

## Das Dilemma des frommen Ich-Süchtigen

Gert kam aus einem desolaten Elternhaus. Früh ging er seiner eigenen Wege. Er tingelte durch die Welt, tat dieses und jenes. Er kam gut an bei den Menschen (besonders bei Frauen) und fand schnell Freunde. Sie nahmen ihn auf, er fand immer eine Arbeit, denn er kannte sich in vielen Bereichen aus und traute sich alles zu. Trotz seines schlechten Starts ins Leben war er ein Mensch, von dem man sagte, dass er immer „auf alle Viere fiel“. Er war charmant, umgänglich, laut, betont fröhlich und immer sehr selbstbezogen überzeugt von sich. Er hielt sich nirgends lang auf, was ihm aber nichts ausmachte. Denn er ließ sich nicht wirklich auf die Menschen und die momentanen Umstände seines Lebens ein.

Eines Tage bekam er ein Buch geschenkt, das von der Endzeit und dem Wirken des Teufels in diesen Tagen handelte. Es war eines jener Bücher, die stark schwarz-weiß zeichnen und mit klaren Aussagen schockierten. Gert war aufgewühlt und getroffen. Es war das erste Mal, dass ihn etwas wirklich beunruhigte. In diesem Buch war viel von Jesus die Rede und er beschloss, dass er mehr über ihn erfahren wollte. „Zufällig“ traf er im Süden Spaniens auf Klaus, einen Typen, der so war wie er, eine Harley Davidson fuhr, sich auffällig kleidete und bizarr auftrat. Und er war Christ. Egal mit wem er sprach und um was es ging, jedes zweite Wort war „Jesus“. Das beeindruckte Gert. Sie kamen ins Gespräch, Klaus schenkte Gert eine Bibel. Er las darin, bekehrte sich und ließ sich kurz darauf bei Alicante im Meer taufen. Seit dem, war er Christ, aber trotzdem kein anderer Mensch. Wenn er mit einem Mädchen zusammen war, sprach er von Jesus, wenn es ihm langweilig wurde, zog er weiter. Er war immer noch laut, überzogen selbstbewusst, unvermittelt und direkt – aber nun auf christliche Weise. Wie er ankam, was andere über ihn dachten, interessierte ihn nicht. Er nahm es nicht wahr und bemerkte nicht, ob ihn Menschen verstanden, ihm zuhörten oder den Kopf schüttelten. Die Reaktionen anderer waren ihm schlicht egal. Auf diese Weise kam er auf die beste Weise durchs Leben. Er sah nur sich, macht sich nicht viele Gedanken um anderes, lebte spontan und direkt und hielt das für das beste Verhalten. Er wusste, dass Gott bei ihm war, alles andere interessierte ihn nicht. Er wollte sein Leben spüren und auskosten, so wie bisher auch – nun aber noch intensiver dadurch, dass er diese Leben als ein Geschenk Gottes betrachten konnte: Gott macht ihn bedeutsam und wichtig.

So kam Gert in unsere Gemeinde. Er wurde bei einem freundlichen älteren Ehepaar aufgenommen und fand Arbeit in der Firma eines Glaubensbruders. Alle kümmerten sich rührend um ihn. Aber das nahm er als selbstverständlich. Bei seinen Gastgebern nahm er sofort die ganze Wohnung in Beschlag, er war ja überall zuhause. Er telefonierte laut auf dem Balkon und als er gebeten wurde, doch bitte Rücksicht zu nehmen, verstand er das nicht. Sein Leben war doch normal, oder? Aber aus christlicher Gesinnung telefonierte er von nun an lautstark in der Wohnung. Er lud sich Leute ein (vor allem Mädchen). Einwänden gegen seinen Lebensstil begegnete er mit der Aussage, dass diese Menschen auch Jesus begegnen sollten. Als er einmal das bekümmerte Gesicht seiner Gastgeberin wahrnahm, hieb er ihr auf die Schultern und sagte: „Schau doch nicht so trübsinnig. Du bist ja sowieso bald im Himmel, dann geht es dir gut. Darauf kannst du dich schon heute freuen!“

In der Gemeinde begann er zu predigen. Es war ihm gleichgültig, wie seine Zuhörer

reagierten. Er sah sie nicht. Er sah nur sich und sein Bedürfnis, zu verkündigen. Immer mehr setzte er sich in Szene, spielte sich in den Mittelpunkt, schockierte mit seinen Erlebnissen (früheren und gegenwärtigen) – manches war erfunden, aber viele obskure Geschichten wirklich selbst erlebt. In der Gemeinde fragten sich immer mehr, ob es wirklich Gottes Wirken gewesen war, wenn Gert wieder einmal von wunderbaren und eigenartigen Begegnungen berichtete. Gert schien seltsame Umstände anzuziehen – und immer machte er dabei übernatürliche und faszinierende Erfahrungen. Die Gemeinde war geteilter Meinung: die einen hielten ihn für einen, dem Gott ein ganz besondere Berufung gegeben hatte – die anderen hielten ihn für einen Angeber und Scharlatan. Aber das alles nahm Gert nicht wirklich wahr. Als die Gemeindeleitung ihn dringend aufforderte, sich mehr zurückzuhalten und sich mehr einzufügen, zuckte er nur die Achseln und begann nun außerhalb der Gemeinde zu missionieren. Er nahm niemand etwas übel, er nahm alles hin, denn er nahm nichts auf. Kritik, Widerstände, Ablehnung oder Gegenargumente prallten an ihm ab. Er war ganz bei sich. Und das auf eine unkomplizierte, direkte, laute und offensive Weise. Wo er war, war er im Mittelpunkt, ging es um ihn, gab er weiter, was er von Gott, Glaube und Jesus verstanden hatte: faszinierend, interessant, abstoßend, ungeniert, platt, einfach, schwarz-weiß, direkt und nicht selten auch sehr anstößig. Zumindest sahen das immer mehr Gemeindeglieder so. Aber was sollten sie tun? Sei wollten Gert nicht verletzen oder brüskieren. Aber gleichzeitig, konnten sie sein Verhalten nicht hinnehmen. Sie waren in einem Dilemma. Immer mehr Gemeindeglieder zogen sich vor Gert zurück. Schließlich bemerkte Gert, dass er mehr und mehr gemieden wurde. „Was ist los?“, fragte er. Er nahm es der Gemeinde sehr übel, dass sie ihm nicht offen begegnete: „Mir kann man alles sagen. Aber diese Hintenrum ist das Schlimmste.“ Und das stimmte auch: Man hätte ihm alle sagen können – denn er nahm es nicht persönlich. Er begriff nicht, als die Gemeinde versuchte, ihm sein Verhalten zu spiegeln und ihm zu erklären, dass sie ein Problem mit ihm hätten. „Wo ist das Problem?“, fragt er immer wieder und immer mehr empört. Er fühlte sich nicht verstanden und akzeptiert. „Ich passe nicht zu euch“, sagte er dann unvermittelt, „lebt ihr doch eure kleines, enges Leben, pflegt eure Ordnungen und kreist um euer Wohlbefinden. Ich dagegen lebe das Leben. Ich liebe Gott und Jesus und ich darf so sein, wie ich bin.“ Mit diesen Worten ließ er seien Glaubensgeschwister betroffen stehen. Gert veränderte sich nicht, im Gegenteil, sein Verhalten wurde immer lauter und offensiver. Wenn er auf Ablehnung stieß, lachte er schallend und meinte: „Gott wird auch dir begegnen, Bruder!“ Oder: „Im Himmel wird dich Gott kitzeln, bis du lachen musst, Schwester.“

Es war eine bedrückte Abordnung der Gemeinde die an einem Abend zu Gert kam, um ihm klar zu machen, dass sein Platz nicht in dieser Gemeinde war. Bevor sie aber ihre wohlüberlegten Argumente, Entschuldigung und Erklärungen vorbringen konnte, schnitt ihnen Gert das Wort ab. Ohne ein Spur getroffen, gekränkt oder abwehrend zu sein sagte er: „Okay, okay. Alles klar. In einer Stunde bin ich fort. Dann habt ihr euren Frieden.“ Pfeifend belud er sein altes klappriges Auto, zog sein Lederjacke an und setzte sich die Sonnenbrille auf. Ein wolkenbruchartiger Gewitterregen ging just in diesem Augenblick nieder, als Gert losfuhr. Er machte einen freien, unabhängigen und unbeschwerten Eindruck. Niemand

winkte ihm nach. Wir wissen nicht, wohin er gefahren ist. Vielleicht taucht er eines Tages bei euch auf? Grüßt ihn von uns – wenn er sich noch an uns erinnert.

## Das falsche Wir

*Wir* müssen lernen *Ich* zu sagen

„*Wir* sollten uns *alle* bemühen, anders miteinander umzugehen!“ Dabei hat man aber klare Vorstellungen davon, wer sich vor allem verändern sollte.

„Hier ist *jeder* gefragt!“ Aber eigentlich meint man die anderen.

„*Man* sollte endlich zu einem Ergebnis kommen!“, wird gestöhnt und man denkt im Stillen:  
„Wenn es so laufen würde, wie ich es denke, wären wir schon lang fertig.“

## Versteckspiel

Oft verlaufen Diskussionen seltsam unkonkret. Man bewegt sich im Kreis und kommt nicht zu Ergebnissen. Teilweise wird nicht klar, um was es eigentlich geht und was der andere meint, aber man fragt nicht nach. Der Gesprächsverlauf ist sowieso mühsam, da hält man sich besser zurück und wartet ab.

Kurz bevor die Auseinandersetzung ergebnislos abgebrochen wird, steht ein älteres Gemeindeglied auf: „*Wir* sollten mehr *Ich* sagen“, stellt er fest und setzt sich wieder.

Zunächst beherrscht Ratlosigkeit die Runde. Hatten wir nicht gelernt, dass das große eigene *Ich* sich einordnen muss in das gemeinsame *Wir*? Ist es nicht vor allem der Egoismus, die Selbstbezogenheit, die gemeinsame Entscheidungen erschweren? Wäre da nicht der Schritt zum *Ich* ein Rückschritt?

Aber langsam dämmert die Erkenntnis, dass zu einem guten *Wir* auch starke *Ichs* gehören. Es kann nicht sein, dass sich jeder im großen *Wir* des Miteinanders versteckt, aber doch gleichzeitig am eigenen Verständnis festhält. Zuerst kommt das *Ich*, die klare, eindeutige Aussage. Und dann kommt das *Wir*, die Einordnung der eigenen Meinung in das große Ganze. Alles andere ist ein Versteckspiel, das eine Entscheidungsfindung unmöglich macht.

## Der Egoismus

Oft ist das große starke *Ich* ein Problem in unseren Gemeinden: *Ich* weiß, was *ich* will und *ich* setze mich durch. Meine Meinung zählt mehr als die des anderen. *Ich* habe schließlich ein Recht, meine Bedürfnisse zu benennen und durchzusetzen!

Genauso läuft es in unserer Gesellschaft: *Ich* muss sagen, was *ich* will. *Ich* muss zu mir stehen. *Ich* muss für mein Recht kämpfen. Wenn *ich* es nicht tue, dann tut es niemand – und dann habe ich verloren.

Die narzisstische, selbstgezogene Gesellschaft mit ihren vielen Möglichkeiten und dadurch auch Begehrlichkeiten beeinflusst die Gemeinde: Hier kommen Menschen zusammen mit frommen Erwartungen und tiefen Sehnsüchten und hoffen, dass sie auf ihre Kosten kommen. Wenn nicht, werden Forderungen erhoben, Vorwürfe gemacht – oder man zieht sich enttäuscht zurück. Aber so „funktioniert“ Gemeinde nicht. Wenn jeder nur will, aber keiner gibt, dann bleibt jeder nur bei sich – und letztlich unbefriedigt, leer, bedürftig.

### **Das Wir**

Es geht nicht anders: In der christlichen Gemeinde ist jeder herausgefordert, sein *Ich* **nicht** an der Garderobe abzugeben – aber sich einzuordnen in die Gemeinschaft, das große Ganze zu sehen und den anderen höher zu achten als sich selbst. Das ist eine harte Übung! Das bedeutet, sich selbst loszulassen, die eigenen Wünsche, Erwartungen und Forderungen herzugeben und sich auf das gemeinsame Miteinander einzulassen. Das sieht dann meist so aus, als müsste man mehr geben, als man selbst bekommt – und dabei entsteht das Gefühl, ausgenutzt, ausgesaugt, missbraucht zu werden.

Aber so ist es nicht! Wenn tatsächlich jeder gibt was er kann, wird jeder satt. Wenn jeder seinen Beitrag gibt, sind alle Nutznießer. Aus dem, was alle zusammenlegen wird etwas Neues, etwas, was die Möglichkeiten des Einzelnen überschreitet. Das *Wir* in der Gemeinde ist mehr als die Summe der *Ichs*, die in ihr zusammenkommen. Aber das Entscheidende ist: *Jeder* gibt, was er kann. *Jeder* fügt sich ein. *Niemand* drängt sich nach vorn und will wichtiger sein als der andere.

### **Jeder, alle, wir**

Das Gefährliche ist, dass die Begriffe „*Jeder, Alle, Wir*“ zu einem Dickicht werden, in dem man sich verstecken kann. Anstatt, dass das *Ich* sich einbringt mit seinen Möglichkeiten, macht es sich ganz klein. Nicht das *Ich* fügt sich ein, sondern eine graues, unscheinbares, unauffälliges *Man*: *Man* wartet ab, *man* hält sich zurück, *man* beobachtet den anderen und *man* hofft, dass *man* zu dem kommt, was *man* gerne möchte.

Eine Geschichte macht das deutlich: Ein Hochzeitsfest sollte gefeiert werden. Alle waren eingeladen. Es sollt ein großes Fest werden, bei dem jeder sich wohlfühlen konnte. Wer kam, sollte einen Beitrag geben, damit es ein fröhliches und reiches Fest werden konnte – zum Beispiel eine Flasche Wein. Damit aber niemand beschämt wurde – wie viel und was er brachte –, sollte jeder mitbringen, was ihm möglich war. An der Tür zum Festsaal sollte ein Fass aufgestellt werden, in das jeder seinen Beitrag hineinschüttete. Aus diesem Fass sollte dann an alle ausgeteilt werden. So war es geplant.

Als aber das Fest begann und die ersten Krüge aus dem Fass gefüllt wurden, ging ein Raunen durch die Festgesellschaft. In den Glaskrügen befand sich nur reines Wasser. Jeder der Gäste

hatte offensichtlich gedacht: Mein Schluck Wasser schadet dem Ganzen nicht, fällt nicht auf. Aber weil jeder so gedacht hatte und alle nur von den anderen profitieren wollten, fiel das Fest aus.

## **Die anderen**

Das selbstbezogene Ich versteckt sich im Wir, hofft auf die *anderen*, bleibt unauffällig. Nicht Ich bringe mich ein, sondern die *anderen*, sollen etwas tun. Die *anderen* – wer sind sie? Oft sind es die stärksten in einer Gemeinschaft, sind es die, die gern Verantwortung übernehmen. Aber genauso oft sind sie mit dieser Aufgabe überfordert, weil sie allein den Karren ziehen. Sie übernehmen Verantwortung für das Ganze – und vor allem: für die, die sich passiv im Hintergrund halten. Nur manchmal tauchen die „Hintergründer“ aus der Versenkung auf und machen denen Vorwürfe, die die Arbeit tun: Ihr müsst es anders machen! Ihr habt nicht alle im Blick! Ihr wollt euch ja nur profilieren und wichtig machen! Und nicht selten sind diese Vorwürfe auch berechtigt. Aber das Problem sind genauso die, die sich aus allem heraushalten. Sie geben den anderen den Raum, sich zu verwirklichen. Wer in den Hintergrund tritt und so tut, als wäre er nicht da, muss sich nicht wundern, wenn die anderen das Ruder übernehmen und das Boot in ihre Richtung steuern. Manchmal sind die *anderen* aber auch die, die aus purer Barmherzigkeit die Last des *Wirs* auf sich nehmen. Es gibt ja niemand sonst, also müssen wir die Gemeinschaft tragen. Aber sie brechen darunter schier zusammen.

## **Gott**

Da bietet sich ein Ausweg an: Das fromme *Ich* wendet sich an Gott und bleibt weiterhin passiv im Hintergrund: Gott muss es richten! Es wird gebetet: „Lieber Vater im Himmel, mach' dass sich in unserer Gemeinschaft etwas verändert. Rühre unsere Herzen an, dass wir mitleidiger miteinander umgehen. Öffne uns die Augen für die Not des anderen...“ Nun ist Gott ist am Zug. Entweder er tut es und es verändert sich etwas in der Gemeinde, oder er tut es nicht – dann können wir auch nichts machen. Gott bekommt die Verantwortung, der Einzelne ist fein heraus. Ich könnte mir vorstellen, dass Gott auf solche Gebet folgendermaßen antwortet: „ Schon lange rühre ich dein Herz an, spürst du es nicht? Du musst deine Augen aufmachen, dann siehst du die Not der Menschen in deiner Nähe. Ich schaffe Veränderung – mit dir zusammen. Du musst bereit sein deinen Schritt zu tun, dann werde ich dir helfen!“

## **Ich**

Die Initiative muss also von uns ausgehen. *Wir* müssen den ersten Schritt tun. Das ist die Entscheidung von jedem Einzelnen ganz persönlich. *Jeder* muss bereit sein, sein *Ich*, seine

Möglichkeiten zu geben – dann gibt Gott das Seine dazu: Jetzt sind wir schon wieder beim *Wir, Uns, Jeder*. Der Kreislauf beginnt von neuem. Wie kann er durchbrochen werden?

Ich denke, wir verstehen schon: Das *Ich* ist gefordert, einen Schritt zu gehen, sich einzubringen. Dann heißt es: *Ich* muss den ersten Schritt gehen. *Ich* will die Initiative ergreifen. *Ich* gebe, was ich geben kann. *Ich* arbeite daran, mich zu ändern. *Ich* übernehme Verantwortung – für mich selbst und für die Gemeinschaft. *Ich* bringe mich ein.

Jetzt sind wir wieder beim *Ich* angelangt, bei mir selbst. Bei allen Veränderungsprozessen in der Gemeinschaft zeigt sich: Es verändert sich nichts, wenn *ich* mich nicht verändere. Ich kann mich nicht mehr verstecken. Ich muss mich zeigen. Ich muss „*Ich*“ sagen. Auf mich kommt es an, dass etwas geschieht. Alle Umgangsregeln, die wir miteinander erarbeiten, alle Vorhaben und Ziele in der Gemeinschaft, alle guten Absichtserklärungen bringen nichts, wenn nicht mein eigenes *Ich* davor steht:

*Ich* will mich bemühen, anders mit den Mitgliedern unserer Gemeinschaft umzugehen.

*Ich* bin gefragt, also gebe ich auch Antwort – auch auf die Gefahr, dass es Gegenmeinungen und Widerstände gibt und wir uns einigen müssen, weil wir unterschiedlich sind.

*Ich* sage, wie ich es mir vorstellen könnte, höre aber auch auf den anderen und bin bereit, nachzugeben, wenn sein Vorschlag besser ist als meiner.

*Ich* bin bereit Kompromisse zu schließen und *ich* bin auch bereit, mich einer Mehrheit unterzuordnen, wenn ich sehe, dass wir nur auf diese Weise weiterkommen.

*Ich* tue alles, was ich kann, damit das *Wir* gelingt.

## Loslassen

Ein Kampf um das Ich ist entbrannt, das habe ich anfangs geschrieben. Was bedeutet das? Ich sehe folgende Auseinandersetzung: Die einen sind der Meinung, das Ich müsste immer weiter entfaltet werden, wachsen und zunehmend an Stärke gewinnen. Sie tun alles, um ihr Ich zu nähren und zu entwickeln. Damit sind sie im Trend unserer Zeit und finden viele Angebote, die sie dabei unterstützen. Andere sagen, das Ich müsste sterben, denn nur die Freiheit vom eigenen Ich sei wirkliche Freiheit. Wer hat recht? Ich denke: beide. Und vielleicht ist es ja auch so, dass es unterschiedliche Phasen im Laufe eines Lebens gibt: In der ersten Hälfte geht es darum, sein Ich zu finden und auszubauen, und in der zweiten, sein Ich wieder loszuwerden, um ganz frei zu sein.

Wir dürfen nicht die eine gegen die andere Seite ausspielen: auf der einen Seite die Ichoptimierung, auf der andere das Freiwerden vom Ich. Loslassen kann man nur das, was man vorher besessen hat. Und zum eigenen Besitz gehört nur tatsächlich das, was man auch loslassen kann – sonst wäre es eine Abhängigkeit. Zum Genuss gehört das Hergeben. Das Problem in der christlichen Gemeinde ist, dass entweder die eine oder die andere Seite gelebt wird, selten beide gleichzeitig. Sie gehören jedoch zusammen. Wird nur das starke, durchsetzungsfähige, fromme Ich gelebt und wird ein selbstbewusster, ichbestimmter Glaube gelehrt, kann das leicht in einen frommen (Heils-)Egoismus münden: Hauptsache, mir geht es gut. Hauptsache, ich spüre Gottes Nähe. Hauptsache, Gott ist auf *meiner* Seite. Oder man legt Wert auf Heiligung, die Anstrengung, sein Ich loszuwerden, um Gott völlig frei und hingeeben dienen zu können. Dann geht es vor allem um Einordnung, Unterordnung, Dienen, Nachgeben.

Wie passt das zusammen? Wie kann diese Spannung gelebt werden, ohne eine Seite überzubetonen? Wie sieht das „Sterben des Ichs“ aus, ohne dass der Kampf zum Krampf wird? Wie können wir den Bibelvers verstehen: „Wer sein Leben erhalten will, der wird's verlieren; wer aber sein Leben verliert um meinetwillen, er wird's finden“ (Matthäus 16,25; auch Matthäus 10,39; Lukas 17,33; Johannes 12,25,)?

Oder wie es Victor Frankl vielfach im Blick auf die Ichwerdung des Menschen sagt: „ Und ganz er selbst wird er, wo er sich selbst – übersieht und vergisst.“<sup>1</sup> Wie ist das möglich?

## Sterben heißt Befreiung

Das Leben der Christen entfaltet sich in drei Bereiche hinein: **Gott, Gemeinschaft, Welt.**

Das Ich steht dem entgegen und verhindert diese Entfaltung. Das Ich vereinnahmt die Energie, die für die Entfaltung nötig wäre, und verbraucht sie für sich selbst:

- aus der Gottesliebe wird Selbstliebe
- aus dem Dienst der Liebe an anderen Menschen die Selbstfürsorge
- aus der Liebe zu dieser Welt die Selbstoptimierung

Weil das Ich die Liebe Gottes für sich selbst braucht, bleibt für das, wofür sie eigentlich vorgesehen wäre, nichts mehr übrig. Die Folge ist, dass der Mensch auf sich bezogen allein bleibt. Er wird zum Selbstversorger. Eigentlich sollte der Christ ganz von sich selbst frei

---

<sup>1</sup> Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge, München 2014, Seite 213

werden, um frei zu sein für Gott, die Gemeinschaft und die Welt, aber er ist völlig mit sich beschäftigt. Dieses Freiwerden ist der Prozess der Heiligung: das Freiwerden von den Hindernissen des eigenen Ichs, um ganz und gar Gott zu gehören und damit auch fähig zu sein, Gottes Auftrag umzusetzen.

### **Heiligung ist der Weg der dreifachen Befreiung:**

**Erstens** geht es darum, sich Gott auszuliefern, „sich selbst auf den Altar zu legen“, wie es Vertreter der Heiligungsbewegung ausdrückten. Dabei ist dieser Schritt eine Entscheidung, die als Antwort auf die Gnade Gottes erfolgt. Gott erwählt den Menschen. Diese Erwählung ist dermaßen tief greifend und befreiend, dass der angenommene Mensch nun wiederum Gott sein ganzes Leben gibt, ihm sein Ich opfert. Das ist ein freiwilliger Akt, kein Muss, und der zweite Schritt bei der Errettung des Menschen durch Gott. Es genügt nicht, dass der Christ bei seiner Erwählung durch Gott stehen bleibt, er muss nun auch selbst die Konsequenzen ziehen. Er wird von Gott geliebt und antwortet mit seiner Liebe zu Gott. Auf die Rechtfertigung des Sünders durch Gott folgt logischerweise die Hingabe des Menschen an ihn. Er gibt Gott sein ganzes Leben, er liefert sein Ich an ihn aus.

**Zweitens** gehört es zum Prozess der Heiligung eines Menschen, dass er lernt, sich einzuordnen, sich unterzuordnen und den anderen höher zu achten als sich selbst (siehe zum Beispiel Philipper 2,3-4). Das auf sich selbst bezogene Sein wird aufgebrochen, wenn die Mitchristen ins Spiel kommen. Die christliche Gemeinschaft ist ein gutes Übungsfeld, um von sich weg zu sehen, um frei zu werden von sich selbst. Und deshalb ist gerade der schwierige Bruder, die anstrengende Schwester in der Gemeinde ein optimaler Anstoß, das eigene Ich in den Tod zu geben, sich selbst nicht so wichtig zu nehmen und zu lernen, auch dann den anderen zu lieben, wenn es mühsam wird. Wo dies geschieht, ist der christliche Glaube nicht nur Theorie, sondern wird zu einer erfahrbaren Wirklichkeit: „Ich bin von Gott geliebt, deshalb liebe ich die Menschen in meiner Umgebung. Ich teile das, was ich bekommen habe, mit den anderen. Ich behalte es nicht für mich.“ Das Wunderbare ist: Im Austeilen wird die Liebe nicht weniger, sondern mehr, wird das Ich nicht ärmer, sondern reicher.

**Drittens** vollzieht sich der Prozess der Heiligung im Dienst an den Menschen dieser Welt. Gott macht Christen auf Notlagen aufmerksam und fordert sie heraus, tätig zu werden. Das fromme Ich beschränkt sich nicht auf eine persönliche fromme Übung, sondern der Glaube wird zur Tat. Heiligend ist der Schritt auf andere hin deshalb, weil der Christ von sich absieht und sich ganz auf Gott verlässt. Er erfährt, dass er all die Herausforderungen seines Lebens, in die er sich gestellt sieht, nicht allein bewältigen kann, sondern dass er Gottes Hilfe braucht. Er kommt an seine Grenzen und ist genötigt, sich ganz auf Gott zu verlassen. Er wird von Gottes Wirken mehr und mehr abhängig– und dabei wird er immer mehr frei von sich selbst, seinen eigenen Bedürfnissen, seinem Streben nach Erfolg und der Optimierung der eigenen Möglichkeiten. Gott wird größer in ihm.

## Sterben heißt Hingabe

Otto Stockmayer (1838-1917), ein führender Vertreter der Heiligungsbewegung Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts (ein Onkel von mir), beschreibt Heiligung so<sup>2</sup>:

Der Mensch, der sein Ich pflegt und hegt, bleibt auf den „Hefen seiner natürlichen Frömmigkeit“ liegen. Er muss sich aus dem engen Gefängnis seines Ichs herausrufen lassen: „O Seele, wenn es bei dir zu einer durchschlagenden Entscheidung kommen soll, dann musst du nicht mit einer Laterne in der Hand nach Glauben suchen in dem Dunkel deiner Empfindungen und Gefühle, sondern du musst dir den Herrn in seiner Herrlichkeit vorstellen und dich von ihm binden lassen an sein Liebesjoch“. Aber der Mensch ist blind für Gottes Herrlichkeit, er sieht nur sich selbst und das eigene Bemühen um Heiligung ist lediglich eine „Karikatur der Heiligkeit“. Der Christ muss sich von sich selbst frei machen und feststellen: „In den Wunden Jesu allein finde ich Heilung und nicht in meiner eigenen Heiligungsarbeit“. Heiligung geschieht nur dadurch, dass der Mensch sein Ich aufgibt und mit Jesus stirbt: „O lass dir doch einmal die Lumpen deiner christlichen Erfahrung herunterreißen! Vielleicht steckt der üble Geruch des Hochmuts dahinter, etwas sein zu wollen“. Das Freiwerden von sich selbst bedeutet gleichzeitig ein zunehmendes Abhängigwerden von Gott – aber das ist gut so, denn nur auf diese Weise wird der Mensch fähig, Gott zu dienen: „Je unbeholfener wir in uns sind und damit abhängiger von ihm, desto sicherer kann er uns führen“. Dazu ist es jedoch notwendig, dass man sich ganz und gar Gott übereignet, das Eigene aufgibt, sich auf dem Altar Gottes opfert und sein Ich ganz bewusst in den Tod gibt. Alles soll Gott gehören: „Alles, was Gott in Beschlag nimmt, was Gott wieder zukommt, das ist eben damit heilig, das gehört Gott“. Das Ich, das Gott gegeben wird, gehört also nicht mehr dem Christen, sondern es gehört Gott, damit er darüber verfüge: „Wir haben Gott die Macht über uns gegeben und das Todesurteil über uns unterzeichnet; aber wir haben in diesem Todesurteil auch unseren am Kreuz zerrissenen Schuldbrief erkannt und Gott gegenüber eine neue Stellung eingenommen“.

Heiligung ist deshalb nicht die eigene Arbeit des Christen an sich selbst – denn das wäre doch wieder nur fromme Selbstoptimierung –, sondern ein Zulassen, dass Gott an ihm arbeitet. Das kann Gott jedoch nur, wenn er völlige Verfügungsgewalt über diesen Menschen bekommen hat; halbherzige Kompromisse sind nicht möglich: „Der Herr lässt sich vom Lohn seiner Schmerzen nichts nehmen, und wir können durch unser Ringen nach Heiligung nichts erreichen als das, was uns umsonst zuteilwerden kann durch das, was auf Golgatha vollbracht ist“. Den Vertretern der Heiligungsbewegung war es ein großes Anliegen, dass die Hingabe des Ichs keine halbe Sache war, sondern dass man „durch und durch geheiligt“ ist. Man musste sich selbstkritisch gegenüberstehen, um die egoistischen, eitlen Regungen des eigenen Herzens herauszufinden und auszumerzen. „Und wisst ihr, worin die Eitelkeit im Grunde besteht? Dass man sich um sich selber dreht, sich selber gefällt, sich selber sucht, sein Interesse, seine Anerkennung sucht, an seinen Weg sich hinsetzt, um ein Almosen, um einen freundlichen Blick, bettelt um einen Händedruck bei den Kreaturen am Weg und ein schwarzes Herz hat, wo man auch hinkommt“. Das Ziel ist, vom

---

<sup>2</sup> In: Otto Stockmayer, Die Gnade ist erschienen, Gießen 1990

eigenen Ich loszukommen, das eigene Wesen loszuwerden, um ganz und gar (oder möglichst weitgehend) Jesus ähnlicher zu werden: „Es gibt keine Macht, die uns hätte loskaufen können von dem stinkenden Leichnam unseres eigenen Ichs, keine Macht als das Blut des Leibes Jesu“. Deshalb ist die Forderung der Heiligungsbewegung: „Kehre heim, verlorener Sohn, verlorene Tochter, aus der Irre! Was die Welt dir bieten kann, Kunst und Wissenschaft, Bildung und Erziehung, Stand und Herrlichkeit, alles ist eitel, was nicht für Gott und in Gottes Dienst gestellt ist“. Die Konsequenz war, dass nichts mehr auf sich selbst bezogen wurde, sondern alles auf Gott: „Du gehörst nicht mehr dir selbst, und du kannst dich nicht mehr verkaufen“.

Dieser Weg der Heiligung fordert den Christen heraus. Ihn zu begehen ist nur möglich, weil ihn Jesus gebahnt hat. Und Jesus ist auch derjenige, der den Menschen dazu bringt, diesen Weg zu beschreiten. Er führt nur deshalb zum Ziel, weil Jesus mitgeht. Und das Ziel kann nur dadurch erreicht werden, dass Jesus dem Menschen hilft, ihn zu gehen. Auf diesem Weg verwandelt sich der Mensch Schritt für Schritt. Aber bereits seine Entscheidung, diesen Weg einzuschlagen, war grundlegend. Niemand kann ihn betreten, der nicht bereit ist, sein Ich aufzugeben, um eine neues Ich empfangen zu können. Der absolute Fokus im Prozess der Heiligung liegt auf Jesus: Er macht's. Deshalb muss das eigene Ich sterben!

## Nimmt der Egoismus zu?

Die Frage, ob der Egoismus heute stärker ist, als früher, ist schwer zu beantworten. Es gibt ganz unterschiedliche Meinungen dazu. Ist das vielleicht bereits ein Beweis für eine Gesellschaft der Ichlinge: Jeder sieht aus seiner Warte und bewertet auf seine subjektive Weise. Es gibt den gemeinsamen Konsens gar nicht mehr. Was für den einen bereits Egoismus ist, ist für den anderen lediglich berechnete Selbstverwirklichung.

Ein oberflächlicher Blick auf die gesellschaftlichen Entwicklungen bestätigen die Zunahme des Egoismus: Man möchte stark sein und sich keine Blöße geben. Erfolg zählt.

Imagemanagement, Karriereplanung und Attraktivität sind geläufige Begriffe für den, der vorankommen will. Soziale Netzwerke verführen zu einer übertriebenen Selbstdarstellung. Der Grundsatz zählt: „Mehr scheinen, als sein.“ Personalentwickler raten dazu: „Sie müssen sich besser darstellen.“ Bescheidenheit, Zurückhaltung, Nachgeben sind keine geläufigen Werte. Das Schlagwort von der Gesellschaft der Ichlinge macht die Runde – wobei niemand genau weiß, wer diesen Begriff geprägt hat und wie lange er schon kursiert. Aber offensichtlich muss etwas dran sein an diesem Begriff, sonst hätte er sich nicht auf vielfältige Weise erhalten.

Während Oscar Wilde (1854 – 1900) noch sagte: „Sich selbst lieben ist der Beginn einer lebenslangen Romanze“, ist heute die Beziehung zu sich selbst in Lebensabschnitte aufgeteilt – wie im Bereich der Lebenspartnerschaften auch. Die Beziehung zu sich selbst ist nicht mehr selbstverständlich, ein dauerhafter Zustand von Nähe, Wertschätzung und Selbstannahme, sondern ein Stück harte Arbeit – alles andere als eine Romanze.

Es ist überhaupt ein Luxus der neueren Zeit (etwa ab dem Ende des 19. Jahrhunderts), dass sich eine große Breite der Bevölkerung ausführlicher mit sich selbst beschäftigen konnte – und nicht nur ein paar bevorzugte Denker. Die Frage nach dem Ich stellte sich in den Jahrhunderten davor nicht. Da musste man zufrieden sein mit dem, wie und was man war und mit sich zurecht kommen ohne an seinem Ich feilen und sich selbst über das Normale hinaus verwirklichen zu können. Wer sich nicht so annehmen konnte, wie er war, hatte Pech gehabt.

Vielleicht ist heute die starke Beschäftigung mit sich selbst auch ein Zeichen, dass es uns insgesamt sehr gut geht? In der Bedürfnispyramide von Abraham Maslow, dem Gründervater der Humanistischen Psychologie (1908 – 1970), steht Selbstverwirklichung (bis 1970) an oberster Stelle. Erst wenn alle anderen Bedürfnisse erfüllt sind, kann man sich um die Selbstverwirklichung kümmern. 1943 war Maslow der Ansicht, dass zu diesem Zeitpunkt erst 2% der Weltbevölkerung dieses Stadium erreicht hätten. Und heute? Kann man sich deshalb so intensiv um sein Ich kümmern, weil die anderen Bedürfnisse gestillt sind? Die anderen Bedürfnisse sind: Zunächst die Elementare Bedürfnisse, die zum Lebenserhalt nötig sind, dann das Sicherheitsbedürfnis, weiter die sozialen Bedürfnisse, dann das Individualbedürfnis (Stärke, Erfolg, Unabhängigkeit, Ansehen, Wertschätzung, Achtung und Wichtigkeit) und erst dann ist die Selbstverwirklichung möglich: noch besser sein, sich entfalten, sein Potenzial ausschöpfen, sich optimieren. Dass die Bedürfnispyramide damit nicht zu Ende ist, zeigte sich als 1970 „Transzendenz“ als oberste Spitze eingeführt wurde. Also ist auch die

Selbstverwirklichung noch nicht das letzte, sondern die sich selbst überschreitende Dimension, der Bezug auf etwas, was über oder hinter dem Menschen selbst liegt. Wird das die Zukunft sein? Werden wir irgendwann mit der Selbstverwirklichung fertig sein, um uns dann von uns selbst ab- und Gott zuzuwenden?

### **Schauen wir die Entwicklungen der letzten Jahre an**

Bereits **1986** stellt der Soziologieprofessor Ulrich Beck einen weitreichenden gesellschaftlichen Umbruch fest. Er spiegelt sich wieder in zunehmender Widersprüchlichkeit und der Einsamkeit des einzelnen Menschen, der in die Vereinzelung gerät (Seite 200). Der biographische Pluralismus (Seite 189) führt zu einer Zunahme von Beziehungskonflikten (Seite 197). „Der so entstehende ‚Kosmos des eigenen Lebens‘ wird auf das Zentrum des Ich, seine Verletzlichkeiten, Möglichkeiten, Stärken und Schwächen hin zugeschnitten und ausbalanciert.“<sup>3</sup>

Die amerikanische Zukunftsforscherin Faith Popcorn erregte **1991** großes Aufsehen mit ihrem Schlagwort vom „Kokoning“, die Menschen würden sich mehr und mehr in ihre Eigenwelt zurückziehen: „Das Kokon-Dasein bedeutet Isolierung und Vermeidung, Frieden und Schutz, Geborgenheit und Kontrolle – eine Art überdimensionaler Nestbau.“<sup>4</sup> Nur dort erfährt der Mensch Sicherheit und Geborgenheit. Aber um das zu gewinnen, muss er sich absetzen von anderen, sich einigeln im Eigenen. Und nur so hält er eine Welt aus, die brüchig geworden ist ob ihrer vielen Veränderungen. Der Trend ging also in Richtung Privatleben, Absicherung, Rückzug ins eigene Ich.

**1991** zeichnet die Psychologin und Journalistin Claudia Szczeny-Friedmann das Bild einer kühlen Gesellschaft und spricht von Einsamkeit, soziale Isolierung und Verlassenheitsgefühlen als weit verbreitetes Problem: „Die zunehmende Isolierung des einzelnen ist eine direkte Folge der fortschreitenden Vergesellschaftung des Menschen. Im Zuge jenes Integrationsprozesses, der die Menschen in immer größere und immer komplexere Formen des Zusammenlebens zwingt, verändert sich nämlich die Balance zwischen ‚Wir‘ und ‚Ich‘, zwischen der Gemeinschaft und dem Individuum: bei jedem Übergang von einer Stufe zur nächsten, etwa vom Stamm zum Staat, verlagert sich das Schwergewicht zunehmend von der Wir- zur Ich-Identität, bis sich die Menschen im Extremfall als ‚wir-lose Iche‘ empfinden.“<sup>5</sup>

**1996** stellt der Journalist Heiko Ernst fest: „Nahezu alle Beobachtungen und Bestandsaufnahmen konvergieren in einem Punkt: die Evolution des Individuums hat ein Stadium erreicht, in dem der einzelne wie nie zuvor auf sich selbst gestellt.“ Diesen Individualisierungsschub hat höchst zwiespältige Ergebnisse mit sich gebracht: „Zum einen eine Vervielfältigung von Freiheiten, Optionen und Lebensmöglichkeiten, zum anderen neue Zwänge und Unsicherheiten, die dem einzelnen ein immenses Maß an Seelenarbeit, an gewaltigen Anpassungsleistungen abverlangt...Der Mensch muss sich nun immer wieder neu

---

<sup>3</sup> Ulrich Beck, Risikogesellschaft, Frankfurt 1986, Seite 199

<sup>4</sup> Faith Popcorn, Der Popcorn Report, München 1992, Seite 40

<sup>5</sup> Claudia Szczeny-Friedmann, Die kühle Gesellschaft, München 1991, Seite 11

selbst bestimmen.“<sup>6</sup>

**1997** spricht der Pfarrer und Bürgerrechtler Friedrich Schorlemmer in einer Predigt von der Freiheit des Dienens: „Wir nehmen uns die Freiheit für unseren Dienst, und wir können es, weil andere das Ihre – auch für uns! – getan haben und tun. Es wird eine unverzichtbare Aufgabe von uns Christen sein, in einer Durchsetzungskultur, die sich als Freiheit der Stärkeren darstellt, die Kultur des Dienens – aus Freiheit! – zu entfalten.“<sup>7</sup>

**1998** bringt der Politikwissenschaftler K. Peter Fritzsche den Begriff „Stressgesellschaft“ ins Spiel mit der Feststellung, dass die starken gesellschaftlichen Veränderungen Stress erzeugen: „Stress ist nicht nur das Ergebnis von einem Zuviel an Belastungen, sondern immer auch von einem Zuwenig an Fähigkeiten und Möglichkeiten, diese Belastungen zu bewältigen....Zum Stress der unbekanntenen Freiheiten gesellt sich der Stress des Abbaus von Freiheit ermöglichenden und stützenden sozialen Sicherheiten.“<sup>8</sup> Aus der Überforderung erwachsen Überreaktionen und entwickeln sich problematische Entlastungshandlungen. Die Gesellschaft muss lernen mit der Freiheit umzugehen und das bedeutet Toleranzkompetenz zu entwickeln: „Toleranz muss man sich leisten können – und leisten kann sie sich nur derjenige, der sich seiner selbst sicher ist.“ (Seite 162) Dazu gehört aber „Multiperspektivität“ (Seite 165), die Fähigkeit, sich in die Perspektiven anderer hineinzudenken und hineinzufühlen.

### **Eine Trendwende?**

**1999** ließ im Gegensatz zu diesen Entwicklungen der Gießen-Test (eine regelmäßige Erhebung mit recht umfangreichen Befragungen, die in regelmäßigen Abständen mit ausgewählten Testpersonen durchgeführt wurden) einen erstaunlichen Einstellungs- und Wertewandel erkennen. Die Auswertungen zeigten jetzt u.a. folgende Resultate: „Die Deutschen suchen wieder mehr persönliche und soziale Nähe; sie wünschen sich langfristige Beziehungen und zeigen eine gewachsene ‚Liebesbereitschaft‘; sie sind zur gleichen Zeit selbstbewusster (finden sich selbst anziehender als in früheren Befragungen) und verantwortungsbereiter. Auch die sogenannten Sekundärtugenden (Ordnung, Fleiß, Sparsamkeit usw.) werden stärker als zuvor akzeptiert und unterstützt: besonders die Westdeutschen halten Wahrheit, Wahrhaftigkeit und Vertrauenswürdigkeit für wichtiger als zuvor.“<sup>9</sup> Das Resümee: Die Menschen in Deutschland sind zugleich „solider und sozialer geworden.“

In den folgenden Jahren wurde die Welt von Krisen geschüttelt: Der Wechsel ins neue Jahrtausend verunsicherte viele Menschen, der 11. September 2001 erschütterte sie, dann brachen weltweit Krisenherde aus (Balkan, Naher Osten, Kaukasus u.a.). Zuletzt verursachte die Weltwirtschaftskrise 2009 ein deutliche Zäsur und signalisierte bald vielen, dass das geschützte, friedliche und schöne Leben zu Ende ist.

---

<sup>6</sup> Heiko Ernst, Psychotrends, München 1996, Seite 14

<sup>7</sup> Friedrich Schorlemmer, Zeitansagen, München 1999, Seite 342

<sup>8</sup> K. Peter Fritzsche, Die Stressgesellschaft, München 1998, Seite 10ff

<sup>9</sup> Ulrich Beck u.a., Abschied vom Ego-Kult, Krummwisch 2001, Seite 122

Der Zukunftsforscher Horst W. Opaschowski bezeichnete **2004** die Vertrauensbildung als die große Herausforderung des 21. Jahrhunderts und trat dafür ein, dass die Menschen in diesen unsicheren Zeiten Selbstvertrauen entwickeln müssten<sup>10</sup>.

Trotzdem rief er wenige Jahre später (**2010**) das Ende der Ichlinge aus: „Hedonisten, hemmungslose Ichlinge passen nicht ins Bild von Krisenzeiten, auch und gerade im zwischenmenschlichen Bereich werden Prinzipien wie Verlässlichkeit und Beständigkeit wieder Bedeutung zugeschrieben. Dem entspricht die Überwindung der verengten narzisstischen Nabelschau zugunsten des wiedergefundenen Blicks auf das Wir und auf Wertorientierung, In den letzten Jahren ist eine grundlegende Änderung in den Lebenseinstellungen der Deutschen feststellbar. Die Menschen rücken wieder enger zusammen und vertrauen einander mehr.“<sup>11</sup> Ein zu optimistisches Bild? Die Untersuchungen ergeben offensichtlich als allgemeinen Trend die Renaissance der Familie, neues Interesse an qualitativen Beziehungen und Freundschaften, Kommunikation statt Isolation und eine Kultur des Helfens.

Bestätigung bekommt diese Beobachtung **2011** von dem Zukunftsforscher Matthias Horx. Er widerspricht der Aussage, dass die Menschen heute mit der immer komplizierter werdenden Welt als Individuen völlig überfordert sind und stellt dagegen: „In Wahrheit ermöglicht uns erst eine ‚komplizierte Welt‘ den Prozess der Selbstfindung. Denn eine einfache, unkomplizierte, nicht widersprüchliche Welt würde uns noch nicht einmal auf den Gedanken kommen lassen, dass wir anders werden könnten! Das Missverständnis – und die Überforderung – entsteht immer da, wo ein elitärer Individualismusbegriff entsteht. Das Ziel von Individualität kann nicht das alte, heroische Ich-Ideal sein, worunter man ehemals einen ‚konsistenten Charakter‘ verstand, ausgestattet mit ‚stählernem Willen‘ und dem Anspruch, allzeit vollständig über Entscheidungsgewalt zu verfügen.“<sup>12</sup> Horx bezeichnet Egoismus und Narzissmus als missglückte Individualisierungen und ist der Ansicht, dass das Ich ein Wir braucht, um sich zu finden. Umgekehrt benötigt ein echtes Wir ein starkes Ich. Für den Zukunftsforscher ist die Individualisierung nur die Bedingung und Grundlage für den wichtigsten Megatrend, den er ausmacht: Connectivity – die große Verbundenheit. Das heißt: Der Individualismus ist nur eine Zwischenphase, um zu ganz neuen Formen des Miteinanders zu kommen.

### **Ist das wirklich so? Besteht tatsächlich Grund zum Optimismus, dass die Zeiten des Egoismus beendet sind und eine neue Ära angebrochen ist?**

Breit angelegte Untersuchungen zeigen, dass der Narzissmus zunimmt: Eine Studie der San Diego Universität in USA ergab, dass im Zeitraum von 1982 – 2006 zwei Drittel der Studenten narzisstischer sind als früher.<sup>13</sup>

Gerhard Schulze identifizierte **2003** ein Dilemma: Das Ich ist immer mehr genötigt sich selbst zu definieren, um zu wissen, was man will und wie man es am besten erreicht, aber

---

<sup>10</sup> Horst W. Opaschowski, Deutschland 2020, Wiesbaden 2004, Seite 39

<sup>11</sup> Horst W. Opaschowski, Wir! Warum Ichlinge keine Zukunft haben, Hamburg 2010

<sup>12</sup> Matthias Horx, Das Megatrend Prinzip, München 2011, Seite 126

<sup>13</sup> [www.alltagsforschung.de/die-psychologie-des-narzissmus/](http://www.alltagsforschung.de/die-psychologie-des-narzissmus/)

gleichzeitig ist niemand da, der einem sagt, was man tun soll. Er stellt fest: „Man kann sich nur noch nach sich selbst richten.“ Und er fährt fort: „Doch die Ungewissheit ist groß. Wer bin ich, und was will ich aus meinem Leben machen? Diese Frage hat im Lauf der letzten Jahrzehnte immer mehr Menschen ergriffen; in vielen Industrienationen ist sie nicht mehr bloß ein Luxusproblem privilegierter Minderheiten, sondern ein Lebensthema der meisten...Zu keiner Zeit hat sich das Ich so viel mit sich selbst beschäftigt wie in der Moderne.“<sup>14</sup>

Der Journalist Peter Hahne fordert **2004** leidenschaftlich: „Weg mit der Wohlfühl- und Kuschelkultur, in der nur das getan wird, was Spaß macht und Lust bringt. Wo nur der das Sagen hat, der gerade ‚in‘, modern und zeit(geit)gemäß ist oder sich in den Talkshows am besten verkaufen kann. Hin zu einer Gesellschaft, die sich auf ihre Werte besinnt, die noch rechtzeitig innehält und den Ausverkauf der letzten Tabus und den Verfall der Normen als Verlust ihrer Identität erkennt.“<sup>15</sup>

Der Psychologe Stephan Grünewald diagnostiziert **2006** eine grundsätzliche Lebensangst vor allem bei Jüngeren. Sie würde dazu führen, dass Menschen sich in symbiotische Beziehungen flüchten, wo sie dieser Angst enthoben sind: „Eine zentrale Lebensangst wird bei jungen Menschen spürbar. Die Angst aus bergenden Bindungen herauszufallen. Die Angst, irgendwann und irgendwo auf sich allein gestellt zu sein.“<sup>16</sup> Das befördere nach seiner Meinung eine unterschwellige Absicherungsmanie.

**2007** beschreibt der Kultur- und Sozialwissenschaftler Hans-Willi Weis die Reise in die Abgründe des eigenen Ichs als das unbekannte Land, das es zu entdecken gilt. Die Selbstverwirklichung als das letztes Abenteuer auf der Suche nach dem schönen Leben, als die Religion unserer Zeit: „Auf geistig aufgeschlossene und seelisch empfindsame Menschen unserer Zeit übt der spirituelle Erlebnis-, Esoterik-, Selbsterfahrungs- und alternative Therapiesektor eine starke Anziehung und Faszination aus.“ Die Energien sammeln sich zu einem „Weg nach innen“ und dadurch wird das „nichtalltägliche“ und „erweiterte“ Bewusstsein zu einem Schauplatz des Fortschreitens der menschlich-kulturellen Entwicklung.<sup>17</sup>

### **Wie ist es nun heute und morgen?**

Die Ichlinge scheinen nicht auszusterben. Lediglich die Formen des Egoismus verändern sich. Das Problem scheint uns erhalten zu bleiben – und sich vielleicht weiter zuzuspitzen? – obwohl es auch Entwicklungen hin zum Ende der Egos-Gesellschaft gibt. Gibt es vielleicht sogar beides gleichzeitig: ein Ende der Egokultur und eine Zunahme der Bemühungen um selbstbezogene Verwirklichung des eigenen Ichs?

### **Eine Ende der Gesellschaft der Ichlinge hätte allerdings seinen Preis:**

Der Journalist Thomas Ramge (geb. 1971) plädiert für eine neue Kultur der Großzügigkeit:

---

<sup>14</sup> Gerhard Schulze, Die beste aller Welten, München 2003, Seite 212

<sup>15</sup> Peter Hahne, Schluss mit lustig, Lahr 2004, Seite 141

<sup>16</sup> Stephan Grünewald, Deutschland auf der Couch, Frankfurt 2006, Seite 63

<sup>17</sup> Hans-Willi Weis, Exodus ins Ego, Düsseldorf 1998, Seite 10ff

„Die Kultur der Großzügigkeit schließt alle ein. Die Alten und die Jungen, die Reichen und die Armen, die gebildeten und die weniger Gewitzten. Wer nehmen muss, weil ihn die Umstände dazu zwingen, kann trotzdem schenken, nämlich Dank und Respekt.“<sup>18</sup> Wenn alle geben, werden alle gewinnen. Dann ist das Ende der Ego-Gesellschaft erreicht.

Der Psychoanalytiker, Psychiater und Sozialphilosoph Horst-Eberhard Richter sieht das Ende der Egomanie<sup>19</sup> dann anbrechen, wenn 1. die narzisstischen Ich-Menschen sich wieder mehr als Wir-Menschen fühlen. Wenn sie Nähe suchen, Gefühle austauschen wollen, Liebe fühlen und insbesondere auch geben. Wenn ihr Bestreben ist, miteinander gut auszukommen.

Etwas Neues beginnt 2. wenn die unbekümmerte Unverbindlichkeit weicht, Verantwortungsbereitschaft wächst und man sich in langfristigen Bindungen bewähren will, Ordnung schafft und verlässlich ist (Seite 178). Und 3. ist es für einen Einstellungswandel erforderlich, die Fähigkeit zu entwickeln, die eigene relative Ohnmacht anzunehmen, ein neues bisher unterdrücktes Schwächebewusstsein zu erlernen, sich zu seinen Schwächen zu stellen und sie anzunehmen (Seite 211): „Vor dem Anderen ist das Ich unendlich verantwortlich“ (Emmanuel Lévinas).

Um zuletzt noch einmal Horst Opaschowski zu Wort kommen zu lassen: „Die Zukunft gehört dem starken Ich und dem wiederentdeckten Wir.“<sup>20</sup> Der Zukunftsforscher nimmt wahr, dass die Bevölkerung immer weniger Verständnis zeigt für das Ausleben von Egoismen. Er postuliert das Ende der Alpha-Tiere: „Ichlinge scheitern. Wirlinge kommen weiter. Der neue Star ist das Team als eingespielte Mannschaft mit Wir-Gefühl.“ Er sieht als Wesensmerkmal der neuen Wir-Gesellschaft: „Die Balance von Ich-Stärke und Wir-Gefühl kann zum neuen Paradigma für eine lebenswerte Gesellschaft werden. Die spannungsreiche Beziehung zwischen persönlichem Wohlbefinden und sozialer Verantwortung bleibt bestehen. Das Eigeninteresse kommt nicht zu kurz und Gemein Sinn bürgert sich ein. Das ‚Ich im Wir‘ verbindet und hält die Gesellschaft der Zukunft zusammen.“

Möge es so sein! Nicht nur für unsere Generation, sondern mehr noch für die kommende. Diese hat das Wir-Gefühl noch in verstärktem Maß nötig. **2012** erschien ein Buch des Kinderpsychologen Stephan Valentin mit dem Titel „Ichlinge“. Es beschäftigt sich vor allem mit den Kindern – den Ichlinge von morgen? Er stellt fest: Immer weniger Kinder sind Teamplayer. Woher sollen sie das auch sein? Die Frage ist, was Eltern ihren Kindern vermitteln, die selbst vor allem mit sich und ihrem Fortkommen beschäftigt sind. Das Credo von Valentin ist: Ichlinge werden als solche nicht geboren, sie sind das Produkt äußerer Faktoren. Doch durch das Trainieren der sozialen Kompetenz und durch Prävention im Bereich der Teamfähigkeit kann Ichlinge und generell Kindern und Jugendlichen das innere Gefühl des „Wir“ vermittelt und ihnen ein neues Motto für die Zukunft geschenkt werden: „Zusammen leben und agieren statt einsamer (Miss)Erfolg“.<sup>21</sup>

---

<sup>18</sup> Thomas Ramge, nach der Egos-Gesellschaft, München 2006, Seite 202

<sup>19</sup> Horst-Eberhard Richter, Das Ende der Egomanie, Köln 2002

<sup>20</sup> Horst W., Opaschowski, Wir!, Hamburg 2010, Seite 200f

<sup>21</sup> Stephan Valentin, Ichlinge, München 2012, Seite 328

### **Ist die Zeit der Ichlinge tatsächlich zu Ende?**

Wahrscheinlich wird es so sein, dass sich jeder sein eigenes Bild unserer Gesellschaft machen muss, um zu bewerten, wie er die Lage sehen möchte: egoistisch oder sozial? Vielleicht verändert sich der Blick auch je nach der momentanen Situation und je nach dem, wohin man schaut? Aber es ist Bestandteil unserer komplexen und unterschiedlichen Gesellschaft, dass sich jeder um seine eigene Sichtweise bemüht und sich immer wieder entscheidet, was und wie er leben möchte. Und genau das ist ja bereits das Kennzeichen für eine Gesellschaft der Individualisten, die es dem einzelnen nicht mehr abnimmt, wie er leben möchte, sondern ihm alles selbst überlässt – bei einer unübersehbar großen Palette der Möglichkeiten. Die Frage ist also nicht, ob wir in einer Gesellschaft der Ichlinge leben, sondern wie wir – jeder von uns – leben, unser Ich gestalten, formen und einsetzen – zum Wohl eines umfassenden Wirs, aber ohne uns selbst dabei aufzugeben und klein zu machen: Mutig, selbstbewusst und sozial bis zum Anschlag, mit einem starken Ich, aber auch weit darüber hinaus schauend – bis hinein in eine neue, kommende Zeit. Wird es tatsächlich die Zeit neuer Formen von Gemeinschaft sein und eine Zeit, in der die Beziehung zu Gott die größte Rolle spielt – weil Gott das Ich des Menschen aufbaut, schützt und ermöglicht? Wir es eine neue Gesellschaft geben, die nicht mehr aus einem Haufen total vereinzelter Menschen besteht, „deren eigentliches Wesen in ihrem Inneren verschlossen ist und die daher allenfalls äußerlich und von der Oberfläche her miteinander kommunizieren.“<sup>22</sup> Und wenn sich beim Übergang zur Ich-Gesellschaft der soziale Horizont verengt (wie Horst-Eberhard Richter sagt<sup>23</sup>), dann möge sich nun beim Übergang in eine offene Wir-Gesellschaft der Horizont weit über die menschliche Perspektive hinaus weiten, vielleicht bis hinein in Gottes Reich. Vielleicht wird der Mensch erst dann frei von seinem eingefleischten Egoismus, wenn ihm klar wird, dass Gottes Möglichkeiten offen stehen und seine Wiederkunft bevorsteht.

---

<sup>22</sup> Horst-Eberhard Richter, *Der Gotteskomplex*, Gießen 2005, Seite 35

<sup>23</sup> Horst-Eberhard Richter, *Die Krise der Männlichkeit*, Gießen 2006, Seite 80

## Wie mit Ichsüchtigen Menschen umgehen?

### Richtig reagieren

Wie verhalten wir uns Ichsüchtigen gegenüber? Auf jeden Fall respektvoll und nicht verachtend. Wir begegnen ihnen nicht in einer Haltung der Überheblichkeit. Denn das würde sie umso mehr zu einem machtvollen Agieren verleiten.

Wenn wir ihnen begegnen wissen wir: Diese Menschen sind von einer tiefen inneren Leere bedroht. Sie spüren in sich starke Gefühle von Wut und Neid – umso mehr, je stärker der andere ihnen selbst machtvoll und überlegen entgegentritt. Sie müssen eine beständig Entwertung ihrer Person (von innen und von außen) durch eine genauso beständig aufrecht erhaltene Überhöhung des eigenen Ichs abwehren. Das ist ein anstrengendes Leben. Man könnte sie bedauern, aber Mitleid hilft ihnen nicht. Man kann höchstens versuchen, sie zu verstehen – das ist etwas anderes als Mitgefühl. Die Ichsüchtigen benötigen auch nicht unser Mitleid, sie benötigen viel mehr uns als echtes, faires Gegenüber. Sie benötigen Menschen, die sie aushalten in ihre Unmäßigkeit, die sie ertragen und akzeptieren so wie sie sind. Das ist für alle Beteiligten schwer genug. Mitleid dagegen würde das Gefühl der Abwertung erhöhen und sie müssten umso mehr auffahren, um sich dagegen zu wehren.

Wie kann das gelingen? Wie können wir den Ichsüchtigen auf faire und selbstbestimmte Weise begegnen? Sie sind es ja, die von Anfang an, das Spiel bestimmen und alle anderen nur zu Mitspielern degradieren. Sie legen die Spielregeln fest, die aber nur für die anderen gelten. Sie selbst halten sich nicht daran. Es ist geradezu pervers, wenn sie dann andere auf die vereinbarten Regeln behaften, sich selbst aber ganz offensichtlich anders verhalten: „Wir haben doch vereinbart, dass wir offen und ehrlich miteinander rumgehen und einander unterstützen. Dann halte dich gefälligst daran!“ Sie merken einfach nicht, dass sie genau das nicht tun.

Wer sich auf ihr Spiel einlässt und sich an ihr Verhalten anpasst, wird zwar am ungeschorensten aus dieser Begegnung kommen, aber er wird sich anschließend schlecht fühlen: Er hat sich verleugnet, verkauft, er war nicht ehrlich, hat etwa vorgespielt. Er wurde zum Hampelmann gemacht und hat sich nicht gewehrt. Im Gegenteil, er hat mitgelacht, als er ausgelacht wurde. Er wurde an die Wand gespielt ohne dass er die Möglichkeit hatte, sich zu wehren. Er fühlt sich nun klein, mickrig und schwach – einfach nicht gut. Er fragt sich vielleicht sogar: „Was war denn das?“ Das ganze kam wie ein Wirbelwind über ihn und er wusste nicht, wie ihm geschah. Als er sich klar wurde, dass er nur noch reagierte und nicht mehr agierte, war es zu spät. Ein gewaltiger Sog hatte ihn gepackt, aus dem er nicht mehr herausfand.

Ichsüchtige verlangen, dass die anderen mitspielen und auf ihre Bedingungen ohne Wenn und Aber eingehen. Sie sagen, was gespielt wird und wie alles geht. Sie bleiben dabei außen vor, übernehmen höchstens den Part der Gewinner. Wer sich ihm von vornherein anbiedert und sofort klein beigibt, der wird verachtet. Er wird benutzt. So ist es auch, dass die ichsüchtigen Menschen die Konversation bestimmen. Ihr Stil ist meist eher oberflächlich frotzelnd, witzig. Nichts wird richtig ernst genommen – zumindest nichts, was andere vorbringen. Man macht sich gern lustig. Wer auf diesen Stil eingeht, darf die Vorlagen

liefern, Befall klatschen und die guten Bonmots des Ichsüchtigen belachen. Denn die Witze macht der Ichsüchtige, nicht selten auf Kosten der Anwesenden, denen nichts anderes übrig bleibt, als gute Miene zum bösen Spiel zu machen, wollen sie nicht als Spielverderber dastehen. Ist man einmal in diesem Dreh gefangen, so kommt man so schnell nicht mehr heraus. Man ist gezwungen bei etwas mitzumachen, was einem vielleicht zutiefst zuwider ist.

So bleibt nach einer Begegnung mit einem Ichsüchtigen oft das Gefühl der Beschämung. Und genau das will er auch. Er kann sich nun gut fühlen, er hat nun seine negativen entwertenden Gefühle an andere abgeschoben. Er weidet sich vielleicht sogar richtiggehend an der Beschämung anderer, an ihrem Leiden ob ihrer Hilflosigkeit. Das gibt ihm das Gefühl der Mächtigkeit. Ein Ichsüchtiger arbeitet deshalb oft mit den Mitteln der Entwertung und Beschämung. Er stellt den anderen öffentlich bloß, er macht deutlich, dass das alles Quatsch ist, was der andere sagt, denkt oder tut. Er wiederlegt ihn messerscharf, weist auf die Konsequenzen hin, die der andere noch nicht erkannt hat und zeigt ihm, was für ein Tölpel er doch ist. Er wird das zwar nicht unbedingt direkt sagen, aber man fühlt sich anschließen so, umso mehr vielleicht, weil die anderen schallend lachen, wenn der eine bloßgestellt ist. Aber es ist eher das Lachen der Menschen, die zu eine Mittäterschaft gezwungen wurden: zu laut, zu deutlich, zu betont. Egal, der beschämte Mensch steht da und versucht hilflos, sein Haut zu retten, er will wenigsten ein bisschen gut aussehen. Er versucht sich zu rechtfertigen. Aber das gibt dem Ichsüchtigen erst recht die Möglichkeit, alle Register zu ziehen. Und wer sich rechtfertigt, ist bereits in der Defensive, aus der er nicht mehr herauskommt. Es ist wirklich nur noch ein schwaches Reagieren, die hilflosen Versuche sich zu wehren, kein selbstbewusstes Agieren mehr.

Besser ist folgendes: Rechtzeitig handeln. Sich abgrenzen sofort, gleich wenn deutlich wird, wohin der Hase läuft. Sich nicht anbietern, das Mitspielen verweigern, den oberflächlichen und witzig gemeinten Kommunikationsstil nicht mitmachen – auch auf die Gefahr hin als Miesepeter da zu stehen. Je schnell die Abkehr läuft, desto besser ist es. Es kann sein, dass man später nicht mehr herausfindet. Dann geht es nur, indem man abrupt die Begegnung abbricht und weggeht.

Natürlich kann man sich entscheiden, mitzumachen. Das ist der Weg des geringsten Widerstandes, warum nicht? Man kann dann hoffen, wenigstens ein kleines Bisschen mitgestalten zu können. Aber man wird bald merken, dass das kaum geht. Man wird schnell eine große Ermüdung spüren, die Eigenverantwortung aufgeben und unter einer starken Passivität innerlich erstarren. Das wird einige Zeit so möglich sein, aber irgendwann wird man ausbrechen müssen, will man nicht zerbrechen oder zum Nichts mutieren. Dieser Ausbruch kostet dann aber viel: die eigene Schwere und Passivität überwinden, sich gegen den Ichsüchtigen stellen und notfalls auch von allen anderen nicht verstanden werden. Es kann sein, man geht dann einen sehr einsamen Weg und erfährt Unverständnis und Ablehnung: „Wie kannst du nur gegen diesen Menschen sein? *Du* hast wohl ein Problem!“ Auch der Ichsüchtige wird dann, wenn er Widerstand spürt, die Situation umdrehen und alles tun, damit nicht er für die Schwierigkeiten verantwortlich ist, sondern der andere: „Du

bist so empfindlich. Du bist ja nicht belastbar. Du bist zu wenig professionell. Es ist dein Problem, dass du mit mir nicht zurechtkommst, wahrscheinlich hast du eine tiefes Vaterproblem und deshalb Schwierigkeiten mit allen stärkeren Menschen.“ Man geht dann umso mehr beschämt von dannen und fragt sich wirklich, ob es an einem selbst lag, das man mit diesem Menschen und dieser Situation nicht zurecht kam. Hier ist sie wieder: die Verwirrung, die die Begegnung mit ichsüchtigen Menschen begleitet. Man zweifelt an sich selbst und weiß überhaupt nicht mehr, was Sache ist. So gehen oft die Menschen in eine Therapie, die es mit einem Ichsüchtigen zu tun haben, der Ichsüchtige selbst aber nicht.

Um aus der Verwirrung herauszukommen, ist es hilfreich, einen anderen Menschen zu Rate zu ziehen, jemand, der einen gut kennt: „Du was denkst du eigentlich: spinne ich oder der?“ Ist der andere mit dieser Frage überfordert, dann könnte man nach jemand suchen, der einen fachlichen Rat gibt, die fundierte Außensicht, die hilft, sich selbst wiederzufinden: „Wo bin ich? Wer bin ich?“

Möglicherweise wird ein Ichsüchtiger uns aber auch auf unsere eigenen Schwachstellen hinweisen. Die Verwirrung setzt immer dort an, wo wir zu verwirren sind. Es könnte es sich also tatsächlich lohnen der Sache auf den Grund zu gehen, um herauszufinden, warum dieser Mensch mich so schnell und so grundsätzlich in die Ecke drängen kann: „Was ist los mit mir? Welches grundsätzliche Problem liegt für mich dahinter? Will ich vielleicht gefallen? Benötige ich Zustimmung? Warum macht es mir so viel aus, wenn jemand etwas Schlechtes über mich denkt?“ Oder noch zugespitzter: „Wie kann es sein, dass mich dieser Mensch so sehr an meine Grenzen bringt? Welche Reaktion setzt er in mir in Gang? Warum bin ich diesen Vorgängen dann hilflos ausgeliefert?“

Ein erster wichtiger Schritt, um aus der Verwirrung herauszukommen und um wieder handlungsfähig zu werden, ist, das man sich für die erlittene Beschämung nicht auch noch selbst verurteilt. Das würde die Beschämung noch erhöhen, weil man sich dann zusätzlich selbst beschämt. Besser ist es, sich zu sagen: „Das ist mir passiert. Wieder habe ich eine Situation erlebt, wo ich klein gemacht wurde. Aber ich nehme die Beschämung nicht an.“ Man kommt am besten mit der erlittenen Kränkung zu Gott, klagt sie ihm und findet vielleicht einen Psalm, der genau die eigene Gefühlslage ausdrückt: „Gewaltige Stiere haben mich umgeben, mächtige Büffel haben mich umringt. Ihren Rachen sperren sie gegen mich auf wie ein brüllender und reißender Löwe. Ich bin ausgeschüttet wie Wasser, alle meine Knochen haben sich voneinander gelöst; mein Herz ist in meinem Leibe wie zerschmolzenes Wachs. Mein Kräfte sind vertrocknet wie eine Scherbe, und meine Zunge klebt mir am Gaumen...“ Dann stellt man fest, dass diese Verse aus Psalm 22 genau die Verse sind, die auch Jesus am Kreuz gebetet hat. Und es wird einem bewusst, dass auch Jesus den Zustand der völligen Beschämung, der totalen Hilflosigkeit und Ohnmacht dort erfahren hat. Das kann Trost geben und den Mut, dass man mit diesen Gefühlen der Beschämung in sehr guter Gesellschaft ist.

### **Zielsicher agieren**

Wir haben gesehen, dass wir in der Begegnung mit einem ichsüchtigen Menschen schnell in die Position des Reagierens kommen. Wir werden zu Objekten eines anderen, wir sind mich

mehr Subjekt unsere selbst. Wir haben erkannt, dass es für die eigene Selbstachtung nicht gut ist, die Verantwortung für das eigenständige Handeln aufzugeben, um nur noch ein Rädchen im Getriebe eines anderen zu sein. Wir können das zwar eine Zeitlang, aber auf Dauer würde uns das in die Unmündigkeit führen und abhängig machen. Das wäre für unsere eigene Ichentwicklung fatal. Wir haben aber auch erfahren, dass ein sich Wehren kaum etwas bringt – vielleicht außer einem mühsamen Machtkampf, den wir kaum gewinnen werden, weil der Ichsüchtige nicht verlieren kann. Auch die Versuche, zu erklären, sich zu rechtfertigen, auf der kognitiven Ebene zu einer gemeinsamen Verständigung zu kommen werden nicht gelingen, denn der Ichsüchtige hat immer die besseren Argumente. Zu denken, ich könnte ihn überzeugen, ist ein gefährlicher Trugschluss, denn er führt nur dazu, sich in endlose Diskussionen zu verlieren, die nichts bringen – außer, dass der Ichsüchtige seine Position noch mehr festigen konnte. Jede Maßnahme sollte ergriffen werden, die den Schaden begrenzt und sich selbst schützt. Dazu gehört beispielsweise der Beschluss: „Ich lasse mich nicht beschämen!“ Man zieht sich warm an, macht sich „dicht“, indem man sich in einen (imaginären) Schutzmantel hüllt, in dem man sicher ist, weil alle Angriffe, Bösartigkeit, Anzüglichkeiten, sarkastischen Angriffe und unterschweligen Beschämungen des Ichsüchtigen abprallen, so wie der Regen an einem Cape abperlt. Je dichter der Stoff, desto undurchlässiger ist er und hält auch stärkeren Stürmen stand. Es kommt also nur darauf an, dass der eigene Schutz wirklich komplett und sehr strapazierfähig ist. Daran gilt es zu arbeiten.

Aber ist das alles? Gibt es nicht auch die Möglichkeit, sich auszublenden, so zu tun, als wäre man nicht da? Man ist dann zwar dem Ichsüchtigen ausgeliefert, aber man lässt das alles nicht an sich heran, nimmt es nicht einmal mehr wahr – mitten im Sturm „beamt“ man sich innerlich an einen schönen Ort: der gemütliche Gartenstuhl, die bequeme Ecke am Ofen, der vertraute und übersichtliche Rahmen. In der Tat, auch das ist eine Möglichkeit. Aber das ist eher ein inneres Agieren, eine passive Verweigerung, ein sich Davonstellen. Äußerlich hat es den Anschein, als wär man da, macht mit. Nach meinem Eindruck tun das viele – vor allem die, die eine offene Auseinandersetzung oder klare Konsequenzen fürchten. Aber das führt schnell zu einer Art Doppelleben. Und das ist auf die Dauer auch nicht gesund – und vielleicht auch nicht haltbar. Denn das Verhalten ist nicht wahr, man wird immer wieder zu Kompromissen genötigt, die das eigene Gewissen belasten. Der innere Rückzug sorgt für eine Diskrepanz zwischen innen und außen, die man nur selbst wahrnimmt. Man hat die Schwierigkeit nach innen gepackt und auf sich selbst geladen. Das ist übrigens die Situation mancher Leitungskreise, die von einem starken Leiter oder Pastor bestimmt werden: man schweigt, nickt ab, macht mit – aber das möglichst auf einem niedrigen Level. Wo ein Ichsüchtiger regiert ist die Leitungsebene dünn. Im Leitungskreis versammeln sich dann nur die Gemeindeglieder, die nicht gern bestimmen, die anderen suchen sich Bereiche in der Gemeinde, in denen sie selbständig und mündig agieren können. Die Folge ist, dass die Gemeinde immer mehr aus starken, selbständigen Einzelbereichen besteht, die ohne Einfluss durch den Leitungskreis agieren. „Was der Leitungskreis bestimmt, interessiert uns nicht“, wird dann bedeutet und abgewunken, wenn es darum geht, ein gemeinsames Wir zu

entwickeln. Denn es ist klar: Das gemeinsame Wir würde doch nur die Unterordnung unter den ichsüchtigen Leiter bedeuten. Da ist es doch besser, die eigene Sache zu machen. Nein, ich denke, es geht kein Weg daran vorbei, allen Mut zusammen zu nehmen, um deutlich zu sagen, wie es einem geht. Es ist keine Möglichkeit, sich still und heimlich zu verdrücken. Wenn man sich innerlich zurückzieht, muss man das mitteilen: „Ich sehe, dass meine Meinung hier nicht gefragt ist, deshalb werde ich nichts mehr sagen.“ Man sagt das nicht beleidigt und eingeschnappt angreifend, sondern so sachlich wie möglich: Ich beschreibe *meinen* Zustand. Ich gebe meine Einschätzung kund. Ich sage, was ich denke und fühle. Nach dem eigenen Statement, lasse ich mich nicht auf eine Diskussion ein. Was ich gesagt habe, steh nicht zur allgemeinen Verfügung, es ist meine Meinung: „Wir müssen nicht darüber diskutieren. Ich habe gesagt, was ich denke.“ Versuchen die anderen doch eine Diskussion vom Zaun zu brechen, verweigere ich mich: „Wir müssen nicht darüber diskutieren. Punkt.“

Ich rate also zur Transparenz: Ich erkläre was ich tue und warum ich es so tue. Ich rede von mir und gebe meine Gefühle preis: „Ich kann hier nicht mitgehen. Ich habe hier ein schlechtes Gefühl. Ich werde nicht ernst genommen. Ich kann hier nicht mitgehen. Ich sehe das anders. Ich fühle mich bestimmt und missbraucht, das geht nicht.“ Alle Reaktionen, die auf das eigene Statement erfolgen, werden stehen gelassen – nach dem Motto: „Hugh, ich habe gesprochen!“

Das ist die erste Maßnahme, um aus der Erstarrungen des „Kaninchens vor der Schlange“ herauszukommen, um wieder aktionsfähig zu sein. Eine zweite geht noch einen Schritt weiter: Ich betrete die Metaebene, sage also was ich im Blick auf unseren Kommunikationsstil sehe. Ich stelle meine Wahrnehmung zur Verfügung. Die Metaebene betritt man, indem man einen Schritt in die Distanz geht und das, was gerade abläuft von außen betrachtet. Man kommuniziert nicht, sondern redet über die Kommunikation: „Heute Abend hat vorwiegend eine Person geerdet. Ist euch das aufgefallen?“ „Jetzt wurde meine Wortmeldung bereits zum fünften Mal übersehen.“ „Mir geht es nicht gut, wenn wir auf diese Weise über Menschen in unserer Gemeinde reden.“ „Ich habe Bauchweh, wenn wir eine so schwerwiegende Entscheidung so schnell durchziehen.“

Man meldet also eine Störung an und redet dabei über sich, teilt mit, wie es einem im Blick auf diese Sache geht. Dabei ist man so konkret und so sachlich wie möglich und teilt das, was man sieht in ruhigem Ton und ohne jede Forderung einfach mit: „Ich wollte euch nur sagen, wie es mir geht und was ich sehe. Denn wenn ich nichts sage, dann gehe ich heute Abend heim, habe schlechte Gefühle, lasse meinen Frust an meiner Frau ab und kann die ganze Nacht nicht schlafen. Mir geht es aber darum, dass wir hier einvernehmlich und in guter Weise unsere Entscheidungen treffen. Ich will da gern aktiv und in konstruktiver Weise mitmachen. Ich habe mich für diese Aufgabe gemeldet, weil sie mir wichtig ist und ich mich gern einbringe. Aber so kann ich das nicht und so dient es weder der Sache, um die es geht, noch um uns. Ich wünsche mir, dass sich das ändert und wir unseren Umgangsstil verbessern.“

Wendy Behary, eine amerikanische Psychologin und Autorin, die viel mit Narzissten arbeitet, nennt diese vorgehen „Empathische Konfrontation“. Empathie ist die Fähigkeit, das Erleben

eines Menschen wirklich und wahrhaftig nachzuempfinden – emotional, mental, manchmal sogar körperlich.“<sup>24</sup> Das bedeutet aber keineswegs, dass man mit dem Verhalten des anderen einverstanden sein muss. Man versteht es, aber man unterstützt es nicht. Wichtig ist nun, das Verständnis zu zeigen, aber gleichzeitig deutlich zu machen, dass man anderer Meinung ist – und das möglichst so, dass es für den anderen nicht angreifend wirkt.

Das ist ein Verfahren, das in einer aktiven Kommunikation 6 Schritte nötig macht:

1. Ich gehe auf die Situation ein und greife eine aktuelle Sache auf (nicht grundsätzlich, allgemein):

„Ich sehe, dass du das willst. Ich nehme wahr, dass du stark für diese Sache plädiert. Ich habe den Eindruck, dass ich mit meiner Meinung allein stehe.“ Dazu gehört das *Bewusstsein* für die Situation, Wachsamkeit, Aufmerksamkeit und die Selbstkompetenz nun auch selbstbewusst und selbstbestimmt zu Handeln.

2. Ich sage, was ich selbst will. Ich teile mit, was für mich wichtig ist – und das sachlich, kurz, nüchtern: „Ich möchte dir gern sagen, was ich will. Ich möchte, bitte sehr, auch gehört werden. Ich bin es mir und euch schuldig, dass ich mitteile, was ich denke.“ Zu diesem Schritt gehört, dass man Verantwortung übernimmt – für sich selbst, zu sich steht und auch auf die Gefahr hin, dass man nicht verstanden wird, sagt, was einem wichtig ist.

3. Ich zeige Verständnis für den anderen: „Mir ist klar, dass du dich hier durchsetzen möchtest. Ich habe Verständnis dafür, dass du als Leiter oder Pastor hier ein Recht auf ein deutliches Votum hast. Ich akzeptiere es, dass das ein Punkt ist, der für dich sehr wichtig ist.“ Das heißt: Ich äußere Empathie, versetze mich in die Lage des anderen und zeige meine Bereitschaft, verstehen zu wollen.

4. Ich begründe nun meine eigene Meinung. Ich sage deutlich und klar, warum mir das wichtig ist und was für mich dahinter steckt: „Mir ist das gemeinsame Vorgehen wichtig. Ich möchte dass unsere Entscheidung in dieser Sache einvernehmlich ist und nicht durch einen einzelnen bestimmt wird. Ich möchte den Eindruck haben, wahrgenommen und wertgeschätzt zu werden. Ich möchte mein Mandat gern wahrnehmen, das ich von der Gemeinde bekommen habe.“ Dazu gehört nun der Mut zu Wahrheit, es ist wichtig, sich selbst zu öffnen und seine eigenen Motive preiszugeben.

5. Ich mache ein Angebot und komme dabei dem anderen entgegen: „Ich achte dich als Leiter und bin gern breit mit dir zusammen zu arbeiten. Ich bringe mich mit meiner Meinung in unsere Besprechungen ein. Ich unterstütze alle positiven Entwicklungen und bin gern bereit mich einzufügen.“ Dazu gehört Flexibilität, Einverständnis und die Bereitschaft über seinen Schatten zu springen. Man kommt dem anderen weitestgehend entgegen und zeigt ihm auf diese Weise auch den nötigen Respekt.

6. Zuletzt zeige ich die Konsequenzen auf: „Wenn eine gleichwertige Beziehung zwischen uns nicht möglich ist, bedeutet das für mich, dass ich hier nicht mitarbeiten kann. „ „Ich kann es nicht zulassen, dass man in dieser Weise mit mir umgeht.“ „Ich muss mich selbst schützen und deshalb lege ich Wert auf eine Veränderung.“ Ich weise also auf meine Grenzen hin und mache deutlich, dass ich unbedingt gewillt bin, diese Grenzen zu schützen.

---

<sup>24</sup> Wendy Behry, Mit Narzissten leben, Paderborn 2014, Seite 138

Es ist nun nicht wichtig, dass das genau in dieser Weise von 1-6 abläuft. Wichtiger ist, dass ich klar und eindeutig kommuniziere, klar sage, was ich will und warum ich es will, dem anderen ein größtmögliches Maß an Verständnis entgegenbringe und das auch äußere, aber auch die Konsequenzen aufzeige, die es mit sich bringen würde, wenn sich die Situation nicht verändert – aber auch wenn sie sich verändert und wir zu einem guten Miteinander kommen. Das Schlüsselwort heißt „Transparenz“: Ich handle, aber ich sage auch genau, was ich tue und warum. Ich erkläre mich – ohne mich zu rechtfertigen, einfach weil ich es mir wert bin und weil ich möchte, dass wir gut miteinander auskommen. Das Miteinander soll möglich sein, aber nicht zu jedem Preis. Ich bin bereit meinen Teil zu tun, aber ich möchte, dass auch die anderen ihren Teil beitragen. Wenn das nicht geht, muss ich mich zu meinem eigenen Schutz zurückziehen und das Weite suchen. Denn sonst würde ich in der Enge ersticken.

### **Der Kampf ums Überleben**

Nehmen wir einmal folgende Situation an: Sie wurden gebeten, einen Entscheidungsprozess des Leitungsgremiums der Gemeinde zu moderieren. Sie haben sich gut mit dem geschäftsführenden Pfarrer abgesprochen. Es ist klar, um was es geht. In der ersten Runde fehlt der zweite Pfarrer. Die Teilnehmer steigen gut auf das Thema ein und es werden die ersten Absprachen getroffen und der gemeinsame Weg festgelegt. Beim zweiten Treffen sind beide Pfarrer anwesend. Auf sein Fehlen angesprochen, erklärt der Pfarrer lapidar: „Man hat ja auch noch andere Termine, die wichtiger sind.“ Sie spüren, dass er kein großes Interesse an diesem gemeinsamen Prozess hat. Sie wollen ihm zu Beginn mitteilen, was bisher verabredet wurde, der Pfarrer winkt aber ab: „Fangen wir endlich an.“ Sie spüren bereits das erste Unbehagen. Das vergrößert sich, als dieser Pfarrer nun sofort das Ruder in die Hand nimmt: „Wir müssen uns zuerst um die Mängelbereiche kümmern“, bestimmt er. Sie hatten mit der Gruppe etwas anderes abgesprochen. Sie sagen: „Ich schlage vor, wir sammeln zunächst die Stärken.“ Sie erklären, dass es gut ist, von den Ressourcen auszugehen und dann erst auf die Schwächen einzugehen, und schließen, indem Sie darum werben: „Es wäre schön, wenn Sie mir folgen und sich auf diesen Weg einlassen könnten.“ Sofort kontert der Pfarrer: „Niemand folgt Ihnen.“ Und er ergänzt: „Die Stärken kennt doch jeder, die müssen wir nicht noch mal wiederholen.“ Die Gruppe verhält sich sehr zurückhaltend, ganz anders als beim ersten Meeting. Auch der Pfarrer, mit dem alles besprochen war, schweigt. Sie sind nun noch mehr verunsichert und schauen in die Runde. „Wir sammeln nun zuerst die Voten“, befiehlt der Pfarrer. Sie fragen vorsichtig nach, um welche Fragestellung es gehen soll: „Haben Sie einen Vorschlag, um was es gehen soll?“ Der Pfarrer antwortet spitz: „Das müssen Sie doch wissen. Das ist Ihre Aufgabe.“ Es folgt ein kurzes Geplänkel, das nichts erhellt. Ihre Ratlosigkeit wächst und Sie fragen sich, was Sie tun sollen. Der Pfarrer weidet sich an Ihrer Unsicherheit: „Es ist doch ganz klar, um was es geht. Jetzt schreiben Sie auf den einen Flipchart alles Aussagen und auf den anderen dann meinetwegen das, was Sie dazu denken. Aber das ist eigentlich nicht so wichtig.“ Einige in der Runde lachen. Es ist immer noch nicht klar, um was es geht. Sie schlagen vorsichtig vor: „Dann sammeln wir nun das, was bei Ihnen nicht so gut läuft.“ „Das ist doch Quatsch“,

kollert der Pfarrer, „wie kann man nur einen solchen Vorschlag machen?“ (Dabei hatte er selbst erst wenige Minuten vorher genau das vorgeschlagen.) „Wir sammeln das, was sich bei uns ändern muss, das ist etwas ganz anderes.“ Verwirrt und kleinlaut stimmen Sie zu und beginnen, die Sätze auf die Tafel zu schreiben, die genannt werden. Sie werden dabei aber immer wieder unterbrochen und vom Pfarrer korrigiert: „Das kann man so nicht sagen, das klingt zu allgemein.“ Nach kurzer Zeit beendete der Pfarrer diese Phase und sagt zu Ihnen gewandt: „Das müssen wir jetzt bewerten. Jeder bekommt 10 Klebepunkte und kann mit ihnen verdeutlichen, was ihm wichtig ist. Muss man Ihnen denn alles sagen?“ Wieder heftiges Gelächter.

An diesem Punkt kämpfen Sie nur noch um Ihr Überleben. Sie fühlen, wie Ihnen die Felle wegschwimmen. Am liebsten würden Sie heulend den Raum verlassen. Wie starr schauen Sie Ihren Kontrahenten an, fühlen sich bloßgestellt und beschämt. In seinem Blick erkennen Sie unverhohlenen Triumph. Er hat Sie besiegt, an die Wand gespielt, in die Ecke gestellt. Er ist der Stärkere. Sie wissen nicht, wie es weitergeht, was das alles soll. Sie haben zwar Klebepunkte dabei, erkennen aber nicht den Sinn dieser Aktion. Die Lage ist verwirrt und unklar. Man hat Sie vor- und in die Irre geführt, jetzt lässt man Sie im Regen stehen und Sie sollen schauen, wie Sie aus dem Schlamassel wieder herauskommen.

Jetzt ist es spätestens an der Zeit, eine Zäsur zu setzen. Sie nehmen Ihre Gefühle wahr: Beschämung, Hilflosigkeit, ohnmächtige Wut, Entsetzen. Sie sind in der Defensive, rudern, um nicht abzusaufen. Wie kommen Sie da wieder heraus? Nun atmen Sie tief durch und begeben sich in die Distanz zu der Situation: „Was passiert gerade mit mir? Wie geht man mit mir um? Will ich mir das gefallen lassen?“ Sie beschließen für sich: „Nein!“ Sie bitten um eine kurze Pause: „Wir unterbrechen nun für 5 Minuten.“ Sie sprechen von sich: „Ich bin momentan etwas durcheinander und muss mir kurz Gedanken machen, wie es weitergeht.“ Sie gestehen sich Ihre Unsicherheit ein und teilen sie mit. Das macht Sie stark und verschafft Ihnen Spielraum.

Nun die Pause benützen, um mit dem ichsüchtigen Pfarrer zu reden, sich bei ihm anzubiedern mit dem Versuch, ihn zu gewinnen, wäre vertane Zeit. Jetzt ist es wichtiger, dass Sie wieder bei sich ankommen. Sie sammeln sich, konzentrieren Ihre Gedanken für den nächsten Schritt, beruhigen sich, und entlasten sich auch von dem Druck, hier vielleicht ein schlechtes Bild abgegeben zu haben. Sie sagen sich: „Ich habe mein Bestes getan!“ Und Sie entschließen sich, einen neuen Anfang zu machen.

Nach der Pause beginnen Sie: „Wir müssen eine grundsätzliche Vereinbarung treffen.“ „Das sage ich schon lange“, spottet der Pfarrer. „Moment, im Augenblick rede ich“, sagen Sie ganz bestimmt. „Wir müssen klären, wer der Moderator ist. Ich habe diesen Auftrag bekommen, aber so kann ich nicht arbeiten. Ich verstehe das als einen gemeinsamen Prozess. Ich bin dafür verantwortlich, dass die Zusammenarbeit auf gute Weise gelingt. Aber so ist das nicht möglich. Ich kann nicht zulassen, dass ich hier so infrage gestellt und entwertet werde. Das ist nicht nur für mich schlecht, denn ich fühle mich dann nicht gut in meiner Funktion hier, sondern das hindert auch unsere gemeinsame Arbeit, ja, macht sie unmöglich.“ Sie betreten also die Metaebene und klären die Bedingungen für den Prozess. Sie greifen den Pfarrer nicht an, sondern laden ein, gemeinsam anzuschauen, was abläuft, um dabei Bedingungen

für die Weiterarbeit auszuloten. Hier ist es nun wichtig, dass alle Beteiligten zur Sprache kommen und nicht nur der eine wieder seine Regeln den anderen aufdiktiert. Sie bitten alle Anwesenden um Ihre Meinung und den Pfarrer, dass er sich einmal mit seiner Meinung zurückhält. Da er nicht damit einverstanden ist, sagen Sie zu ihm: „Ich nehme wahr, dass Sie ein besonders großes Interesse daran haben, dass dieser Prozess in eine bestimmte Richtung geht. Wahrscheinlich sind die Ergebnisse für Sie und Ihre Arbeit von großer Wichtigkeit. Es ist gut, dass Sie sich so engagiert einbringen. Aber bitte geben Sie den anderen ebenfalls Raum, ihre Meinung zu sagen. Wir wollten eine gemeinsame Lösung.“ Sie zeigen Empathie, konfrontieren aber gleichzeitig mit den Bedingungen: Es geht nicht um einen Alleingang, sondern um ein gemeinsames Ergebnis. Die Konfrontation können Sie noch zuspitzen, indem Sie zu dem Pfarrer sagen: „Oder ist es besser, Sie sagen, was Sie wollen, und darüber wird dann abgestimmt? Dann können wir uns alles andere ja sparen.“ Wenn nun doch wieder spitze oder sogar anzügliche Bemerkungen kommen, dann können Sie diese einfach überhören oder entschieden zurückweisen. Der Pfarrer sagt zum Beispiel: „Seien Sie nicht so empfindlich. Ein guter Moderator muss auch Kritik aushalten können.“ Sie nehmen das nicht persönlich und rechtfertigen sich nicht: „Was denken Sie, was ich alle schon ausgehalten habe!“ Das würde Sie sofort wieder in die Defensive bringen. Besser ist, Sie sagen: „Das war unsachlich. Wir sind gerade bei einer sachlichen Klärung. Ich möchte, dass wir zu einer Entscheidung kommen, wie es jetzt weitergeht.“ Lassen Sie nicht zu, dass es nun um Ihre Person oder Ihre Kompetenz geht, es geht um den gemeinsamen Prozess, die Aufgabe, die Ziele. Im Grunde klären Sie Ihre Aufgabe, Ihre Position und die Beziehungen im Blick auf die Ziele, die erreicht werden sollen. Bleiben Sie bei sich, bleiben Sie auf der Sachebene, lassen Sie sich nicht provozieren. Weisen Sie auf die Ziele hin („Was wollen Sie erreichen?“) und zeigen Sie die Grenzen auf („Auf diese Weise erreichen Sie Ihre Ziele nicht!“). Im besten Fall beteiligten sich jetzt die anderen und sagen, was sie sich wünschen. Sind die Teilnehmer an der Klärungsrunde aber bereits so weit abhängig oder haben Sie bereits innerlich gekündigt, wird die Lage für Sie langsam unhaltbar. Sie können zuletzt noch den anderen, geschäftsführenden Pfarrer anfragen: „Was denken Sie? Wir haben miteinander über diese Sache gesprochen. Sie haben mir den Auftrag für diese Moderation erteilt. Soll es nun anders laufen als verabredet?“ Wenn der nun kneift, können Sie nur noch feststellen: „Dann folgen wir jetzt den Vorschlägen des zweiten Pfarrers und tun, was er sagt“, und ihm alle Vorgaben überlassen. Er hat dann gewonnen und Sie ordnen sich ihm unter. Die Entscheidung dafür treffen Sie, sonst haben Sie danach das Gefühl, der Verlierer zu sein, und es geht Ihnen nicht gut damit. Anderenfalls müssen Sie feststellen, dass Sie unter diesen Bedingungen Ihre Aufgabe nicht ausführen können und Ihre Moderation abbrechen. Sie können dann aber mit dem Gefühl heimgehen, alles getan zu haben, was möglich war, und der Erkenntnis, dass es nicht an Ihnen lag, sondern dass es einem einzelnen ichsüchtigen Menschen gelungen ist, das Gesetz des Handelns an sich zu ziehen und sich die Bedingungen für Ihre Moderation dadurch als ganz anders erwiesen haben, als in der Vorbesprechung gedacht.

## **Empathische Konfrontation**

Die Empathische Konfrontation ist die Doppelstrategie zwischen Annahme, Bestätigung und Wertschätzung auf der einen und einer klaren und eindeutigen Grenzziehung auf der anderen Seite. Wie könnte die Empathische Konfrontation bei unserem angenommenen Beispiel aussehen?

Nachdem Sie sich „gefangen“ haben und innerlich wieder Boden unter die Füße bekommen haben, sagen sie in einer Pause oder nach dem Ende dieser Gesprächsrunde: „Ich denke, dass Sie mich vorhin nicht absichtlich verunsichern wollten. Aber Ihr Verhalten war für mich sehr schwierig. Ich wusste nicht genau, was Sie wollten und ich kam selbst ins Schwimmen im Blick auf meine Rolle als Moderator und den weiteren Verlauf der Moderation. Ich glaube, dass Sie an einem guten gemeinsamen und zielorientierten Ende dieses Entscheidungsprozesses interessiert sind. Die ganze Sache betrifft Sie, wie deutlich zu erkennen war. Für ein gutes Ergebnis ist es aber unbedingt notwendig, dass wir zusammenarbeiten. Es geht also nicht, dass Sie mich behindern oder sogar fertigmachen. Ich denke, wir sollen in einer guten Weise miteinander umgehen. Könnten sie sich vielleicht deutlicher zurückhalten, die anderen mehr zu Wort kommen lassen und mir die Arbeit nicht schwerer machen, als nötig, indem Sie mich angreifen und klein machen? Sonst müsste ich meine Mitarbeit in diesem Prozess beenden. Das wäre doch sicher nicht in Ihrem Sinne, oder?“

Im Blick auf die Beispiel aus Kapitel ... könnte die Empathische Konfrontation folgendermaßen aussehen:

### **Beispiel 1: Ricky**

Die Leiterin des Seniorenkreises ist nicht sehr konfliktstark. Aber sie fasst sich ein Herz und sagt zu Ricky, als dieser einen weiteren Vortrag im Seniorenkreis halten möchte: „Wir haben in Ihrem ersten Vortrag gemerkt, wie viel sie wissen und wie sehr sie für Ihre Themen brennen. Aber mit Ihrer Fülle überfordern sie unsere Teilnehmer. Wir hatten den Eindruck, dass Sie mehr sich selbst und Ihr Thema gesehen haben und nicht die Menschen, denen Sie etwas vermitteln wollten. Wir sind für diese Menschen zuständig. Wir können Ihnen deshalb erst dann wieder die Möglichkeit für einen Vortrag zusagen, wenn wir sehen, dass es Ihnen gelingt, sich mehr auf die Menschen einzulassen und sie im Blick zu haben. Wenn sie wirklich etwas weitergeben wollen, was Ihnen wichtig ist, dann müssten sie Menschen wahrnehmen. Wenn Sie das nicht wollen, dann sind Sie bei uns am falschen Platz.“ Die Reaktion von Ricky zeigt, dass er es nicht will.

### **Beispiel 2: Hanne**

Der Gitarrist kommt nach dem Gottesdienst, indem der Lobpreis ausgefallen ist, zu Hanne und sagt zu ihr: „Wir haben als Lobpreisteam noch einmal über das geredet, was vor dem Gottesdienst vorgefallen ist. Ich möchte feststellen, dass es nicht stimmt: Keiner von uns mogelt. Wir geben uns alle Mühe. Wenn einmal etwas schief geht, dann passiert das unabsichtlich. Es ist toll wie du dich für den Lobpreis einsetzt und wir sehen, dass es dir wichtig ist, dass der Lobpreis im Gottesdienst eine hohe Qualität hat. Durch deine

musikalische Begabung hast du auch hier wirklich alles Zeug dazu. Aber deine Standards sind für uns zu hoch. Wir sind alles Laien. Wir wollen das was wir tun mit Spaß zur Ehre Gottes tun. Wenn du nicht auf uns eingehst, können wir leider unter deiner Leitung nicht weiter mitmachen. Wenn du aber bereit bist auch unsere Fehler in Kauf zu nehmen, können wir es gern noch einmal miteinander versuchen.“ Hanne verteidigt sich sofort: „Ich verlange nichts Besonders. Das ist ganz normal, aber ich habe den Eindruck, dass ihr zu wenig Einsatz bringt.“ Sie geht nicht auf den Vorschlag des Gitarristen ein, sondern nennt im Gegenzug ihre Bedingungen für eine gemeinsame Arbeit: „Ihr müsst tun, was ich sage.“ Das Lobpreisteam lässt sich zähneknirschend darauf ein, das gemeinsame Engagement ist allen sehr wichtig. Aber nach kurzer Zeit kommt es zu weiteren Vorfällen und die Gruppe zerbricht.

### **Beispiel 3: Maik**

Der Pastor sucht ein Gespräch mit Maik, nachdem er sein Amt niedergelegt hat: „Ich wollte mich bei dir für deinen Einsatz in der Leitung danken. Es tut mir leid, dass das so zu Ende gegangen ist. Ich hätte mir das anders vorgestellt, den ich sehe, wie wichtig dir unsere Gemeinde. Du hast gute Leitungsgaben und zeigst eine hohe Einsatzbereitschaft. Von deinen Ideen haben wir wirklich profitiert. Aber du hast uns andere im Team nicht wahrgenommen und mich als Pastor auch nicht akzeptiert. Deshalb konnten wir mit dir nicht zusammenarbeiten. Wir würden uns aber freuen, wenn du in unserer Gemeinde bleiben würdest und in anderen Bereichen einbringen könntest. Vielleicht an einem Platz, wo es nicht um Teamleitung geht, sondern wo du eigenständig als Pionier eine neue Arbeit aufbauen kannst. Zum Beispiel wäre die brachliegende Männerarbeit eine Aufgabe, die eine große Herausforderung darstellt, und wo du dich mit deinen Gaben einbringen kannst. Überlege dir doch, ob das etwas für dich wäre. Ich sehe, dass du jemand bist, der auch schwierige Herausforderungen meistern kann. Das wäre doch was für dich. Du kannst andere mitreißen und etwas bewegen.“ Maik will das nicht überlegen. Er ist so gekränkt über seinen „Rauschmiss“ (wie er sagt), dass er die Gemeinde verlässt und aller Welt erzählt, dass er mit dieser kleinkarierten Gemeinde nichts mehr zu tun haben wollte, die keine starken Leute verkraften könnte.

### **Beispiel 4: Erwin**

Der Leitungskreis trifft sich ohne Erwin und ohne den Pastor, um sich über ihr weiteres Vorgehen klar zu werden. Danach bitten sie die beiden zu einem Gespräch: „Die Situation zwischen euch beiden und zwischen euch und dem Leitungsteam und der Gemeinde ist nicht mehr weiter erträglich. Wir sehen zwar eure starken Seiten und bewundern euren Einsatz für die Gemeinde. Ihr seid wirklich sehr engagiert und wir sehen euer Bemühen, die Gemeinde voranzubringen. Aber so wie es gerade läuft, geht es nicht weiter. Ihr zerstört durch euer Verhalten das, was ihr eigentlich bewirken wollt. Und all das Gute, das ihr aufgebaut habt, zerbricht, wenn es so weitergeht. Es gibt zwei Möglichkeiten: Entweder ihr verändert euch, oder einer muss gehen. Wenn aber einer geht, dann gehen beide, denn wir wollen nicht dass einer als Verlierer geht und der andere als Gewinner bleibt. Ihr könnt es euch überlegen. Wenn ihr Hilfe benötigt, sind wir bereit, einen Anteil an einer Supervision zu

bezahlen.“ Beide wollen und die Supervision ermöglicht tatsächlich gute Veränderungen. Die beiden lernen miteinander umzugehen und jeder begreift für sich, den anderen und die Gemeindesituation wahrzunehmen und nicht nur die eigenen Bedürfnisse zu sehen.

#### **Beispiel 5: Anna**

Die Gemeindeverantwortlichen beschließen, ein Gespräch mit Anna zu führen. Sie wollen mit ihr gemeinsam überlegen, wie sie sich in der Gemeinde einbringen kann ohne dass sie dabei andere übergeht. Anna geht auf den Gesprächsvorschlag nicht ein, sie hätte keinen Gesprächsbedarf, sagt sie. Wenn man sie nicht akzeptieren würde, könnte man das ihr auch direkt sagen, sie sei ja emotional sehr belastbar. Die Gemeindeleitung sucht darauf hin das Gespräch mit dem Pastor, ihrem Mann. Der will aber auch kein Gespräch, das sei allein Sache seiner Frau. Die Gemeindeleitung greift deshalb den Vorschlag von Anna auf und sagt ihr ganz direkt (auf schriftlichem Weg), dass man ihren Einsatz auf die Weise, wie sie ihn versteht, nicht möchte. Kurz darauf kündigt der Pastor und sucht sich eine andere Stelle. In einem Abschlussgespräch sagt der Pastor im Beisein seiner Frau: „die Gemeinde ist nicht in der Lage auf die Bedürfnisse eines Pastors einzugehen. Sie sieht nur sich selbst und deshalb ist sie nicht bereit für eine Veränderung.“ Anna nickt dazu triumphierend.

#### **Beispiel 6: Damaris**

Der Hauskreisverantwortliche sucht das Gespräch mit Damaris, um ihr mitzuteilen, dass man sie gern als Mitglied im Hauskreis haben möchte, aber dass sie sich an die Regeln halten müsste, die für alle gelten. Sofort heult Damaris los: „Ihr seid ja gegen mich. Ihr habt kein Verständnis für eine Single-Frau. Ich muss mich allein um mich kümmern und habe niemand, der mir etwas abnimmt.“ Der Hauskreisverantwortliche ist wie vor den Kopf gestoßen. Er hat mit dieser Reaktion nicht gerechnet. Er versucht einzulenken: „Doch, doch, wir sehen deine Situation. Gerade deswegen bist du bei uns willkommen. Aber es hilft dir nichts und uns auch nichts, wenn wir alles so laufen lassen. Du hast nichts davon, wenn der Hauskreis zerbricht und wir haben nichts von dir, wenn du dich so verhältst. Dann sind unsere Beziehungen gestört. Und das willst du doch nicht, im Gegenteil, du suchst doch gute Beziehungen. Die sind aber auf diese Weise nicht zu erreichen.“ Nach diesem Gespräch kommt Damaris noch einmal in den Hauskreis. Dort ist sie betont zurückhaltend und sagt auch: „Mir wird ja nichts erlaubt. Ich darf ja nicht so sein, wie ich bin.“ Da niemand auf ihr Beleidigtsein reagiert, kommt sie nicht mehr.

#### **Beispiel 7: Jochen**

Der Pastor kommt nach der Kündigung noch einmal ins Gemeindehaus, um sein Büro aufzulösen. Die Kassierererin der Gemeinde ist dabei. Sie versucht noch einmal, zu einem versöhnlichen Abschluss zu kommen: „Du hast hier viel bewegt bei uns. Vor allem in deiner ersten Zeit. Der Abschluss hätte so nicht sein müssen und er hat vieles von dem zerstört, was du aufgebaut hast. Aber es wäre doch gut, sich mit einer versöhnlichen Geste zu verabschieden. Wir möchten dich trotz allem im Gottesdienst verabschieden und ich für deinen neuen Weg segnen. Es ist für uns wichtig, dir für das Gute zu danken und dir das Böse zu verzeihen. Genauso wäre es für uns wichtig, wenn du uns vergeben könntest, wo wir dir

nicht gerecht geworden sind.“ Der Pastor schweigt und tut so, als wäre er allein. Auch als die Frau anfängt zu weinen, interessiert ihn das nicht. Er packt alles ein, was ihm gehört und später stellt sich heraus auch noch mehr.

### **Beispiel 8: Jasmin**

Die Gruppenleiterin bittet Jasmin zu einem Gespür vor der nächsten Gruppenstunde. Jasmin kommt und die Gruppenleiterin erklärt ihr: „Dein Wolfi ist ein Zauberer. Er zieht eine Show ab, aber die ist nicht ehrlich. Er ist ein Betrüger. Er macht den Menschen etwas vor und verwirrt sie. Er hat sicher auch gute Eigenschaften, aber so ist er nur ein Scharlatan. Ich warne dich vor ihm.“ Jasmin nickt und sagt: „Ich weiß.“ „Dann ist es nicht gut, wenn du mit ihm zusammen bist. Und so jemand wollen wir hier in unserer Gruppe nicht haben. Er bringt uns ja alles durcheinander. Das ist nicht der Sinn der Sache“, sagt die Gruppenleiterin. „Kann ich jetzt gehen?“, fragt Jasmin. Sie ist in Zukunft nur noch selten in der Gruppe und wenn sie kommt tut sie sehr überlegen und erfahren, als hätte sie etwas ganz anderes und besseres für ihr Leben gefunden.

### **Zusammenfassung**

Hier noch einige Sätze für den Umgang mit Ichsüchtigen Menschen. Sie können sich die Punkte markieren, die für Sie wichtig sind. Machen Sie sich die Vorschläge zu eigen. Trainieren Sie, diese Maßnahmen anzuwenden.

Dem Ichsüchtigen widersprechen, aber nicht diskutieren.

Ihm nichts glauben, sondern fragen: „Wirklich?“

Protokollieren, was ein Ichsüchtiger sagt. Bei Absprachen den Ichsüchtigen unterschreiben lassen.

Keine Begründungen von einem Ichsüchtigen fordern, vermutlich sind sie nicht wahr sondern nur Ausflüchte.

Sich nicht beeindrucken und verwirren lassen.

Sich abgrenzen – wo nötig auch räumlich und zeitlich: Weggehen.

Den eigenen Vorbehalten glauben, dem eigenen Gefühl trauen.

Sich an die eigenen Vorgaben halten und nicht durcheinander bringen lassen.

Sich nicht ausnutzen lassen, sondern für ein Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen sorgen.

Sich nicht die Weltsicht des Ichsüchtigen aufdrängen lassen, sondern die eigene betonen.

Nicht zu viel ertragen: rechtzeitig einen Stopp setzen: Halt mit mir nicht!

Nichts für einen Ichsüchtigen tun ohne Gegenleistung.

Bedingungen stellen (zum Beispiel, wenn der Ichsüchtige zu spät kommt).

Sich nicht kränken und beschämen lassen.

Nicht die Wichtigkeit des Ichsüchtigen unterstützen.

Dem Ichsüchtigen nicht schmeicheln, sich nicht anbiedern.

sich nicht von einem Ichsüchtigen abhängig machen: Ihm keine Rechte einräumen.

Den ersten Schritt nicht dem Ichsüchtigen überlassen.

Bei Überreaktionen den Raum verlassen.

Sich nicht in Machtkämpfe verwickeln.

Sich nicht einem Ichsüchtigen gegenüber durchsetzen, ihn nicht beschämen oder entwerten.  
Ihn stehen lassen.

Sich nicht wehren, sondern trennen.

Wenn sich ein Ichsüchtiger entschuldigt, nachfragen: Was willst du verändern?

Einem Ichsüchtigen nichts ausleihen – dadurch wird man abhängig von ihm.

### **Wie geht Jesus mit ichsüchtigen Menschen um?**

Die Auseinandersetzungen, die Jesus im Lauf seines öffentlichen Wirkens geführt hat, bezogen sich zu einem großen Teil auf ichsüchtige Menschen. Ihnen trat er aufs schärfste gegenüber, konfrontierte sie mit ihrer Gesinnung und offenbarte ihre Überheblichkeit: Sie würden selbst nicht das tun, was sie von anderen forderten. Sie wollten von den Leuten gesehen werden, um einen wichtigen Eindruck zu machen. Sie wollten begrüßt werden, man sollte ihnen mit Respekt und Würde begegnen, aber selbst seien sie voller Verachtung den anderen gegenüber. In Matthäus 23 rief Jesus ein siebenfaches „Wehe!“ über diesen Menschen aus und nannte sie Heuchler, Narren, ungerecht und blind, voller Gier, erfüllt mit dunkelsten Gedanken wie Hass und Abwehr. Jesus gebrauchte hier sehr deutliche Worte. Aber er war nicht gegen sie. Den reichen Jüngling schaute er an und liebte ihn (Markus 10,17-27). Er forderte ihn auf, alles loszulassen, um ihm nachzufolgen. Aber dieser junge Mann war so stark auf sich selbst bezogen und so tief in seinem Kreisen um sich verstrickt, dass ihn nicht einmal die Liebe Jesu dazu bringen konnte, auf sich selbst zu verzichten. Bei Zachäus, einem kleinen Mann mit einem großen Minderwertigkeitsgefühl, dass er aber kompensierte, indem er den Menschen sein Macht und Überlegenheit als Zolleintreiber zeigte, war es anders. Jesus gelang es, ihn von seinem hohen Thron herunter zu holen. Zachäus war anschließend bereit, auf seinen Vorteil zu verzichten und die Menschen zu entschädigen, die er ausgenutzt hatte (Lukas 7,36-50). Für einen ichsüchtigen Menschen ist das eine erstaunliche Kehrtwende.

Jesus konfrontierte die Ichsüchtigen mit einer für sie völlig ungewöhnlichen Sichtweise: „Wer sich selbst erhöht, der wird erniedrigt; und wer sich selbst erniedrigt, der wird erhöht.“ (Matthäus 23,12). Gab es Widerspruch, ließ sich Jesus auf keine Diskussion ein. Wenn die ichsüchtigen Menschen ihm eine Falle stellen wollten, um ihm zu beweisen, dass sie doch klüger waren als er, ließ er sich nicht provozieren (Matthäus 16,4). Er redete zu ihnen in Gleichnissen (Lukas 18,9). Das ist ein Gesprächsstil, der den Ichsüchtigen grundsätzlich nicht liegt. Sie sind mehr auf die digitale Kommunikation gepolt, bei der es nur um Ja oder Nein, Richtig oder Falsch geht, während Jesus ihnen mit einem analogen Kommunikationsstil begegnete, der sich bildhaft ausdrückt (siehe Paul Watzlawick, Viertes metakommunikatives Axiom<sup>25</sup>). Die digitale Sprache ist logisch, sachlich, abstrakt, die analoge dagegen gefühlvoll, vergleichend und spricht die Beziehungsebene an. Jesus zwang die Ichsüchtigen, sich auf ein

---

<sup>25</sup> Paul Watzlawick, Janet H. Beavin, Don D. Jackson, Menschliche Kommunikation, Göttingen 2000, Seite 68

Terrain zu begeben, das ihnen nicht lag. Sie wollten überzeugen, mit Fakten ihre Stärke beweisen, schlagende Argumente vorbringen. Jesus dagegen wollte zum Nachdenken anregen, zum Zuhören und Hinhören einladen, er lud dazu ein, den Worten nachzuspüren, um sie von innen her zu verstehen. In einem Gleichnis beispielsweise stellte Jesus einen Ichsüchtigen vor, der betete: „Ich danke dir, Gott, dass ich nicht so bin, wie die anderen Leute.“ (Lukas 18,11) und stellte diesem starken und selbstbewussten Menschen andere gegenüber die demütig und klein waren, aber Gott auf ihrer Seite hatten.

Der Forderung der Ichsüchtigen nach Beweisen der Macht und Größe entsprach Jesus nicht. Er ließ sich nicht auf ihre Ebene ein. Er verweigerte sich dem Bemühen, selbst groß sein zu sollen, um etwas zu gelten. (Matthäus 16,4) Im Gegenteil: Jesus warnte vor dem Sauerkeit der ichtsüchtigen Menschen – und damit warnte er vor der Verwirrung und Verunsicherung, die diese Menschen anrichten. (Matthäus 16,11) Gegen die manipulative Art der Ichsüchtigen sprach Jesus ein klärendes Wort: „Ihr irrt, weil ihr weder die Schrift kennt, noch die Kraft Gottes.“ (Matthäus 22,29). Jesus entlarvte die Zweideutigkeit dieser mächtigen Menschen, ihre Scheinheiligkeit und Unehrllichkeit: „Ihr Heuchler!“, nannte er sie (Matthäus 22,18). Er griff sie an, indem er sie hinterfragte: „Was tut ihr, was glaubt ihr?“, denn einen wichtigen Eindruck und große Worte machen kann jeder – aber wie sieht die innere Haltung aus? Deutlich wurde das, als die Ichsüchtigen zu ihm kommen und ihn nach dem wichtigsten Gebot fragen (Matthäus 22,37). Jesus erkannte sofort, was hinter dieser Frage stand: ein sich selbst wichtigmachen, ein Abwerten des anderen (wenn die Antwort nicht richtig war) und die eigene Bestätigung (wenn die Antwort stimmte): Das tun wir ja, wir sind also tatsächlich vollkommen! Aber Jesus machte deutlich, dass es um drei Dinge geht: Gott lieben, die Menschen lieben, sich selbst lieben. Die Selbstliebe kam zum Schluss. Die Ichsüchtigen waren entlarvt, denn es war klar, dass diese Menschen andere lange nicht in dem gleichen Maß liebten, wie sich selbst und dass die Selbstliebe auch vor der Gottesliebe stand. Viele ähnliche Begegnungen Jesu mit Ichsüchtigen wären zu erwähnen: Wie Jesus ihre Überlegenheit zunichtemachte, indem sie mit ihren eigenen Waffen schlug und damit ihre innere Gesinnung offenbarte: „Gebt dem Kaiser, was des Kaisers ist und Gott, was Gottes ist!“ (Matthäus 22,21) Und Die Falle, die sie Jesus stellten, indem sie die Ehebrecherin zu ihm brachten, umging er, indem er sie mit Verachtung strafte und in den Staub schrieb. Sie verstanden ohne Worte, was Jesus meinte, denn sie kannten die Bibelstelle Jeremia 17,13: „Die Abtrünnigen müssen auf die Erde geschrieben werden, denn sie verlassen den Herrn, die Quelle des lebendigen Wassers.“

Ganz im Gegensatz zu den ichtsüchtigen Menschen betonte Jesus das Dienen (Matthäus 20,28) und die Selbstverleugung: „Wer mir nachfolgen will, der verleugne sich selbst.“ (Matthäus 16,24) und seinen Freunden bedeutet er, dass sie nicht Herrscher über andere sein sollten, sondern einander ohne hierarchische Unterschiede auf einer gemeinsamen Ebene begegnen sollten. (Matthäus 23,8).

Die Kränkung die Jesus den Ichsüchtigen durch seine ganz andere Botschaft und seine konträre Art zugefügt hatte, hat ihm wohl das Leben gekostet. Sie konnten es nicht ertragen, dass sie von ihm entlarvt wurden. Er konfrontierte sie zu deutlich mit alle den negativen Gefühlen in sich und löste damit einen Sturm der Entrüstung aus: Sie konnten nicht zulassen,

dass er sie durchschaute und offenbar machte, was wirklich in ihnen war. So forderten sie seinen Tod. In ihrer Wut und ihrem Rachedurst waren sie unbändig. Sie nahmen in Kauf, sich vor einem Römer zu erniedrigen, nur um Jesus aus dem Weg zu räumen. Der geballten und tobenden Ichsucht stellte Jesus sein einfaches, schlichtes aber trotzdem umso mächtigeres „Ich“ entgegen, ein ganz ruhiges und selbstverständliches Bekenntnis: „Ich bin ein König. Ich bin dazu geboren und in die Welt gekommen, dass ich die Wahrheit bezeugen soll.“ Für die Ichsüchtigen, die die absolute Wahrheit auf ihrer Seite sahen, war das zu viel, ihre ohnmächtige Wut wurde grenzenlos. Zuletzt schwieg Jesus. Denn wenn die ichsüchtigen Menschen ihre ungeheure Energie loslassen, die aus der geballten Macht frustrierter Gefühle erwächst, ist es nur noch möglich zu schweigen (Matthäus 26,63; Matthäus 27,12-14; Lukas 23,9). Rechtfertigungen beschwichtigen nichts, sie schüren die Wut nur noch weiter an. Es genügte, dass Jesus in seiner einfachen, armen, aber göttlichen Sicherheit vor den Menschen stand, die sich ihm so überlegen fühlten, aber in ihrem Herzen spürten, dass sie es nicht waren.

## **Wie man narzisstischem Verhalten begegnen kann:**

Narzisstisches Verhalten entspringt dem tiefen Bedürfnis nach Anerkennung. Man möchte gesehen werden und wichtig sein. Narzisstisches Verhalten ist eine Sucht, die Ichsucht - man braucht die Zuwendung anderer für den eigenen Selbstwertaufbau, man will immer mehr im Mittelpunkt stehen, das unabwendbare Verlangen nach Aufmerksamkeit ist nicht steuerbar, man ist davon abhängig, dass man sie in ausreichendem Maß bekommt. Es ist also nötig, dass man narzisstischen Menschen die Anerkennung entzieht (so wie einem Alkoholiker den Alkohol).

### **Das heißt grundsätzlich:**

Sich nicht mit ihnen auseinandersetzen, nicht widersprechen und sich ihnen gegenüber nicht rechtfertigen oder erklären. Narzisstische Menschen ziehen ihr Energie aus Auseinandersetzungen. Sie sind argumentativ nicht zu überzeugen, denn sie genießen es, dass man sich mit ihnen beschäftigt.

Bei Manipulationen nicht mitmachen, sich verweigern und klar abgrenzen. Man wird dazu gezwungen, zuzustimmen, das narzisstische Verhalten zu bestätigen. So wird man (co-)abhängig gemacht und zum Mittäter eines Spiels, das man gar nicht spielen will.

### **Passiven Widerstand leisten:**

Sich von dem Menschen, der narzisstisches Verhalten zeigt, abwenden und zurückziehen. Freundlich ihm gegenüber sein, aber sich deutlich distanzieren - eher mit Taten als mit Worten. Das heißt: nicht antworten, auf keine Vereinnahmung eingehen, wegschauen, weggehen (wenn möglich), die kalte Schulter zeigen. Keine Andeutung für Zustimmung geben, kein Nicken, Augenkontakt vermeiden. Bei Witzen oder Anzüglichkeiten nicht mitlachen. Sich stattdessen wegrehen, mit jemand anderem reden oder sich mit sich selbst beschäftigen.

Mails nicht beantworten, auf keine Provokationen eingehen - auch wenn sie heftig sind. Bei einem Telefonanruf, deutlich Nein sagen und auflegen. Das kleinste Eingehen auf narzisstisches Bedürfnisse hat meist lange Telefonate und ergebnislose Auseinandersetzungen zur Folge (oft zu nachtschlafener Zeit).

### **Bei narzisstischem Verhalten von Leitern:**

Konsequent auf der Sachebene bleiben, alle Gefühlsäußerungen ignorieren (auch Gefühlsausbrüche, Beleidigungen, Beschämungen, Vorwürfe usw.). Immer wieder nachfragen, um was es eigentlich geht. Die eigene Spur verfolgen. Keine persönlichen Aussagen machen. Sitzungen zeitlich begrenzen und nach der festgelegten Zeit definitiv beenden. Den Gesprächsverlauf protokollieren und die Ergebnisse schriftlich fixieren und öffentlich machen. Klare Entscheidungen fordern, nichts offen lassen. Aussagen, die in den Raum gestellt werden, hinterfragen. Beweise und Begründungen verlangen. Alles auf den Wahrheitsgehalt überprüfen - auch was andere gesagt haben sollen, an die Quelle gehen. Entscheidungen an den vereinbarten Zielen ausrichten und nicht von der momentanen Stimmungslage abhängig machen. Sich unter keinen Umständen zu einer Aussage zwingen

lassen - keine Versprechungen geben oder Zusagen machen. Beschuldigungen stehen lassen, die Wahrheit spricht für sich.

**Bei narzisstischem Verhalten von Pastoren:**

Bei Selbstdarstellung im Gottesdienst zum Fenster rausschauen oder auf den Boden blicken, beten, Bibel lesen. Kein Kopfschütteln, keine verbalen Reaktionen, für sich ganz in der Gegenwart Gottes sein. Nicht auf öffentliche Fragen eingehen (oft Suggestivfragen, Bestätigungen). Bei langen persönlichen Tiraden in der Predigt aufstehen und rausgehen (anschließend kann man ja wieder reinkommen). Kein Lob, keine Kritik. Nicht mit anderen über ihn reden (steigert seine Wichtigkeit). Ihm keinen Raum und keine Bedeutung geben (weder positiv noch negativ).

Ist das alles unchristlich? Einem Alkoholiker würde man auch den Alkohol entziehen und nicht noch dafür sorgen, dass er genügend „Stoff“ erhält. Ihn in seiner Sucht nicht zu unterstützen, entspricht der christlichen Nächstenliebe - auch wenn er tobt und sich nicht liebevoll behandelt fühlt. Das ist eine Maßnahme, die ihm dient. Wer deutlich selbstbezogenes Verhalten zeigt, wird als Mensch akzeptiert und wertgeschätzt - aber sein Verhalten wird ignoriert, indem man seinem suchtartigen Bedürfnis nach Anerkennung nicht entspricht.

## Der alt werdende Narzisst

Narzissen sind Menschen mit einem ganz starken Ich-Bedürfnis, sie sehen vor allem sich selbst. In ihrem Leben gibt es einen großen Mangel, ein tiefes Loch in ihnen verlangt immer mehr: Zuwendung, Anerkennung, Ehre, Macht.

Sie haben etwas Kindliches an sich, weil sie wie ein Kind alles von anderen erwarten. Diese kindliche Bedürftigkeit mag in den ersten Lebensjahren erfolgreich sein, im Alter ist sie am falschen Platz. Natürlich sind alte Menschen auf Hilfe und Unterstützung angewiesen – vielleicht sogar genauso wie ein kleines Kind. Aber da ist doch etwas grundsätzlich anders: Der alte, erwachsene Mensch weiß, was er tut, er bittet um Hilfe, er nimmt sie an – nicht als Selbstverständlichkeit, sondern als Unterstützung der eigenen, begrenzten Möglichkeiten. Er bleibt dabei mündig, eigenverantwortlich.

Der alt gewordene Narzisst lebt seine Bedürftigkeit so, als stehe ihm alles zu: eine komplette Rundumversorgung. Er fühlt sich als Mittelpunkt und ist der Ansicht, dass es geradezu eine Selbstverständlichkeit ist, dass er versorgt wird. Er nimmt im Übermaß, ohne es zu merken, er saugt Anerkennung und Zuwendung auf, ohne dass sie jemals reichen oder er dankbar dafür wäre.

Das Fatale ist: Je hilfloser der alte Narzisst tatsächlich wird, desto mehr wirken seine Forderungen, seine grandiosen Gesten, sein Schwelgen in der Zuwendung anderer seltsam deplatziert, vielleicht sogar makaber komisch. Der alte Narzisst ist ein Hedonist, der nicht mehr wirklich genießen kann, sondern nur so tut, sich wichtig macht, ohne dass er wirklich wichtig ist, der sich auf frühere Erfolge beruft und den Zenit seines Lebens konservieren möchte – dabei ist er nur ein Schatten seiner selbst, und es täte ihm gut einzusehen, dass seine Zeit vorbei ist, dass er keine Forderungen mehr stellen kann, sondern alles nur mit großer Dankbarkeit und Demut empfangen sollte, was andere ihm geben.

Tut er das nicht, wird er zunehmend verbittern. Er nörgelt, schimpft, beharrt dickköpfig und stur auf seiner Meinung. Er endet als einsamer Querulant, der abgelehnt oder gemieden – im besten Fall belächelt wird. Vielleicht stirbt er eines Tages in dem Bewusstsein, dass alle Welt ihn verkannt hat und dass sie seiner auch nicht wert war. Er ist das arme Opfer der widrigen Umstände. Zuletzt bleibt ein weinerliches Selbstmitleid, das bald vergessen ist. Die Angehörigen atmen auf, wenn sie nicht mehr mit seinen überzogenen Ansprüchen konfrontiert werden.

Möchte ich so enden?

