurichten. Auf der Rückseite einer Ankündigungskarte notierte er: „Es gibt nichts auf der Welt, das einen Menschen so sehr befähigte, äußere Schwierigkeiten oder innere Beschwerden zu überwinden, - als: das Bewusstsein, eine Aufgabe im Leben zu haben.“ (1) Nach dem Krieg schreibt er: „Oktober 1944 wurde Theresienstadt fast evakuiert, und ich kam nach Auschwitz. Durch einen Zufall entging ich dem Gas ... Von dort kam ich in zwei Dachauer Lager“ - Kaufering III und Türkheim sind gemeint - „und war dort ein halbes Jahr Erdarbeiter – bei minus 20 Grad bis 16 Stunden im Freien, in offenen Schuhen ohne Socken und dergleichen, ohne Handschuhe ... Schließlich bekam ich einen schweren Flecktyphus. Daß ich, als einziger von einer Menge Wiener Ärzten, mit dem Leben davonkam, ist auf eine Reihe von mindestens 1000 Gotteswundern zurückzuführen.“ (2) Ende 1945 wurde Frankl befreit und musste in Wien erfahren, dass fast seine ganze Familie ermordet worden war.

1946 hat er sich, soweit das möglich war, innerhalb von neun Tagen die KZ-Erfahrungen von der Seele geschrieben. Das Buch trägt den programmatischen Titel: „... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“. Bisher sind ca. zehn Millionen Exemplare erschienen. Frankl versteht dieses Buch nicht als ein Werk, das aus wissenschaftlicher Distanz heraus, die grauenvollen Verhältnisse im KZ rekonstruiert,

vielmehr als Bericht eines Betroffenen, der sich von der Frage leiten lässt: „Wie hat sich im Konzentrationslager der Alltag in der Seele des durchschnittlichen Häftlings gespiegelt?“ (3) Meine Aufgabe ist es nicht, dieses Buch in allen grausamen Details darzustellen, vielmehr kurz und bündig auf die Frage des Zusammenspiels von Hoffnung und Sinn einzugehen. Folgende Aspekte spielen in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle:

a. Imagination einer erhofften Zukunft, trotz grausamer Gegenwart

Gerade die übelsten Situationen wurden von den Häftlingen dadurch zu bewältigen versucht, dass sie ein positives Zukunftsbild imaginierten, durchlebten und durchfühlten. Frankl gibt im Blick auf seine Person zwei Beispiele: Während er „fast weinend vor Schmerzen in den wunden Füßen, die in offenen Schuhen staken, im grimmigen Frost und eisigen Gegenwind ...

in langer Kolonne die paar Kilometer vom Lager zum Arbeitsplatz“ (4) humpelte und an nichts anderes dachte als an ein Stück Brot oder ein Stück Draht, um den zerschlissenen Schuhriemen zu ersetzen, überlässt er sich einem Kniff: „Plötzlich sehe ich mich selber in einem hell erleuchteten, schönen und warmen, großen Vortragssaal am Rednerpult stehen, vor mir ein interessiert lauschendes Publikum in gemütlichen Polstersitzen - und ich spreche und halte einen Vortrag über die Psychologie des Konzentrationslagers! Und all das, was mich so quält und bedrückt, all das wird objektiviert und von einer höheren Warte der Wissenschaftlichkeit gesehen und geschildert ... Und mit diesem Trick gelingt es mir, mich irgendwie über die Situation, über die Gegenwart und über ihr Leid zu stellen, und sie so zu schauen, als ob sie schon Vergangenheit darstellte und ich selbst, mitsamt all meinem Leiden, Objekt einer interessanten psychologisch-wissenschaftlichen Untersuchung wäre, die ich selber vornehme.“ (5)

b. Hoffnung durch Imagination eines geliebten Menschen

Ein andermal hilft Frankl sich über eine andere schwere Situation hinweg, indem er mit seiner Frau, die in einem anderen Lager dahinvegetierte, ein inneres Gespräch führt. „Während wir“ schreibt er, „kilometerweit dahinstolpern, im Schnee waten oder auf vereisten Stellen ausgleiten, immer wieder einander stützend, uns gegenseitig hochreißend und vorwärtsschleppend, fällt kein Wort mehr, aber wir wissen in dieser Stunde: jeder von uns denkt jetzt nur an seine Frau ... Ich erfasse, daß der Mensch, wenn ihm nichts mehr bleibt

auf dieser Welt, selig werden kann – und sei es auch nur für Augenblicke -, im Innersten hingegeben an das Bild des geliebten Menschen. In der denkbar tristesten äußeren Situation, in eine Lage hineingestellt, in der er sich nicht verwirklichen kann durch ein Leisten, in einer Situation, in der seine einzige Leistung in einem rechten Leiden – in einem aufrechten Leiden bestehen kann, in solcher Situation vermag der Mensch ... in der Kontemplation des geistigen Bildes, das er vom geliebten Menschen in sich trägt, sich zu erfüllen.“ (6)

c. Sich Hoffnung machen, indem man Hoffnung macht

Im Bewusstsein zu leben, keine Zukunft zu haben, stellt für einen Menschen eine tödliche Bedrohung dar. Ein KZ-Häftling, der ja keinen Entlassungstermin kennt, lebt in einer völlig ungewissen Zukunft. Deshalb war es in dieser Situation so wichtig, dem Häftling unter folgendem Stichwort Hoffnung zu machen: **Etwas wartet auf dich!** An zwei Häftlingen zeigt Frankl, wie es ihm gelang, sie vom Suizid abzuhalten. „Beiden gegenüber galt es jedoch“ schreibt er, „ihnen zu zeigen, daß das Leben von ihnen etwas erwarte, daß etwas im Leben, in der Zukunft, auf sie warte.“ (7) Im einen Fall war es ein Kind, das ins Ausland gerettet werden konnte, an dem der Vater – jetzt im KZ – mit großer Liebe hing. Im anderen Falle war es eine wissenschaftliche Arbeit, die zu vollenden der Häftling, ein Wissenschaftler, unersetzbar war.

d. Tod durch enttäuschte Hoffnung

Es ist eine berührende Szene, die Frankl diesbezüglich erzählt:

Ein Mitgefangener vertraut sich ihm an und sagt: „Du, Doktor, ich möchte dir gerne etwas erzählen. Ich habe da neulich einen merkwürdigen Traum gehabt. Eine Stimme hat mir gesagt, ich dürfe mir etwas wünschen – ich soll ihr nur sagen, was ich gerne wissen möchte, sie wird mir jede Frage beantworten. Und weißt du, was ich da gefragt habe? Ich möchte wissen ... wann wir, wann unser Lager befreit werden wird ... Und was hat dir die Traumstimme gesagt, frage ich weiter. Und leise, geheimnisvoll, flüstert er mir zu. Am 30. März ... Als dieser mein Kamerad, mir von seinem Traum erzählte, war er noch voll Hoffnung und überzeugt, seine Traumstimme würde recht behalten ... Am 30. März – also an dem Tag, an dem der Prophezeiung gemäß der Krieg und damit das Leiden ´für ihn´ zu Ende sein sollte“ - der Krieg wütete nach wie vor - „begann F. schwer zu delirieren und verlor

schließlich das Bewußtsein ... Am 31. März war er tot“. (8) Gestorben an Hoffnungslosigkeit

e. Hoffnung durch Ermutigung im Mittel einer lebensfreundlichen Weltanschauung

Frankl ist nicht als religiös unmusikalisch einzuschätzen. Er war seiner jüdischen Religion verbunden. Er hat, im Gegensatz zu Freud, Religiosität nicht für eine neurotische Störung gehalten. Allerdings hat er die je eigene Religiosität, im Sinne von angeeigneter Religion, als etwas Intimes empfunden und darüber, wenn überhaupt, nur verhalten gesprochen.

Was seine seelsorgerliche Tätigkeit angeht, so hat sie sich, aufgrund der Situation im KZ, vorrangig zwischen ihm und einem oder zwei Mitgefangenen ereignet. In seltenen Fällen konnte er sich an die ganze Gruppe in der Baracke wenden. „Es war ein arger Tag gewesen“ schreibt er. „Vor kurzem war beim Appell verkündet worden, was alles von nun an als Sabotage angesehen werde und demgemäß sofort mit Erhängen bestraft würde.“ (9) Der kleinste Diebstahl z. B. oder einen Streifen von einer Decke abzuschneiden, um sich die Beine im Frost zu wärmen.

Zusammengedrängt, frierend, hungrig und hoffnungslos lagen die Häftlinge am Abend in ihren Kojen. Da bat der Blockälteste Frankl, ein paar aufmunternde Worte zu sagen. „Weiß Gott“ schreibt Frankl, „ich war nichts weniger als in der Stimmung, psychologische Erklärungen abzugeben oder meinen Barackengenossen seelenärztlichen Zuspruch, gleichsam ärztliche Seelsorge zukommen zu lassen. Mich froh und hungerte, und auch ich war schlapp und gereizt. Aber ich mußte mich aufraffen und diese einzigartige Möglichkeit nützen, denn Zuspruch war jetzt nötiger als je. (10)

Die Rede, die nun folgte hatte ein einziges Ziel: Hoffnung zu machen in einer hoffnungslosen Lage. Sie kann hier aus Zeitgründen nicht vorgelesen werden. Es handelt sich um einen berührenden Text. Die Grundgedanken, stichwortartig formuliert, lauten so:

- Eure Zukunft, meine Zukunft erscheint uns trostlos, die Wahrscheinlichkeit, zu überleben ist gering.
- Die Versuchung, aufzugeben ist groß.
- Dennoch: Ich, für meine Person, denke nicht daran, aufzugeben, die Flinte ins Korn zu werfen.
- Die Erfahrung im Lager sagt uns, dass sich immer wieder eine große Chance auftut,

jedenfalls für den einen oder anderen.

- z.B. in ein Sonderkommando zu kommen mit besseren Arbeitsbedingungen, z.B. in einer Halle zu arbeiten, nicht im Freien bei Minus-Temperaturen.
- Außerdem erinnere ich euch an die Zeit zu Hause, mit all ihren Freuden und ihrem Licht, das auch in die Finsternis unserer Tage hineinstrahlt.
- Frankl schreibt: „Was wir in der Fülle unseres vergangenen Lebens, in dessen Erlebnisfülle verwirklicht haben, diesen inneren Reichtum kann uns nichts und niemand mehr nehmen. Aber nicht nur, was wir erlebt; auch das, was wir getan, das, was wir Großes je gedacht, und das, was wir gelitten ... all das haben wir hereingerettet in die Wirklichkeit, ein für allemal. Und mag es auch vergangen sein – eben in der Vergangenheit ist es für alle Ewigkeit gesichert! Denn Vergangensein ist auch noch eine Art von Sein; ja vielleicht die sicherste.“ (11)

Außerdem macht Frankl seine Leidensgenossen mit seiner Einstellung zum Leiden vertraut. Ohne die Leidfülle des Lagerlebens zu verharmlosen, deutet er darauf hin, dass das Leben seinen Sinn auch in dieser Situation nicht verliert. Leiden zu durchleiden, dem man nicht entgehen kann, hat für ihn den Charakter einer Leistung, u.U. einer großen Leistung. Sie liegt darin, **wie** der von diesem Schicksal Betroffene dieses Leiden trägt. Ja, letztlich ging es in dieser Situation nicht mehr um die naive Frage nach irgendeinem Ziel im Leben. „Unging es“ schreibt Frankl, um den Sinn des Lebens als jener Totalität, die auch noch den Tod miteinbegreift und so nicht nur den Sinn von ‘Leben’ gewährleistet, sondern auch den Sinn von Leiden und Sterben: um diesen Sinn haben wir gerungen!“ (12)

Letztlich handelt es sich bei Frankl um die Gewissheit, „daß menschliches Leben immer und unter allen Umständen Sinn habe, und daß dieser unendliche Sinn des Daseins auch noch Leiden und Sterben, Not und Tod in sich mit einbegreife.“ (13) Und diese Gewissheit impliziert ihm zufolge die Hoffnung, „daß wir nicht armselig, sondern stolz zu leiden und zu sterben verstehen!“ (14)

Man muss sich mit diesen Gedanken Frankls nicht in jeder Hinsicht identifizieren. Sie haben etwas Heroisches. Ohne Zweifel. Sie sind im Zusammenhang einer extremen Situation der Entmenschlichung zu verstehen. Aber sie regen das Denken über den Menschen an und darüber, was der Mensch dem Menschen antut.

Und natürlich ging es Frankl nicht immer nur um die große Haltung angesichts tödlicher Bedrohung. Es ging ihm immer wieder um die Möglichkeit, im Alltag des Lagers nicht völlig

abzustumpfen, vielmehr auch kleine Zeichen der Hoffnung zu geben und kleine Zeichen der Hoffnung zu empfangen. Z.B. ein Stück Brot aus der Hand eines Vorarbeiters, der mir „eines Tages“ schreibt Frankl „verstohlen ein kleines Stück Brot reichte – von dem ich wußte, daß er es sich von seiner Frühstücksration abgespart haben mußte -, dann erinnere ich mich auch daran, daß es bei weitem nicht dieses Stück Brot als materielles Etwas war, das mich damals buchstäblich zu Tränen rührte; sondern es war das menschliche Etwas, das dieser Mann mir damals gab, und das menschliche Wort sowie der menschliche Blick, der die Gabe begleitete ...“ (15)

Solche Zeichen der Hoffnung gab es immer wieder: kleine Dinge mit großer Bedeutung. Dinge, die Hoffnung machten, trotz allem. Und es gab Menschen, die so ihre Menschlichkeit in einer unmenschlichen Lage bewahrten.

Teil II: Hoffnung und Sinn: Systematische Aspekte

a. Hoffnung zwischen Intentionalität und Befindlichkeit

Leben ist ausgebreitet zwischen Gelingen und Scheitern, zwischen Hoffnung und Verzweiflung. Wir alle hoffen, dass es gelingt, zumindest immer wieder gelingt. Wir alle hoffen, dass es nicht scheitert, zumindest nicht engültig. Menschliches Leben ist bekanntlich unter den Lebewesen das vielschichtigste und in diesem Sinne das höchste. Aber es ist in allen ontologischen Dimensionen bedroht und in dieser Hinsicht auch das zerbrechlichste. Wenn es das Wort gäbe, würde man sagen: Der Mensch ist unter den Lebewesen das „verunglückbarste“.

In der anorganisch-organischen Dimension ist er durch eine Fülle von Krankheiten bedroht. Das gleiche gilt für die psychische Dimension. Als geistiges Wesen hat er die Freiheit und spürt die Notwendigkeit – schlicht formuliert – sich einen Reim auf das Leben, in das er eine kurze Zeit gestellt ist, zu machen; sprich: eine Antwort auf die existentiellen Grundfragen zu suchen und zu finden: Woher kommen wir erstlich? Wohin gehen wir letztlich? Wozu sind wir da? Was ist unsere Bestimmung? Was ist der tiefste Sinn von Leben überhaupt? Was ist der Sinn meines je eigenen Lebens? Und die Antworten darauf sind nicht immer lebensfreundlich. Man denke im Blick auf die Geschichte an Ideologien, die Glück propagieren und zum Unglück von Millionen pervertieren. Man denke im Blick aufs private Leben an all das Unglück, das keiner will, und wir uns doch immer wieder

wechselseitig antun.

Angesichts dieses Sachverhaltes ist es ein großes Glück, dass uns irgendjemand – wer oder was auch immer – die Fähigkeit zu hoffen und die Befindlichkeit, zumindest immer wieder, guter Hoffnung zu sein, mitgegeben hat. Und so ist es. Wenn wir an Hoffnung denken, denken wir zunächst einmal an all das, **was** wir erhoffen, **worauf** sich unsere Hoffnung richtet. Wir hoffen, dass dieser Krieg im Osten, der bisher mehr als 300 000 Tote gebracht hat, endlich beendet wird. So die Hoffnung im Großen.

Wir hoffen, dass es unseren Nahen und Nächsten noch viele Jahre gut gehen möge. So die Hoffnung im Kleinen. Wenn wir derart über den Begriff und das Phänomens der Hoffnung nachdenken, kommt Hoffnung unter dem Aspekt der Intentionalität in den Blick. Hoffnung ist, so gesehen, ein intentionales Geschehen. Sie richtet sich auf etwas oder auf jemanden. Und so kommt es, dass man Hoffnung als eine Tugend verstanden hat, nämlich als die **Tugend, auf das erwartete Gute zu vertrauen.**

Thomas von Aquin zufolge ist Hoffnung ein bonum arduum futurum possibile. Es handelt sich ihm zufolge um ein Gut: bonum. Ein Gut, das außerdem noch drei weitere Eigenschaften hat: Es ist schwer erreichbar: arduum. Es liegt in der Zukunft: futurum. Und es ist möglich: possibile. Man kann nicht auf Unmögliches hoffen. Und angesichts dessen, dass das erwartbare Gute, auf das Hoffnung aus ist, unzählige Aspekte hat, stellt sich die Frage, ob es auch so etwas wie eine grundlegende, eine umfassende, eine übergeordnete Intention gibt, auf die sich Hoffnung richtet. Ich würde sagen: Es ist die Hoffnung, dass Leben, trotz allem, gelingt. Trotz aller Zerbrechlichkeit und Verletzlichkeit. So gesehen ist Hoffnung der große Kontrapunkt zum Scheitern, in welcher Form auch immer. Viktor Frankl würde sagen: Es geht um die Trotzmacht des Geistes in Gestalt der Hoffnung.

Wie hat er so treffend formuliert: Man muss sich von sich selbst nicht alles gefallen lassen. Und man könnte ergänzen: Man muss sich auch von den Verhältnissen – den politischen, gesellschaftlichen, sozialen Verhältnissen – nicht alles gefallen lassen. Weder von Politikern, die Krieg führen und schüren, noch von Politikern, die eine Politik betreiben, die den Gegner so bedrängt, dass er sich zur Führung eines Krieges gezwungen erlebt. Krieg ist ein Verbrechen. Aber es gibt auch eine Politik, als Diplomatie verbrämt, die nichts weniger ist als ein Verbrechen.

Intentionalität ist das eine Merkmal von Hoffnung. Viel bedacht. **Befindlichkeit** ist das andere. Weniger bedacht. Aber vielleicht genauso bedeutsam. Wir hoffen nicht nur auf

etwas. Wir sind u. U. voller Hoffnung. Hoffnungsvolle Menschen, ohne auf etwas Bestimmtes zu hoffen. In der Formulierung: „Sie ist guter Hoffnung“ spiegelt sich sprachlich, was gemeint ist.

Allerdings denke ich in diesem Zusammenhang weniger an die Befindlichkeit der Schwangerschaft, vielmehr an Kinder, die gesund sind und in gesunden Verhältnissen aufwachsen. Sie sind nicht selten voller Hoffnung, ohne dass sich dies auf etwas Bestimmtes richtet. Sie sind einfach da: voller Lebenslust, voller Vitalität, impulsiv, spontan. Und sie tun, was Erwachsenen nur selten tun: Sie hüpfen. Nicht umsonst hat sich in etymologischer Perspektive aus dem Wort „**hüpfen**“ das Wort „Hoffnung“ entwickelt. Kinder hüpfen voller Lebenslust, voller Freude, da zu sein, dem Leben zugewandt, immer im Gefühl und der Gewissheit, dass es gut ist, zu leben. Ihre Grundbefindlichkeit ist hoffnungs-voll, voller Hoffnung. Jedenfalls, wenn man sie lässt, Kinder zu sein.

Und natürlich spielen die beiden Aspekt – Hoffnung als Befindlichkeit und Hoffnung als zielorientiertes Geschehen – zusammen. Meister Eckehart hat einmal den bedeutenden Satz formuliert: „Die Leute brauchten nicht so viel nachzudenken, was sie **tun** sollten; sie sollten vielmehr bedenken, **was sie sind**.“ (16)

Eckehart zufolge ist die personale Grundverfassung eines Menschen fundamental – eben grundlegend -; die Ziele, die er sich setzt, konsekutiv. Sie haben Folgecharakter. So gesehen ist es gut, trotz allem zuversichtlich zu sein. Trotz allem, das Gute zu erwarten. Trotz allem, voller guter Erwartung zu sein.

Ist Hoffnung – wie gesagt – die Tugend, auf das erwartbare Gute zu vertrauen, dann kommt der Fähigkeit zu **vertrauen** große Bedeutung für die Entstehung von Hoffnung zu. Dabei handelt es sich in logotherapeutischer Hinsicht um folgende Arten von Vertrauen: Es geht um das Vertrauen zu sich. Um Vertrauen zu anderen Menschen. Um Vertrauen ins Leben überhaupt. Und, sofern man eine religiöse Bindung hat, um Vertrauen in Gott. Wenn wir wollen, dass Menschen sich zu hoffnungsvollen Menschen entwickeln, werden wir so mit ihnen zusammen leben, dass sie sich selbst zu vertrauen lernen. Dass sie anderen vertrauen können, ohne in Vertrauensseligkeit zu verfallen. Dass sie ins Leben kein prinzipielles Misstrauen entwickeln. Und wenn einer über eine gewisse theologische Bildung verfügt, dann weiß er, dass Glaube nicht bedeutet, dass man unglaubliche Dinge für wahr hält. Dass Glaube in theologischer Perspektive wesentlich ein tief begründetes Vertrauen auf denjenigen Gott bedeutet, der die Entfremdung zwischen ihm und den Menschen

überwinden wird und – wie es in der Offenbarung des Johannes heißt – der, im Bilde gesprochen, „abwischen wird alle Tränen von den Augen der Menschen und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein; denn das Alte ist vergangen ... Siehe ich mache alles neu.“ (17)

Dass Religionen, trotz all ihrer Schatten, immer wieder auch Menschen voller Hoffnung hervorbringen, die anderen Menschen Hoffnung machen und ihnen helfen, dass ihre Hoffnungen in dieser Welt Schritt für Schritt Gestalt annehmen, sollte nicht vergessen werden: Man denke an Franziskus Bernardone, an Martin Luther, an Friedrich von Bodelschwing, an Albert Schweitzer und an die vielen anderen, die nicht im Rampenlicht der Geschichte, vielmehr im Verborgenen der Alltäglichkeit wirken und genauso wichtig sind.

Hoffnung umfasst beides: eine affektive und eine kognitive Dimension. Beide Dimensionen sind im Erlebnis der Hoffnung miteinander verschränkt: das Vertrauen, das emotional trägt, und das Ziel, das man nicht nur zuversichtlich erwartet, vielmehr auch aktiv verfolgt. Natürlich ist die seelische Unterfütterung der Hoffnung wichtig. Man hat sie – leicht abstrakt, aber treffend formuliert – als positive innerseelische Spiegelung beschrieben:

Nämlich: in einer guten Weise in der Welt zu sein. Und dies ist wichtig, weil Hoffnung motiviert, etwas Gutes aus seinem Leben zu machen. Und weil sie vitalisiert; soll heißen: weil sie Energie schafft, das Gute nicht nur zu wollen, das Gute vielmehr auch zu vollbringen. Dazu aber benötigt man Kraft. Es gibt Menschen, die haben viel Kraft, aber sie haben kein attraktives Ziel. Und es gibt Menschen, die haben große Ziele, aber keine Kraft, sie wirklich werden zu lassen. Was sie als Hoffnung erleben, ist Hoffnung auf halbem Wege. Ist keine wirkliche, besser: ist keine wirksame Hoffnung. Wirksame Hoffnung ist in hohem Maße beides zu- gleich: vital und intentional. Aber nicht jede Intention, die Menschen verfolgen, entsprechen einer Hoffnung, die diesen Namen verdient.

Von Vaclav Havel stammt der berühmte Satz: „Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.“ Ich persönlich unterschreibe den Satz nicht, weil mich die Frage quält, ob etwas, das schlecht ausgegangen ist, sinnvoll sein kann. Dennoch finde ich den Satz faszinierend. Zum einen, weil er das Denken anregt. Zum andern, weil er die beiden Begriffe, die uns hier besonders interessieren, zusammenbindet: Hoffnung und Sinn.

Wenn jemand über Ziele nachdenkt, die zu verwirklichen er sehnlichst erhofft, dann sollte

er sich immer fragen, ob und inwiefern sie wirklich sinnvoll sind. Genau dazu leitet die Logotherapie an. Der Wille zum Sinn ist, dieser psychotherapeutischen Schule zufolge, die zentrale Motivation menschlichen Lebens. Allerdings ist es der Logotherapie zufolge nicht allein wichtig, dass wir unser Leben als sinnvoll erleben. Dass unser Leben vielmehr etwas zum **Gelingen fremden Lebens** beiträgt. Hoffnung, die lediglich das je eigene Glück intendiert, ist, so gesehen, keine echte Hoffnung. Im logotherapeutischen Begriff der **Selbsttranszendenz** kommt das auf den Punkt. Selbsttranszendenz bedeutet: immer wieder wegzukommen von sich selbst. Hinzukommen zu dem, was man die Aufforderungsgeste der jeweiligen Lebenssituation nennen könnte. Bedeutet: nicht immer nur zu fragen: Was hat mir das Leben zu bieten? Sich vielmehr vom Leben fragen zu lassen: Was ist jetzt, in dieser einmaligen, konkreten Lebenslage deine Aufgabe, die dir in „personaler Exklusivität“ (Frankl) zu übernehmen abverlangt ist.

Natürlich gibt es Menschen, die ganz auf sich bezogen sind, die sich permanent um sich selbst drehen. Menschen, die sich nur um sich selber sorgen, um ihr Fortkommen, um ihr Einkommen. Um ihre Selbstverwirklichung im ursprünglichen Sinne des Wortes. Um ihren Erfolg in welcher Lebensdimension auch immer. Um ihr ureigenstes Wohlbefinden. Aber diese Menschen laufen Gefahr, sich von sich selbst zu entfremden, weil sie ihrem Wesen widersprechen. In der Sprache Frankls: „Der Mensch ist nicht dazu da, um sich selbst zu beobachten und sich selbst zu bespiegeln; sondern er ist da, um sich auszuliefern, sich preiszugeben, erkennend und liebend sich hinzugeben ... Zum Wesen des Menschen gehört das Hingeordnet- und Ausgerichtetsein, sei es auf etwas, sei es auf jemand, sei es auf ein Werk oder auf einen Menschen, auf eine Idee oder auf eine Person; nur in dem Maße, in dem der Mensch geistig bei etwas oder bei jemanden ist – nur im Maße solchen Beiseins ist der Mensch bei sich.“ (18)

Was aber heißt das im Blick auf die Hoffnung? Es heißt: Man soll die Hoffnung nicht an Ziele binden, die den Menschen von sich selbst entfremden; z. B. an Ziele der egozentrischen Selbstverwirklichung. Vielmehr an Ziele, die etwas zum Gelingen menschlichen Lebens beitragen: an sinnvolle Ziele.

Natürlich ist es wichtig, die Fähigkeiten, die in einem schlummern, zu entdecken und zu entfalten, die je eigenen Begabungen zu hegen und zu pflegen. Aber genauso wichtig ist es, die je eigenen Potentiale **für das Wachstum anderer Menschen** zur Verfügung zu stellen. Und umgekehrt: Wachstumsförderung anderer Menschen ist gut. Hingabe ist

wichtig. Aber man muss auch etwas hinzugeben haben. Wenn Leben sinnvoll geführt wird, gilt es, je eigenes Wachstum und das Wachstum der Menschen, die uns anvertraut sind, miteinander zu verbinden. Soll heißen: das eine für das andere fruchtbar zu machen.

Ursprünglich hat Frankl sein logotherapeutisches Denken als Ergänzung der Tiefenpsychologie S. Freud und A. Adlers begriffen. Ihm ging es darum, den Menschen nicht nur unter psychodynamischen, vielmehr vorrangig unter noodynamischen Aspekten wahrzunehmen. Soll heißen: nicht nur unter den Aspekten von Triebdynamik, Verdrängung, Übertragung. Nicht nur unter der Perspektive des „Willens zur Lust“ und des „Willens zur Macht“, vielmehr auch unter dem Aspekt der Noodynamik. Sprich: unter den Aspekten des „Willens zum Sinn“. Man kann es auch so sagen: Die **geistige Dimension** für die Psychotherapie fruchtbar zu machen, um so die auf Psychodynamik konzentrierte Tiefenpsychologie zu verganzheitlichen, war das Anliegen Frankls. Demnach spielen folgende Begriffe und ihre Entfaltung in der Logotherapie eine zentrale Rolle: Geist, Freiheit, Ent- scheidung, Gewissen, Verantwortung, Wertorientierung, um nur einige Beispiele zu nennen.

b. Der Zusammenhang von Hoffnung und Sinn in der Logotherapie

Frankls Menschenbild wird von einigen Gewissheiten getragen, die Hoffnung demjenigen machen, der sich von ihnen berühren lässt. Der diesen Gewissheiten vertraut. Der es wagt, sich von ihnen her zu verstehen, sein Leben von ihnen her zu bestehen. Zwei Gewissheiten spielen in dieser Hinsicht eine Rolle. Frankl hat sie Glaubensbekenntnisse genannt. Er spricht vom psychotherapeutischen und vom psychiatrischen Credo. Beim psychotherapeutischen Credo handelt es sich um „den Glauben an diese Fähigkeit des Geistes im Menschen, unter allen Bedingungen und Umständen irgendwie abzurücken vom und sich in fruchtbare Distanz zu stellen zum Psychophysikum an ihm.“ (19) Was ist gemeint? Gemeint ist die Fähigkeit des Menschen, sich selbst zum Gegenstand seines Denkens, seines Urteilens und seines Handelns zu machen. Der Mensch kann darüber nachdenken, in welcher inneren und äußeren Lage er sich befindet. Er kann sich vergewissern, wie er seine äußere und innere Situation erlebt und wozu ihn seine Lebenslage herausfordert. Er kann entscheiden, wie er die Herausforderungen seines Lebens beantworten will. Die kognitive Distanz setzt ihn frei, über eine fruchtbare Antwort nachzudenken und sein Leben fruchtbar, sprich: sinnvoll zu gestalten. All das ist, Frankl zufolge, für einen optimalen psycho- therapeutischen Prozess fundamental.

Aus der empirischen Psychotherapieforschung weiß man, dass ca. 20% der neurotischen Störungen auf die noogenen Neurosen fallen. Wenn Menschen ihr Leben langanhaltend als sinnlos erleben und in diejenige Missbefindlichkeit hineingeraten, die Frankl im Begriff des existenziellen Vakuums auf den Begriff gebracht hat, dann geraten sie in die Gefahr, noogen-neurotische Symptome auszubilden: zumeist eine Mischung aus Ängsten depressiven Symptomen, Zweifel am Selbstwert u. a. In dieser Situation sollte man sich sofort des Frankl'schen Satzes erinnern: „Manchmal ist das Symptom das einzig Gesunde in einem falsch geführten Leben.“ Sich vorrangig, vielleicht sogar einseitig um die Symptomatik zu drehen, ist in diesem Falle in therapeutischer Hinsicht falsch. Große Hoffnung, den betroffenen Menschen aus seiner lähmenden Initiativlosigkeit, seiner Apathie, seinem Sinnlosigkeitsgefühl zu führen, besteht jedoch dann, wenn man die Störung an der Wurzel angreift. Im Umgang mit dem Patienten gilt es, den Willen zum Sinn, der in ihm u. U. verschüttet ist, bewusst zu machen. Es gilt, seine Sinn-Vitalität zu stärken. Es gilt, ihn anzuregen, im Vor-Blick auf seine Lebenssituation, diejenigen Sinn-Möglichkeiten zu entdecken, die ihm in „personaler Exklusivität“ (Frankl) aufgetragen sind. Und im Rück-Blick auf seine Person, diejenigen Ressourcen wahrzunehmen, die er trotz allem zur Verfügung hat oder zu erschließen er fähig ist. Wenn dies geschieht, ereignet sich Hoffnung, unterlegt von positiver Erwartung eines sich neu einstellenden Vertrauens: eines Vertrauens zu sich. Eines Vertrauens zu anderen Menschen; vor allem auch zum Helfer bzw. der Helferin. Eines Vertrauens zum Leben überhaupt.

Dabei gilt es nicht, dem Patienten zu sagen, was der Sinn seines Lebens ist. Das wäre ein großer Fehler und ein Missverständnis der Logotherapie. Es gilt vielmehr so mit dem Patienten zu kommunizieren, dass er selbst im Blick auf seine ganz individuelle Lebenslage diejenigen Sinn-Möglichkeiten entdecken kann, denen zu entsprechen ihm in seiner Einmaligkeit, Einzigartigkeit, Unverwechselbarkeit aufgetragen ist. Und es gilt, ihm zu helfen, das, was er an Sinn-Möglichkeiten entdeckt, auch Schritt für Schritt zu verwirklichen.

c. Hoffnung in Grenzsituationen

Die Prinzipien logotherapeutischer Intervention habe ich aufgezeigt. Die jeweilige Umsetzung im logotherapeutischen Prozess hat immer ein ganz eigenes Gesicht. Sie orientiert sich an den Besonderheiten des Klienten und den Besonderheiten seiner Lebenslage. Das Allerwichtigste ist, dass er Lebensmut gewinnt. Dass er Vertrauen zu sich

und zum Leben fasst, trotz allem. Und dass er vor allem die **große Hoffnung** entwickelt, dass er aus der Sackgasse eines falsch geführten Lebens herausfinden wird. Dabei gilt es, die Energie, die mit Hoffnung ja immer verbunden ist, für die Gestaltung eines sinnorientierten Lebensweges fruchtbar zu machen.

Nun macht Logotherapie nicht nur Hoffnung angesichts von Sinn-Defiziten im Allgemeinen und Sinn-Defiziten, die bereits zu einer psychischen Störung im Sinne einer noogenen Neurose geführt haben. Sie macht auch Hoffnung im Blick auf **Grenzsituationen**. Diese Hoffnung hat ihren Grund in der Gewissheit, dass dem Leben in jeder Lebenslage Sinn abgewonnen werden kann; auch dann, wenn ein Mensch in das hineingerät, was man in der Philosophie die „Situation an der Grenze“ nennt: wenn ein Mensch kämpfen muss, wenn ein Mensch leiden muss, wenn ein Mensch zu sterben im Begriff ist. Dabei betont Frankl nachdrücklich, dass es zunächst immer gilt, Leiden zu vermeiden, soweit möglich. Krankheiten zu heilen, wenn möglich. Sie zu lindern, wenn nötig. Dennoch gibt es auch Leiden, die nur ertragen werden können. Aber auch dieser Situation Sinn abzuringen ist, Frankl zufolge, dem Menschen möglich: nämlich in der Weise **wie** er leidet. Oder anders gesagt: Wenn äußerlich nichts mehr zu machen ist, kann der Mensch eine Leidenssituation immer noch innerlich bewältigen. Nicht immer. Aber immer wieder. Wodurch? Durch seine Einstellung.

Fällt er beispielsweise in eine noogene Depression, weil er nicht mehr arbeiten kann, weil ihm die Arbeit das Allerwichtigste im Leben war, weil er seine Arbeitsunfähigkeit als völligen Entzug von Lebenssinn erlebt, dann gilt es mit ihm gleichsam zu philosophieren. Und das auf zwei Schienen. Zum einen gilt es zu erkennen, dass Arbeit nicht die einzige Dimension ist, in der Sinn realisiert werden kann. Dass es sich bei der betreffenden Person u. U. um eine Vergötzung eines einzigen Wertes handelt. Zum andern, dass es u. U. noch eine Fülle anderer Werte gibt, die dem Betroffenen offenstehen; z. B. Erlebniswerte. Dann gilt es z.B., die Freude an der Natur zu wecken. Den Umgang mit kulturellen Werten in Form von Literatur und Musik anzuregen. Lebensfreundlichen Umgang mit anderen Menschen zu ermöglichen u. v. m. Und nicht selten gelingt das, was man in der Logotherapie die **Modulation von Einstellung** nennt; nämlich die Umstellung einer lebensfeindlichen Einstellung in eine lebensfreundliche.

Letztlich kann auch das, was Frankl „**Tragische Trias**“ genannt hat, den Sinn des Lebens nicht durchkreuzen. Gemeint ist das Dreigestirn von Leid, Schuld und Tod. In der Weise, wie

wir uns zu unserm Leiden, unserer Schuld, zu unserer Vergänglichkeit einstellen, können wir auch an den Grenzen des Lebens Sinn realisieren. Wie das? Die Antwort lautet: insofern „als sich Leid transformieren lässt in **Leistung**, Schuld in **Wandlung**; und die Vergänglichkeit menschlichen Daseins in einen Ansporn zu **verantwortetem Tun** ... „ (20) Gemeint ist dies: du kannst, gerade auch in Grenzsituationen und durch Grenzsituationen innerlich wachsen, reifer werden, lebensfreundlicher, verantwortlicher. Man kann. Man muss nicht. Man kann es erhoffen. Dass in diesen Gedanken auch etwas Heroisches mitschwingt, ist nicht zu bestreiten.

d. Dass psychiatrische Credo und Hoffnung

Eine weitere Gewissheit, die mit großer Hoffnung für jeden Menschen verbunden ist, hat bei Frankl besondere Bedeutung. Es handelt sich um das „psychiatrische Credo“. Es geht um den „Glauben an das Fortbestehen der geistigen Person auch noch hinter der vordergründigen Symptomatik psychischer Erkrankung.“ (21) „Wenn es nicht so wäre“ schreibt Frankl an einer Stelle, „dass die geistige Person auch noch hinter der Verbarrikadierung durch die Psychose vorhanden wäre, wenn auch noch so sehr zu expressiver und instrumentaler Ohnmacht verurteilt, wenn es also nicht so wäre, daß die geistige Person vom Psychophysischen her wohl störfähig ist, aber nicht zerstörbar, dann stünde es nicht dafür, Psychiater zu sein.“ (22) Kurz gesagt: Es handelt sich um den Glauben: „Die geistige Person ist unzerstörbar.“ (23)

Natürlich handelt es sich hier um eine große Provokation vieler Gehirnforscher. Unter denen gibt es diesbezüglich zwei Fraktionen: die Monisten und die Dualisten. Für die Monisten – sicherlich in der Überzahl – sind **Gehirn und Geist zwei Aspekte einer einzigen Substanz**. Ihnen zufolge erzeugt das Gehirn Geist. Salopp formuliert: Gehirn beschädigt, Geist beschädigt. Gehirn tot. Geist tot. Für die Dualisten hingegen ist Geist **eine** Dimension, Gehirn eine andere, eine eigenständige **zweite** Dimension. Den Dualisten zufolge hat das Gehirn expressive und instrumentelle Funktion. Anders gesagt: Gehirn ist den Dualisten zufolge lediglich das Instrument, durch das sich die geistige Dimension als eine eigenständige Dimension zum Ausdruck bringt. Frankl vertritt die dualistische Position. Er ist zwar nicht der Einzige. Auch andere, sehr bedeutende Forscher vertreten seine Meinung. (24) Wer von den beiden Fraktionen recht hat, ist offen. Frankl erkennt das an. Deshalb spricht er von einem Credo, nicht von einem allgemein anerkannten naturwissenschaftlichen Sachverhalt.

Allerdings hat seine Position eine bedeutende Konsequenz für die zwischenmenschliche Beziehung, vor allem für die Beziehung des medizinischen Personals zum Patienten. Wenn es tatsächlich so ist, dass die geistige Dimension – an die ja auch die Würde eines Menschen gebunden – unzerstörbar ist, behält der Mensch seine Würde unter allen Umständen, ganz gleichgültig, in welchem krankhaftem Zustand sich sein Gehirn befindet. Er bleibt Person. Seine Würde behält er, auch wenn er sich aufgrund seines kranken Gehirns nicht mehr oder nicht mehr in vollem Maße oder kaum noch zum Ausdruck bringen kann. Er bleibt ein Mensch und verliert seine „Menschlichkeit“ nicht im Maße eines fortschreitenden Abbaus seiner Gehirnmasse.

e. Das Zusammenspiel von Hoffnung und Sinn - Vier Maximen

Erstens: Hoffnung will gepflegt werden. Wodurch? Durch Sinn eröffnende Symbole und Einstellungen

Es geht hier um eine Kultur der Hoffnung. Hoffnung will genährt werden. Wodurch? Sie kann durch **Symbole** genährt werden.

Symbole verweisen und vergegenwärtigen mit sinnlichen Mitteln, was sinnlich nicht unmittelbar fassbar ist. Es gibt z. B. Hoffnungsbilder im **weiten** Sinne, die, indem sie berühren, Hoffnung machen. Man denke an Bilder zu den Themen: Licht am Ende des Tunnels. Leuchtturm in stockfinsterner Nacht. Weg, der aus der Fremde nach Hause führt. Ein junger Trieb, der sich durch verbrannte Erde bohrt.

Es gibt auch Symbole der Hoffnung im **engeren** Sinne. Ein Ring, der auf die Unverbrüchlichkeit einer Beziehung verweist. Ein Kreis, der uns mahnt, etwas Angefangenes zu vollenden. Eine Brücke, die Mut macht, Unverbundenes wieder miteinander zu verbinden. Und natürlich gibt es auch Texte, ja ganze Geschichten, die Hoffnung machen. Man wird sie wieder und wieder lesen. Man wird sie wieder und wieder meditieren. Solange bis sie in Fleisch und Blut übergegangen sind und die ihnen innewohnende **Kraft der Hoffnung spürbar** wird. „Es sollen wohl Berge weichen und Hügel hinfallen, aber meine Gnade soll nicht von dir weichen und der Bund meines Friedens soll nicht hinfallen, spricht der Herr, dein Erbarmer.“ (25) Ein Hoffnungstext für religiös Musikalische. Die soll es ja auch noch geben.

Und natürlich sind sowohl Bilder als auch die Zeichen der Hoffnung **sinnvoll**, voller Sinn,

weil sie Leben ermöglichen, weil sie vitalisieren, weil sie zum Aufbruch reizen, weil sie Mut machen, noch einmal neu anzufangen, trotz allem. Hoffnungsmenschen wagen es, sich auf das Experiment des Lebens immer wieder einzulassen.

Wie gesagt: Hoffnung will gepflegt werden. Nicht allein durch Sinn vermittelnde Symbole, vielmehr auch durch Sinn eröffnende **Einstellungen**. Wie ist das zu verstehen? Hoffnung hat zwei wesentliche Zielrichtungen: eine negative, eine positive. Im Zusammenhang der **negativen Zielrichtung** geht es um Verhinderung, um Löschung. Menschliches Leben ist, wie gesagt, bedrohtes Leben: durch Krankheit, durch Unfall, durch physischen Mangel. Sowohl die Betroffenen als auch diejenigen, denen die Gefährdung bewusst ist, haben Angst. Die einen haben Angst, in einem elenden Zustand zu bleiben. Die anderen haben Angst, in einen Zustand dieser Art zu geraten. Hoffnung richtet sich da auf die **Negation des Negativen**. Das Negative soll vermieden oder aufgehoben werden. Im Extremfall geht es darum, mit dem Leben davonzukommen; wie im KZ.

Aber es gibt noch eine **zweite Zielrichtung**, die der Hoffnung innewohnt. Sie hängt an der Steigerungsfähigkeit. Man begnügt sich nicht mit der durchaus vorhandenen Erträglichkeit des Lebens. Vielmehr soll das Leben noch schöner, noch reizvoller, lebendiger, lustvoller gemacht werden. Es geht um Vergleich der zur Steigerung reizt. Im Vergleich zu anderen habe ich zu wenig. Meine Hoffnung richtet sich darauf, bald mehr zu haben. Mehr Macht, was die Politik angeht. Mehr Einfluss, was die Gesellschaft angeht. Mehr Einkommen, was den Beruf angeht. Und natürlich spielt die **Selbstoptimierung** heutzutage eine nicht zu unterschätzende Rolle. Der je eigene Körper soll schöner, leistungsfähiger, attraktiver sein und vor Gesundheit strotzen. Was die seelische Befindlichkeit angeht, so wünscht man sich eine größere Kraft, sich durchzusetzen, mehr Zähigkeit bei der Verfolgung von ersehnten Zielen. U. U. auch mehr Ausgeglichenheit und Gelassenheit. Und im Blick auf die geistige Dimension gilt es, die kognitive Kompetenz zu erhöhen. Man will zeigen, dass man mehr weiß, mehr kann als die anderen. Schwierige Aufgaben schneller und eleganter bewältigt als andere und im Konkurrenzkampf die Nase immer vorne hat. Die je eigene Hoffnung richtet sich darauf, vermeintliche Lebensqualität zu erhöhen. Im äußersten Fall geht es darum, sein Leben bis ins Extreme zu steigern. Alles aus sich, aus den Umständen herauszuholen. Das bestmögliche Leben zu führen, immer mit dem Ziel glücklicher und noch glücklicher zu werden. So die große Hoffnung.

Hoffnung kann maßlos sein. Dann trägt sie in sich viel Energie, hat aber kein realistisches, vor allem kein lebensfreundliches Ziel. Um der Enttäuschung zu entgehen, muss sie sich der Sinnfrage stellen. Und vielleicht ist ja das Zusammenspiel von besonderer Bedeutung, indem die Hoffnung in ihrer stark emotionalen Unterfütterung für die Sinnorientierung

fruchtbar gemacht wird. Und die Sinnorientierung in ihrer rationalen Unterfütterung die Hoffnung vor Enttäuschung bewahren kann. Hoffnungsmenschen haben jedenfalls einen Sinn fürs Mögliche. Auf die richtige Einstellung kommt es an.

Zweitens

Hoffnung geht mit ethischen Verpflichtungen einher. Mit welchen? Mit den Verpflichtungen, die sich aus der Orientierung an Werten ergibt

Man kann nicht sagen: Ich hoffe sehr, dass es meinen alten Eltern gutgeht und hat sie in das schäbigste Altersheim in der ganzen Umgebung abgeschoben. Man kann auch nicht sagen: Ich hoffe, dass es meinen Kindern gutgeht und tut nichts dafür.

Erinnern wir uns. Die hier gebrauchte Definition der Hoffnung lautete: „Hoffnung ist die Tugend, auf das erwartete Gute zu vertrauen“. Im Rahmen der materialen Wertethik ist „das Gute“ der allgemeinste ethische Wert. Im Rahmen dieser ethischen Konzeption wird eine Reihe weiterer Werte, die Sie alle kennen, analysiert. Denken Sie an die Werte der Gerechtigkeit, der Liebe in all ihren Formen, der Tapferkeit, der Weisheit. Ethische Werte sind Orientierungsleitlinie des Handelns. Sie antworten auf die Frage, die im Zentrum ethischer Reflexion steht: Was soll ich tun? Eine Frage, die uns im Leben immer wieder bewegt; vor allem, wenn wir glauben, in einer ausweglosen Situation zu sein.

Was soll ich tun? Die Antwort lautet: gut sollst du handeln, gerecht, liebevoll, weise. Was all diese Wertvorstellungen verbindet, ist ihre Formalität. Man kann nicht gut oder gerecht an sich handeln, vielmehr nur in einer konkreten Lebenslage. Das aber heißt: Der jeweilige Wert muss übersetzt werden. Gerecht zu handeln in einer Firma hat ein anderes Gesicht als im Klassenzimmer oder vor Gericht. In logotherapeutischer Perspektive ergibt sich Sinn aus der **Übersetzung eines Wertes** in eine konkrete Situation. Frankl hat sich sehr intensiv mit der Materialen Wertethik befasst; vor allem mit N. Hartman und M. Scheler. (26) Und er wurde von ihnen her bestärkt, sein psychotherapeutisches Konzept ethisch zu fundieren.

Natürlich ist das, was ein Mensch im Blick auf seine Lebenslage an Sinn-Möglichkeiten entdeckt, etwas ganz Individuelles, aber es muss vom Entdecker verantwortet werden. Es muss sich als wert-voll erweisen. Es muss nicht nur etwas zum Gelingen des persönlichen Lebens, vielmehr vor allem auch etwas zum Gelingen des vorgegebenen Lebens beitragen. Es muss dem sinnorientierten Aufforderungscharakter der Welt draussen entsprechen. So

die Grundeinstellung Frankls.

An dieser Stelle kann das Defizit der Definition logotherapeutisch ausgeglichen werden. Versteht man Hoffnung als die Tugend, auf das erwartete Gute zu vertrauen, dann würden Logotherapeuten ergänzen: Es geht nicht nur um Erwartung und Vertrauen. Es geht auch um Handlung. Hoffnung, die ihren Namen verdient, muss sich an sinnvolle Ziele binden. Der Prozess solcher Bindung kann sich in folgenden Schritten ereignen: Sinn suchen. Sinn entdecken. Sich für die wertvollste Sinn-Möglichkeit entscheiden. Sinn verwirklichen.

Drittens: Hoffnung muss immer wieder auch gestärkt werden. Wodurch? Durch Sinn für Weite – wie Clemens Sedmak – ein österreichischer Philosoph - formuliert hat

Natürlich ist Hoffnung immer wieder auch bedroht. „Hoffen heißt eben nicht, immer euphorisch, siegessicher und voller Optimismus dem Himmel entgegenzutreten. Der Zweifel gehört dazu, das Zögern und Zaudern.“ (27) Dabei handelt es sich allerdings um eine Randerscheinung. Zum Wesen der Hoffnung gehört der Zweifel nicht. Und dennoch ist es wichtig, der Hoffnung immer wieder auch Energie zuzuführen. Den Sinn für Weite zu entwickeln ist dafür eine Möglichkeit.

Sinn für Weite eignet sich zum einen im doppelten Blicken. Ich schaue weit zurück auf mein Leben und mache mir bewusst, was alles schon geglückt ist, was gut war, was ich trotz aller Widerstände geschafft habe. Warum sollte ich das nicht noch einmal schaffen? Mache mir auch bewusst, was mir in meinem Leben alles geschenkt wurde: an liebevoller Begleitung, an lebensfreundlicher Hilfestellung, an Ermutigung in schwierigen Zeiten. Und natürlich handelt es sich dabei um fundamentale Sinnerfahrungen. Es geht in logotherapeutischer Hinsicht nicht immer nur darum, Sinn zu entdecken und zu realisieren. Es geht auch darum, erlebten, erfahrenen Sinn zu reimaginieren, soll heißen: in vitaler Weise zu erinnern. Ich mache mir überhaupt bewusst, was mir im Leben alles an materiellen und nicht-materiellen Gütern geschenkt wurde. Aus diesem Bewusstsein heraus kann sich eine **Dankbarkeit** entwickeln, die der Hoffnung neue Energie zuführt und so das Hoffen stärkt.

Sinn für Weite eignet sich allerdings nicht nur, indem ich mir den weiten, positiv besetzten Lebenshorizont des vergangenen Lebens bewusst mache, vielmehr auch den aktuellen, der mein Leben unmittelbar bestimmt. Es geht um den lebensfreundlichen sozialen Raum, in

den ich eingebettet bin und der mich trägt: Es geht um die Familie, die Freunde, die Menschen, mit denen zusammen zu sein, Freude macht. Für religiöse Menschen geht es natürlich auch um denjenigen Horizont, über den hinaus ein größerer nicht gedacht werden kann. Für sie spielt da die Bindung an das, was in der Philosophie und Theologie der Grund oder die Tiefe des Seins genannt wird, eine wichtige Rolle. Langer Rede kurzer Sinn: Es geht um die kleinen und großen Zusammenhänge, in denen Lebenssinn aufscheint, erlebbar wird und Hoffnung stärkt.

Viertens: Hoffnung wird realistisch durch Bildung. Wodurch da? Durch die Fähigkeit, vielperspektivisch zu denken und zu handeln

Hoffnung setzt in Bewegung, lässt Ausschau halten nach neuen, guten Möglichkeiten. Hoffnung macht immer wieder Mut, noch einmal neu anzufangen. Hoffnung macht Lust zu utopischem Denken im ursprünglichen Sinne des Wortes. U-topisch ist das, was noch keinen (u) Ort (topos) in der Welt hat, aber sinnvollerweise einen Ort in der Welt haben könnte und haben sollte; nicht zu verwechseln mit Illusion, dem Gegenstück zur Utopie. Hoffnung, dieses großartige Merkmal – besser gesagt: Wirkmal – der Existenz zeigt sich als Trostmacht des Geistes. Soll heißen: sich nicht abzufinden mit dem, was gestern war. Sich nicht im Heute einzurichten, für alle Zeit. Vielmehr offen zu bleiben für eine Zukunft, in der die Erde – wie meine Frau nicht müde wird zu betonen – zu einem guten Ort für alle wird. Dafür aber ist es nötig, Hoffnung nicht allein in der privaten Welt zu verorten, vielmehr vor allem auch in der **politischen Welt** wirksam werden zu lassen. Das aber ist nur möglich, wenn Politik von Menschen betrieben wird, die einen Sinn für Sinn haben. Sinn zeigt sich ja immer in Sinnzusammenhängen. Das lässt sich ganz leicht hermeneutisch aufzeigen. Ein Buchstabe hat Sinn im Zusammenhang eines Wortes. Ein Wort hat Sinn im Zusammenhang eines Satzes. Ein Satz hat Sinn im Zusammenhang eines Aufsatzes usf.

Und nun hoffen wir natürlich alle, dass diese Kriege, die z. Zt. toben, möglichst bald aufhören. Aber diese Hoffnung verkommt zur Illusion, wenn sie Menschen fasziniert, die nicht fähig oder nicht willens sind, in Sinnzusammenhängen zu denken. Die sich weigern zu verstehen, weil es ihnen an Bildung mangelt.

Bildung zeigt sich als Fähigkeit und als Wille, den je eigenen Standpunkt immer wieder zu verlassen, um die Welt mit den Augen des Menschen zu sehen, der mit mir in diesem Leben eine zeitlang unterwegs ist: der anders denkt, anders fühlt, sich anders orientiert, anders handelt. Der aber, genau wie ich, möchte, dass er sein Leben als sinnvolles Leben erleben

kann, führen kann. Bildung zeigt sich als Wille in politischen, gesellschaftlichen, ja historischen Zusammenhängen zu denken und als Bereitschaft, Einzelereignisse im großen historischen Horizont zu verstehen. Dieses Verstehen ist notwendige Voraussetzung dafür, dass Frieden möglich wird. Den jeweiligen Gegner jeweils als böseartig, ja als kriminell hinzustellen, den zu verstehen in moralischer Hinsicht höchst verwerflich sei. Das ist der sicherste Weg, dass es zu keinem Frieden kommt.

Es war eine exzellente Idee Viktor Frankls, den Willen zum Sinn in die Mitte seiner Anthropologie zu stellen. Nicht die Störungen des Lebens in all ihren Formen - soviel sie auch bedacht werden - stehen im Zentrum seines Interesses, vielmehr die Lust am Gelingen. „Auch dein Leben hat Sinn“ trotz allem ist eine Botschaft voller Hoffnung. Jeder, der sich von dieser Botschaft betreffen lässt, hört die in dieser Botschaft mitschwingende Frage heraus: Welche Botschaft hast du? Welche Hoffnung hegst du?

Ich habe eine große Hoffnung. Meine Hoffnung ist, dass immer mehr Menschen ihre Hoffnung an sinnvolle Ziele binden, denn Hoffnung braucht Sinn, vor allem auch Realitätssinn. Meine Hoffnung ist, dass immer mehr Menschen - vor allem auch die Mächtigen - zeigen, dass sie nicht ins Töten und den Tod, sondern in ein sinnvolles Leben verliert sind. Nicht Frieden sagen, aber Friedensverträge verhindern und immer mehr Waffen schicken. Meine Hoffnung ist, dass Menschen heranwachsen, die trotz der Fülle von Konflikten, die auch zum Leben gehören, voller Überzeugung „trotzdem ja zum Leben sagen“.

Vortrag vom 27.11.2023 im Rahmen des Studium Generale der Universität Tübingen

Anmerkungen

1. Viktor Frankl, Gesammelte Werke Bd. 1, ... trotzdem ja zum Leben sagen und ausgewählte Briefe 1945-1949, Wien 2005, S. 33 / 2. A.a.O., S.133-134 / 3. A.a.O., S. 43 / 4. A.a.O., S. 101 / 5. A.a.O., S. 101-102 / 6. A.a.O., S.71-72 / 7. A.a.O., 106 / 8. A.a.O., S.102-103 / 9. Frankl, a.a.O., 107 /10. A.a.O., S. 108 / 11. A.a.O., S. 108-109 / 12. A.a.O., S. 105 / 13. A.a.O., S. 109 / 14. Ebd. / 15. Frankl, a.a.O. S. 110-111 / 16. Meister Eckehart, Deutsche Predigten und Traktate, Hrsg. J. Quint, Darmstadt 1985, S. 57 / 17. Offenbarung 21, V. 4f. / 18. V. Frankl, Theorie und Therapie der Neurosen, Basel 1983, S. 177 / 19. Karlheinz Biller u. a., Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl, Wien 2020, S. 318 / 20. A.a.O., S. 459 / 21. A.a.O., S. 317 / 22. Biller, a.A.O. 318 / 23. A.a.O., 317 / 24. Vgl. dazu z. B. Karl Popper/ John Eccles, Das Ich und sein Gehirn, München 1977 / 25. Jesaja 54, V. 10f. / 26. Vgl. z.B. Karl Popper/ John Eccles, Das Ich und sein Gehirn, München 1977 / 27. Steffen Kern, Hoffnungsmensch, Holzgerlingen 2023.