

Viktor E. Frankl und Václav Havel

Eine inspirierende Begegnung



Vortrag von Inge Patsch
am 1. Oktober 2016
anlässlich der Tagung
„Das Gute leben
ist die beste Antwort“
zum 80. Geburtstag von V. Havel.



Viktor E. Frankl
26. 3. 1905 – 2. 9. 1997



Václav Havel
5. 10. 1936 – 18. 12. 2011

Gerne teile ich mit Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, das spezifisch Humane dieser beiden Menschen, so wie ich sie sehe.

Auf welche Weise sind die beiden in mein Leben getreten?

Meine Begeisterung für Václav Havel begann bei einer Theateraufführung der West side story im Tiroler Landestheater. Wahrscheinlich war es im Sommer 1989. Im Programmheft stand der Text, der mich heute noch genauso berührt, erschüttert, aufwühlt, verzweifeln lässt und ermutigt.

Diese Gedanken waren und sind für mich der beste Schutz gegen Selbstmitleid und gegen die auftauchende Forderung, dass andere für mein Lebensglück zuständig seien. Der Text hängt in meinem Schlafzimmer neben einem Bild von Václav Havel. Ich wache mit dem Blick auf ihn auf. Fast könnte ich sagen, „er beschützt“ meinen Schlaf.

„Jeder von uns hat, kurz gesagt, die Möglichkeit zu begreifen, dass auch er - und sei er noch so bedeutungslos und machtlos – die Welt verändern kann. Jeder aber muss bei sich anfangen: würde einer auf den anderen warten, warteten alle vergeblich.

Es ist nicht wahr, dass das nicht geht: die Macht über sich selbst, wie sehr sie auch in jedem von uns durch Charakter, Herkunft, Bildungsgrad und Selbstbewusstsein problematisiert sein mag, ist das einzige, was auch der machtloseste von uns hat, und sie ist zugleich das einzige, das niemandem von uns genommen werden kann.“

Václav Havel, Dankesrede Erasmuspreis 1986

Mein intensives Interesse für Viktor E. Frankl begann 1990. Damals gab es im ORF die Sendung „Land der Berge“. In einer dieser Sendungen interviewte Reinhold Messner Viktor E. Frankl. Am Ende des Interviews gab es einen kurzen Ausschnitt von Frankl's berühmter Rede am Wiener Rathausplatz zum Bedenkjahr 1988.

Viktor Frankl sprach davon, dass es keine Kollektivschuld gibt. Dieser Satz hat mich getroffen wie ein Blitz. Ich fand darin die Befreiung, die ich meiner Mutter so gewünscht hätte. Letztendlich war es dieser Satz, der mich magisch angezogen hat und mein Interesse an der Existenzanalyse und Logotherapie ist bis heute noch immer sehr groß.

Das Thema SINN bei Viktor E. Frankl und Václav Havel

Vor gut einem Jahr wurde eine liebe Kollegin 60 Jahre. Zu Ihrer Geburtstagsfeier wünschte sie sich von ihren Gästen etwas Außergewöhnliches.

Jede und jeder sollte sich drei Fragen überlegen, welche die wesentlichen im Leben eines jeden von uns waren. Ein Geschenk zu kaufen, wäre einfacher gewesen. Typisch logotherapeutisch, dachte ich. Ich habe lange nachgespürt, welche Fragen waren in meinem Leben wesentlich.

Ich gebe zu im Nachhinein war ich meiner Kollegin dankbar für die Anregung. Beim Nachdenken tauchte unwillkürlich die Frage nach dem WOFÜR auf – nach dem Sinn.

- Wofür habe ich dies oder jenes auf mich genommen?
- Wofür habe ich auf vieles verzichtet?
- Wofür habe ich mir eine Fülle von Büchern geleistet?

Gefreut habe ich mich, als ich entdeckte, dass sich diese „Wofürs“ gelohnt haben. Weniger im Sinne von rentabler Nützlichkeit, mehr im Sinn von menschlich bereichernd. Die Antworten haben in mir eine große Dankbarkeit ausgelöst. Dankbarkeit darüber, was ich alles erleben durfte.

Die große Frage lautet: Wo finden wir eigentlich „Sinn“? Frankl betonte immer wieder, dass am Grund des Sinns Werte schlummern. Diese Werte verstecken sich nicht in uns. Im Gegenteil wir werden täglich von vielen Werten angesprochen, von sinnvollen und sinnlosen Dingen.

Viktor E. Frankl

„Echten Sinn findet man draußen in der Welt, dort steht er bereit und wartet auf Sie, um durch Sie erfüllt zu werden, aber in der eigenen Psyche ist er nicht zu finden.“¹

Václav Havel

„Die Seele braucht eben die Welt - ohne sie hat sie Leerlauf. Mich inspiriert die Erfahrung der Welt, keineswegs das eigene Innere.“²

„Der Sinn“ ist also nicht in unserem Inneren zu finden, sondern „in der Welt“. In diesem Sinne lautet meine Aufforderung:

„Leben heißt zeigen, was du liebst! „Lebe mutig und vertrauensvoll.“

Im Mittelpunkt unseres Menschseins steht das, was für uns Bedeutung hat, was wir empfinden und nicht das, was wir messen, beweisen und vergleichen können. Erfolg mag messbar sein, wenn man bestimmte Kriterien verwendet. Lebendigkeit können wir nicht beweisen, aber wir spüren, ob wir uns freuen oder traurig sind.

Menschsein bedeutet Interesse zeigen für andere und anderes und nicht krampfhaft zu schauen, dass es einem selbst gut geht. „Du musst auf dich schauen!“ Dieser Gedanke enthält ein verstecktes Gift und in unserer Zeit gibt es davon zu viel. Das Gift heißt Ichbezogenheit. Mit echter Selbstliebe hat dies nichts zu tun. Dieses Kreisen um sich selbst, sich ständig hinterfragen, ob es einem gutgeht, verhindert, dass wir Wertvolles außerhalb von uns wahrnehmen.

Unsere Gedanken haben auch körperliche Auswirkungen. Gedanken sind Kräfte und es gibt ein Körperempfinden, bei dem man spürt: Ich fühle mich wohl.

Immer öfter erlebe ich, dass manche Menschen das Empfinden für ihren Körper verloren haben. Sie leben nach Maßstäben oder Apps, die einer Norm entsprechen. Die Norm was gesund ist oder was die Mode vorschreibt, engt Menschen ein. Was gesund ist, hat sich in den letzten Jahren dauernd geändert und die Mode auch. Ein Schrittzähler mag hilfreich sein, wenn man für einen guten Zweck eine bestimmte Anzahl von Schritten zurücklegen soll.

Doch täglich Schritte zu zählen, um festzustellen, ob man sich ausreichend bewegt hat, führt Menschen immer weiter weg von ihrem eigenen Körperempfinden. Der Schrittzähler bestimmt auf einmal, wie weit man gehen soll und nicht die Tagesverfassung, die es für uns alle gibt.

Der Sinn, der uns im Außen begegnet und die Seele inspiriert braucht unsere Wahrnehmung. Zum Wahrnehmen brauchen wir Zeit, dann können wir uns für dies oder jenes begeistern und dann fordern Werte unsere Ernsthaftigkeit.

¹ Haddon Klingberg, Das Leben wartet auf dich, Wien 2002, 388

² Václav Havel, Briefe an Olga, Hamburg, 1993, 34

Durch das Lesen der Texte von Viktor E. Frankl und Václav Havel habe ich gelernt, die übertriebene Sorge um mich selbst abzulegen. Lebe wild und gefährlich! Das dachte ich mir öfters, wenn die Lebensfragen in einer Fülle auftauchten, die kaum zu bewältigen war. Ich wünsche Ihnen und mir, dass ich Sie so neugierig machen kann, dass Sie etwas von Ihrer Zeit mit dem Lesen von Frankl und Havel verbringen können. Vor allem wünsche ich Ihnen die Offenheit, dass die reichhaltigen Gedanken Ihr inneres erreichen und sie zum Nachdenken anregen. Niemand muss alles gut finden, doch offen zu sein, für das, was andere erlebt haben und in Worte fassen können bereichert das Leben sehr.

Wir brauchen einen Dialog und die Basis ist Vertrauen und Mitgefühl. UND die Erkenntnis, dass wir bei uns beginnen müssen. denn jede und jeder von uns ist einzigartig und einmalig. Sinnvoll wäre daran zu denken, dass neben uns auf der Erde noch acht Milliarden andere einmalige Menschen leben.

Einigen von Ihnen, jene, die wir ganz besonders mögen, denen könnten wir öfter einmal sagen: „Als Gott dich schuf wollte er angeben!“ Falls Sie niemanden haben, der Ihnen diesen ermutigenden Satz schenkt, dann probieren sagen sie ihn zu sich selbst: Stellen Sie sich vor den Spiegel und sagen zu sich selbst: „Als Gott MICH schuf wollte er angeben.“ Wer es versucht, wird erleben, dass dies gar nicht so einfach ist.

Das Thema Gewissen bei Viktor E. Frankl und Václav Havel

Fällt der Begriff Gewissen, taucht bei einigen Menschen Unbehagen auf. Gewissen bedeutet weder bei Frankl noch bei Havel eine festgeschriebene Moral, nach der „man“ sich richtet. Gerade mein eigenes Gewissen konnte sowohl bei Frankl als auch bei Havel in die Schule gehen. Beim Lesen hatte ich immer wieder AHA-Erlebnisse. Das sind Momente, in denen man schwarz auf weiß Worte liest, deren Sinn man schon lange kannte. Also ich habe es „gewusst“, aber es war mir nicht „bewusst“. Es dauert lange, bis man die Angst verliert und entdeckt, dass „man“ ja gar nicht so verkehrt ist, wie „man“ dachte und dadurch eine andere Sichtweise bekommt. Bei Václav Havel habe ich dies ganz besonders gelernt. Angst verlieren bedeutet ja nicht, dass ich nicht mehr zweifle und immer Recht haben möchte.

Viktor E. Frankl

„Das Gewissen gehört zu den spezifisch menschlichen Phänomenen. Es ließe sich definieren als die intuitive Fähigkeit, den einmaligen und einzigartigen Sinn, der in jeder Situation verborgen ist, aufzuspüren. Mit einem Wort, das Gewissen ist ein Sinnorgan.“³

Václav Havel

„Gewissen und Verantwortung sind nichts anderes als eine bestimmte Beziehung des Menschen zu dem, was ihn übergreift, das heißt zur Unendlichkeit und Ewigkeit, zur Transzendenz oder zum Geheimnis der Welt, zur Ordnung des Seins oder zum Allmächtigen.“⁴

³ Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge, Frankfurt 1987, 76

⁴ Václav Havel, Moral in Zeiten der Globalisierung, Hamburg 1998, 188

Viktor E. Frankl lehnte die Möglichkeit in die USA zu emigrieren ab und war sich bewusst, dass er damit riskiert als Jude verhaftet zu werden. Er wollte seine Eltern nicht allein in Wien zurücklassen, denn sie standen mit ihm unter Deportationsschutz. Das war 1942 als Frankl das Rothschildspital in Wien leitete.

Václav Havel lehnte die Möglichkeit sich in die USA abzusetzen ab und nahm die Strafe des Gefängnisses auf sich. Das sind Gewissensentscheidungen und wir können diese nur zum Teil begreifen, da wir nicht in dieser Situation gewesen sind.

Vom Irrtum der Belohnung

Schon sehr lange hält sich die verbreite Meinung, dass Menschen besonders viel leisten, wenn sie belohnt werden. Nicht nur aus meiner Sicht ist dies ein Irrtum, ein äußerst folgenschwerer. Geht man mit Kindern eine Bergtour und erreicht nach einiger Mühe den Gipfel, dann freut sich alle über das gemeinsame Erlebnis. Eine Belohnung braucht am Gipfel niemand, dies wird auch nicht erwartet. Die „Belohnung“ liegt in der Freude über das gemeinsame Erlebnis und im Betrachten der Natur.

Falls Sie sich fragen, wo der Irrtum des Belohnt-werdens lauert? Wenn die Belohnung wichtiger wird, als der Wert um den es geht, dann verlieren Menschen den Sinn und das Funktionieren bestimmt die Arbeit und nicht mehr die Freude am Tun selbst. Der Blick ist dann auf die Belohnung gerichtet und man selbst kommt nicht mehr zur Sprache.

Von Viktor E. Frankl gibt es einen Gedanken, der mich vom ersten Moment als ich ihn hörte sehr nachdenklich gemacht hat.

“Solange Furcht vor Strafe,
Hoffnung auf Lohn
oder der Wunsch dem Überich zu gefallen,
menschliches Verhalten bestimmen,
ist das wirkliche Gewissen
noch gar nicht zu Wort gekommen.”⁵

Aufgrund dieser Gedanken kam ich meinen eigenen Absichten auf die Spur. Als ich entdeckte, wie viel Absicht sich hinter manchen meiner Werte versteckt, habe ich gelernt klarer zu sein. Ich habe gelernt Ja zu sagen, wenn ich Ja meinte und vor allem Nein zu sagen. Lange Zeit wollte ich Nein zu etwas sagen und habe dann doch Ja gesagt.

Das Wachsen einer inneren Haltung

Was für mich Bedeutung hat, ist das Persönliche und die persönliche Freiheit in Verbindung mit Verantwortung. Dieses Bedeutungsvolle erreichen wir nicht durch Methoden oder Strategien. Das mögen hilfreiche Dinge sein, aber worum es eigentlich geht, das ist die innere Haltung, die Einstellung, mit der ein Mensch auf andere zugeht und zu sich selbst in Beziehung steht.

Das Entfalten der inneren Haltung ist ein Prozess, ein langer und manchmal beschwerlicher Weg und dazu haben wir alle Inspiration nötig.

Ein gelungenes Leben ist für die meisten Menschen das, was Bedeutung hat und nicht was sich messen oder wiegen lässt. Je mehr wir Abstand von diesem objektivierenden Denken und Werten nehmen, beginnen wir den Menschen als Menschen ernst zu nehmen. Wir sehen uns selbst und

⁵ Viktor E. Frankl, Der Wille zum Sinn, München 1994, 167

andere nicht als Fehlerquelle für das was schief läuft. Es könnte sein, dass manche auf diesem Weg ein ganz anderes Menschenbild erfahren, als jenes mit dem man erzogen wurde.

Wozu haben mich die beiden Menschen inspiriert?

Zum Mut meine Meinung zu äußern und zum tieferen Nachdenken über bestimmte Dinge.

Viktor E. Frankl

„Wir brauchen nicht so sehr neue Programme, wie - eine neue Menschlichkeit!“⁶

Václav Havel

„Es ist keine neue Ideologie notwendig. Wir brauchen lediglich zum authentischen Sinn zurückkehren.“⁷

Ich freue mich sehr, dass ich meine Arbeit über das ähnliche Denken der beiden großen Männer mit Ihnen teilen konnte. Vielleicht haben Sie Freude den einen oder anderen Gedanken selbst zu beleben.

⁶ Viktor Frankl, Gesammelte Werke Band II, Wien 2006, 238

⁷ Václav Havel, Moral in Zeiten der Globalisierung, Hamburg 1998, 189