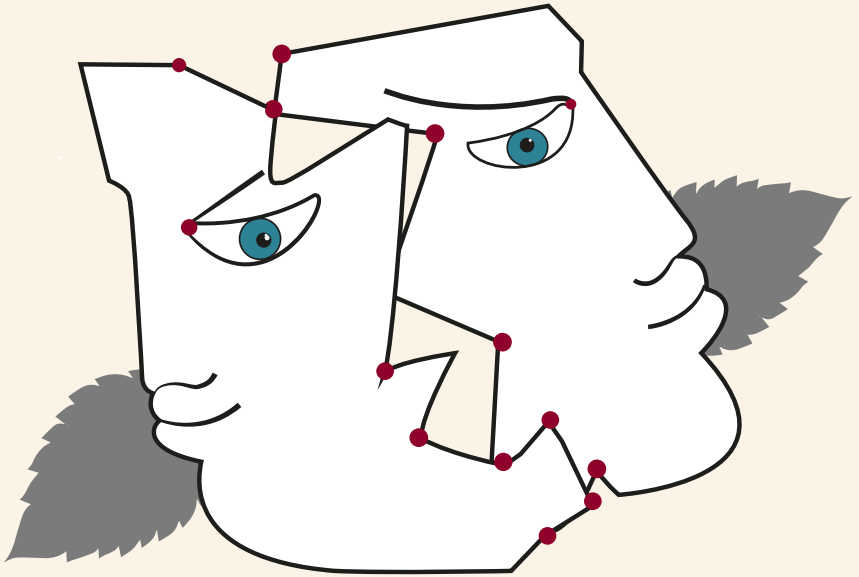


Mathias Wais

# Ich bin, was ich werden könnte



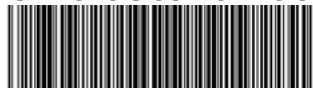
Entwicklungschancen  
des Lebenslaufs

*Anregungen für die Biographiearbeit*

Individualität will gelebt sein. Sie entfaltet sich in der Zeit, in der Begegnung mit anderen Menschen und sie kann immer wieder neue Lebenswirklichkeiten schaffen.

Der Autor knüpft an alltägliche Begebenheiten an und zeigt, wie anhand von Gespräch und Übung mit Ruhe und Sicherheit, dem Neuen und Anderen Raum geschaffen werden kann. Kleine Fallbeispiele lassen erkennen, wie auch in Krisenzeiten in der Enttäuschung über Unerreichtes ein Zukunftskeim zu bemerken ist, der wachsen, blühen, gedeihen will und kann. Ein Buch, gesättigt mit Lebenserfahrung, das ganz ohne theoretischen Überbau konkrete Anleitungen für die eigene Arbeit an der Biographie und Lebenswirklichkeit bietet.

ISBN 978-3-95779-128-3



 INFO3 VERLAG



Mathias Wais, geboren 1948, studierte Psychologie, Judaistik und Tibetologie in München, Tübingen und Haifa und schloss als Diplompsychologe ab. Eine psychoanalytische Ausbildung und Forschungen folgten. Er leitete bis 2012 die Dortmunder Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene und ist Autor zahlreicher Sachbücher. Ausgedehnte Vortrags- und Seminartätigkeit

*„Das Wesen der Individualität  
ist auf Zukunft angelegt.“*

Mathias Wais

Mathias Wais

# **Ich bin, was ich werden könnte**

Entwicklungschancen des Lebenslaufs

Anregungen für die Biographiearbeit

Mit einem Beitrag von Uwe Meinardus  
Biographiearbeit und Psychotherapie



**INFO3** VERLAG

Mathias Wais, geboren 1948, studierte Psychologie, Judaistik und Tibetologie in München, Tübingen und Haifa und schloss als Diplom-Psychologe ab; eine psychoanalytische Ausbildung und Forschungen schlossen sich an. Zunächst Spezialisierung auf Neuropsychologie und Therapie von Hirnverletzten. Seit 1985 Arbeitsschwerpunkt Biographik, Biographie- und Erziehungsberatung und Leitung des Dortmunder Zentrums »Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene«; Autor von zahlreichen Sachbüchern.

Mathias Wais

**Ich bin, was ich werden könnte**

Entwicklungschancen des Lebenslaufs

Anregungen für die Biographiearbeit

1. Auflage 2001 im Verlag Joh. M. Mayer, Stuttgart

5. Auflage 2020 im Info3 Verlag, Frankfurt am Main

ISBN 978-3-95779-128-3

Satz: de.te.pe Ulrich Schmid, Aalen

Cover: Houman Schroeder, Frankfurt am Main

unter Verwendung eines Motivs von Jean Cocteau

Druck: CPI books, Leck

## **Inhalt**

Über den Umgang mit dem Labyrinth –  
ein Vorwort – 7

### **Teil I**

- 1 Das Zukunftselement in heutigen Schicksalen  
und die biographische Krise – 13
- 2 Das individuelle Urbild – 20

### **Teil II**

- 3 Entwicklungsgesetze und ihre Bedeutung – 33
  - Die Mondknoten – 33
  - Das zwölfte Lebensjahr und der Zwölfer-Rhythmus – 37
  - Der Fünfer- und der Zehner-Rhythmus – 38
  - Zur Bedeutung der Zahlenverhältnisse – 38
- 4 Die Lebensmitte und ihre Krise – 43
- 5 Die Bedeutung der Jahrsiebte – 54
- 6 Die vierfache Ich-Frage – Zur biographischen  
Bedeutung der Pubertät – 58
- 7 Der Doppelgänger I – 63
  - Seine Entstehung – 63
- 8 Der Doppelgänger II – 69
  - Seine Sprache – 69
- 9 Der Doppelgänger III – 77
  - Zwischen Heimat und Heimatlosigkeit – 77
- 10 Geistige Wesen in der Biographie I – 86
  - Das Helle und das Dunkle – 86
- 11 Geistige Wesen in der Biographie II – 93
  - Chronos und Kairos – 93
- 12 Versuch über das Böse in der Biographie – 103
- 13 Das Stauungsphänomen – 112
- 14 Das Polaritätsphänomen – 116

- 15 Das Verdopplungsphänomen – 122
- 16 Über das schrittweise Eintreten von Ereignissen – 126
- 17 Sprache des Anfangs I – 131
  - Zur Signatur der Geburtssituation – 131
- 18 Sprache des Anfangs II – 139
  - Die Bedeutung der landschaftlichen Herkunft – 139
- 19 Sprache des Anfangs III – 141
  - Der erste Moment einer Begegnung – 141
- 20 Verbindung und Trennung – 146
- 21 Biographie heute – Der Einzelne und die
  - Gemeinschaft – 153

### **Teil III**

- 22 Über Zufall und Sinn – 165
- 23 Wege zum Sinnverständnis moderner Lebensläufe – 171
- 24 Das Beratungsgespräch als Biographiehilfe – 180
- 25 Der Weg der Übung – 186
- 26 Vorbereitung auf die Biographiearbeit – 195
- 27 Über den Umgang mit biographischer Erkenntnis – 201
- 28 Zur Frage der Berechtigung der Biographiearbeit – 209

Anmerkungen – 216

Herangezogene Literatur – 220

*Uwe Meinardus*

Biographiearbeit und Psychotherapie –  
 schwierige Verwandte oder freundliche Nachbarn? – 225



## Über den Übergang mit dem Labyrinth – ein Vorwort

Eigentlich geht man durch das Leben wie durch ein Labyrinth – irgendwie kommt man schließlich durch, hinterher aber wüsste man kaum zu sagen *wie*. Viele Werke der Mythologie und Kunst scheinen mir diesen Sachverhalt anzusprechen. Es gibt Kunstwerke, die das Thema des Labyrinths zu einem Bild, zu einem Moment verdichten. So habe ich in dieser Hinsicht zum Beispiel Wesentliches in dem Film *Orlando* (nach dem Roman von Virginia Woolf) von Sally Potter erfasst.

Biographiearbeit und Biographieberatung, wie sie in den letzten Jahren aufgekommen sind, stellen leider keine Hilfe dar, besser durch das Labyrinth zu kommen. Und was hieße auch *besser*? Würde man mit einem Konstruktionsplan in der Hand durch das Labyrinth gehen, so gäbe es die Befreiung, die Überraschung nicht, doch wieder ein Stück weitergekommen zu sein. Diese Überraschung ist es aber, die Hoffnung gibt.

Wir wissen eigentlich kaum etwas über das Labyrinth, durch das wir – manchmal amüsiert, manchmal verzweifelt, manchmal tatkräftig, manchmal mutlos – hindurchzukommen versuchen. Das einzige, was wir wissen, ist, dass es immer weitergeht. Mit Weitergehen meine ich das Herauskommen aus Katastrophen, aus dem Scheitern, auch aus dem Glück, das – wie es Sigmund Freud formulierte – ein episodisches Phänomen ist. Die Frage ist also: Woher wissen wir, dass es immer weitergeht? Oder was liegt vor, wenn wir dieses Wissen – etwa in einer uns ausweglos erscheinenden Situation, einer zermürbenden Ehekrise oder einer inneren Einsamkeit – verlieren?

Wer konstruiert eigentlich dieses Labyrinth? Eine einfache Antwort wäre: der liebe Gott. – Aus der jahrelangen Beratungspraxis und der beratenden Begleitung von Menschen in Lebenskrisen habe ich jedoch den Eindruck gewonnen, dass der Sachverhalt in einer skandalösen Weise komplizierter ist: Wir sind es selbst, die das Labyrinth ständig, im Vollzug sozusagen, konstruieren. Unser Ich ist es. Da muss

es, von unserem Alltags-Ich unbemerkt, eine Instanz in uns geben, die, unsere Vergangenheit und Zukunftsmöglichkeiten überschauend, unser Schicksal schafft. Deshalb also, weil wir es selbst schaffen, wissen wir, dass es in unserem Labyrinth immer weitergeht.

Wieso tut jenes Ich – nennen wir es, weil es ja nicht das alltägliche Ich ist, das »Höhere Ich« – das? Offenbar verfolgt es Ziele und Aufgaben und führt uns in Begegnungen, durch Schicksale, auch durch die Banalitäten des Alltags. Der erste Teil des Buches handelt von diesem Höheren Ich.

Biographicarbeit und Biographieberatung gehen ja nicht von der Frage aus: Wie hätten Sie's denn gern? Sie können keine Tips geben, wie man etwa schneller oder mit weniger Aufwand durch das Labyrinth käme. Die Aufgabe der Biographieberatung ist eine andere. Sie kann, anhand konkreter und alltäglicher Lebensfragen und Lebenskrisen, uns mit dem Gedanken vertraut machen, dass wir es selbst sind, die laufend das Labyrinth konstruieren. Sie kann damit etwas an der *Haltung* ändern, mit der wir durch das Labyrinth gehen; nichts dagegen an der Tatsache, *dass* wir durch ein Labyrinth gehen. So versucht der zweite Teil, anhand einiger biographischer Phänomene zu zeigen, nach welchen Gesichtspunkten wir unser Labyrinth konstruieren. Wenn es gelingt, so taucht im Beratungsgespräch eine Idee, eine handlungsrelevante Perspektive davon auf, dass die Konstruktion des Labyrinths sinnvoll ist, *weil sie unsere ist, uns eigen ist*.

Der dritte Teil handelt davon, wie man als Beraterin oder Berater zu einem Verständnis des individuellen Labyrinths kommt und wie man das dem nach Rat Suchenden vermittelt. Für beide, für ihn wie für den Berater, handelt es sich – um dies vorwegzunehmen – nicht um intellektuelle Akrobatik oder psychologisch analysierende Akribie, sondern um einen Übungsweg. Der Beratende, der einen individuellen Lebensgang verstehen will, geht einen inneren Übungsweg, und der Betroffene, der ein Verständnis seines Labyrinths und Gesichtspunkte dafür sucht, wie er sich aktiv handelnd, statt passiv erleidend weiterbewegen kann, muss ebenfalls einen Übungsweg gehen.

Was mein eigenes Verständnis von Lebensläufen und Lebenskrisen betrifft, so habe ich es zunächst den Menschen zu verdanken, die als Ratsuchende zur Biographieberatung kommen. Im Gespräch mit ihnen kann, wenn es gut geht, dieses Element der Überraschung auftauchen. Es entsteht dann plötzlich eine Perspektive auf die aktuelle

Lebenskrise, auf den Lebenslauf selbst, die zuvor keinem der Gesprächspartner bewusst gewesen ist.

Sodann gehe ich bei meiner Arbeit von einem anthroposophischen Menschenbild aus – so wie ich es eben verstehe. Es ist nach meiner Kenntnis das modernste und differenzierteste Menschenbild, das die geistige Sphäre des Menschen einbezieht. Dabei fühle ich mich folgenden Autoren verbunden: Bei Rudolf Frieling, dem christlichen Gelehrten und Pfarrer, lerne ich die Genauigkeit der Phänomenbetrachtung, das Ernstnehmen des »Textes«, hier: der biographischen Phänomene, so wie sie sich eben darstellen. Bei Friedrich Weinreb, dem jüdischen Gelehrten und Mathematiker, lerne ich das Denken in Zwischenräumen. Weinreb hat, anknüpfend an die kabbalistische Tradition, immer wieder die Wirkung der Sphäre des Geistigen bis ins Buchstäbliche und Tägliche hinein gezeigt und verständlich gemacht, wie das Wesentliche und Eigentliche *zwischen* den Dingen liegt. Für das Lernen bei Frieling wie bei Weinreb wie aber auch bei allen anderen Autoren, die ich heranziehe (Viktor Frankl, Bernard Lievegoed, Hans Schauder), gilt, dass man ihre Arbeit und ihr Denken nicht einfach übernehmen kann. Man muss etwas Eigenes daraus machen. Und insofern ist das Buch, wenngleich mitgeprägt von den genannten Menschen, doch wieder subjektiv, persönlich und damit einseitig. Es gibt nur meine derzeitige Sicht der Dinge wieder, und insofern kann es sich nur um einen Werkstattbericht handeln.

Von da aus ergibt sich mir auch die Berechtigung, nicht alles hier in Frage Kommende in Vollständigkeit darstellen zu müssen. Vieles ist unvollständig. So hatte ich auch nicht das Bedürfnis, zu den einzelnen Themen jeweils alles zu referieren, was man darüber anderswo nachlesen kann. Zum Beispiel behandeln die Kapitel über den Doppelgänger nur einige Aspekte dieses Themas. Selbstverständlich ist es sinnvoll, dazu all das Umfangreiche nachzulesen, was man diesbezüglich bei Rudolf Steiner und in der sonstigen anthroposophischen und nicht-anthroposophischen Literatur nachlesen kann. Der Charakter des Werkstattberichts mag es auch akzeptabel machen, dass in diesen Beiträgen zur Biographik ausgerechnet Ausführungen über karmische Zusammenhänge fehlen. Dies liegt daran, dass für mich dieser zentrale Themenbereich in der Praxis kaum handhabbar ist. Und ein bloßes Referieren von dazu vorhandener Literatur erschien mir nicht sinnvoll.

Erwähnen möchte ich noch, dass eine weitere Quelle meiner biographischen Verständnisbemühungen die – durch keinerlei kunstwissenschaftliche Vorbildung getrübe – Auseinandersetzung mit Werken der modernen Kunst ist. In der jahrelangen Beschäftigung mit dem Werk etwa Alexej Jawlenskys, Camille Claudels, Phillip Glass', Béla Bartóks oder Wilhelm Lembrucks habe ich, so scheint es mir, mehr über die menschliche Entwicklung und das Lebenslabyrinth gelernt als im Studium der Psychologie. Zu solcherart fruchtbaren Kunstwerken zähle ich neben dem schon erwähnten Film *Orlando* (die Buchvorlage von Virginia Woolf hat einen anderen Akzent als der Film) auch den Film *Le Bal*, der davon erzählt, wie rätselhaft gleich man sich doch über die Jahre, Jahrzehnte und über die verschiedenen Erdengänge bleibt – bei allem Weiterschreiten, bei aller Entwicklung.

Dankbar für das anhaltende Interesse der Leser und mit Unterstützung durch den Verlag Johannes Mayer, Stuttgart, bringe ich dieses Buch in einer leicht überarbeiteten und um vier Kapitel erweiterten Fassung neu heraus.

Im Januar 2001

*Mathias Wais*

## Teil I

Coming

I am coming! I am coming!  
I am coming through!  
Coming across the divide to you  
In this moment of unity  
Feeling an ecstasy  
To be here, to be now  
At last I am free  
Yes at last, at last  
To be free of the past  
And of a future that beckons me  
I am coming! I am coming!  
Here I am!  
Neither a woman, nor a man  
We are joined, we are one  
With a human face  
We are joined, we are one  
With a human face  
I am on earth  
And I am in outer space  
I'm being born and I am dying

*Sally Potter,  
Schlussgesang aus Orlando*

## I Das Zukunftselement in heutigen Schicksalen und die biographische Krise

Unter welchem Gesichtspunkt wird man einen Lebenslauf sinnvollerweise betrachten? Zunächst scheint es nahezuliegen, den schon abgeschlossenen Lebenslauf etwa einer Künstlerpersönlichkeit aus dem Anfang des 20. Jahrhunderts oder den sich gerade entfaltenden Lebenslauf eines Zeitgenossen unter einem *historischen* Gesichtspunkt anzuschauen: Wie ist alles geworden? Wie kam der Künstler zu seiner Malweise, mit welchen Stilrichtungen hatte er Berührung, mit welchen Kollegen sich auseinandergesetzt, aus welchem persönlichen Erleben hat er ein bestimmtes Thema in seinen Bildern immer wieder aufgegriffen? Oder: Wie kommt es, dass mein Nachbar nicht verheiratet ist und allein in dem großen Haus wohnt? Welche Beziehungserlebnisse haben ihn dazu gebracht? Wie war das mit seinen Eltern? Was haben sie ihm hinsichtlich der Belastbarkeit von Beziehungen vorgelebt?

So könnte man fragen. Das wäre eine historische Frageweise: Wie ist es dazu gekommen, dass es jetzt so mit meinem Leben steht? Man stellt, wenn man historisch fragt, die Frage nach der Ursache, nach der Verursachungskette. Wieso ist es so, wie es ist? Und man sucht die Ursachen in der Vergangenheit.

Es war eines der großen Verdienste der Psychoanalyse, dass sie kausale Zusammenhänge zwischen Erwachsenenleben und Kindheits-erlebnissen aufzeigen konnte. Mittlerweile gehört es zum allgemeinen Bildungsgut, seelische und zwischenmenschliche Gegebenheiten kausal-logisch anzuschauen: Weil mein Vater mich damals nicht ernstgenommen hat, *deshalb* traue ich mir heute nichts zu. – Weil der Maler X zwei Jahre die Malschule von Y besuchte, *deshalb* hat er später diesen Malstil entwickelt.

Seit rund hundert Jahren scheint die historische Betrachtungsweise zunehmend nicht mehr auszureichen, um Lebensläufe zu verstehen. Diese kausal fragende, nach einer Verursachungskette fragende Sicht hat sich als richtig und wichtig herausgestellt. Aber sie

kann nur begrenzt sichtbar und verstehbar machen, wie sich der moderne Mensch in seinem Lebenslauf individualisiert.

Lebensläufe waren bis in die jüngste Vergangenheit, von einigen Ausnahmen – Künstlern insbesondere – abgesehen, nur wenig individuell. Sie waren vor allem typenhaft und vorgezeichnet. Sie waren auch gar nicht dazu geeignet, in ihnen so etwas wie Individualisierung zu suchen. Und weil sie hauptsächlich typenhaft, gruppenhaft, klassen- oder ständetypisch waren, war ihr Ablauf aus der Vergangenheit bestimmt: aus den althergebrachten Werten und Traditionen. – Wieso bist du ein Schuster? – Weil mein Vater ein Lederhändler war. – Wieso hast du diesen Mann geheiratet? – Weil unsere Eltern befreundet waren und nebeneinander wohnten.

Insofern ein solcher Lebenslauf »typisch« ist und man, vor allem, »Typisches« in ihm erwartet, reicht die historische Betrachtungsweise aus. Insofern aber seit dem 20. Jahrhundert Lebensläufe immer mehr das Typische verlieren und zunehmend Individualisierung im eigenen Lebenslauf gesucht wird, braucht es noch einen weitergehenden Gesichtspunkt, wenn wir einzelne Biographien in ihrer individuellen Gestaltung verstehen und sie beratend begleiten wollen.

Biographiearbeit, Biographieberatung ist in den letzten Jahren nicht entstanden, um bessere Erklärungen für einzelne Lebensläufe zu finden, sondern aus dem Wunsch heraus, Biographien als etwas Zielgerichtetes anschauen zu können. Es wuchs das Bedürfnis nach einer Sichtweise oder Haltung, die es erlauben würde, Biographien auf ihre Sinnhaftigkeit befragen, miterleben und beratend begleiten zu können.

Dieses Bedürfnis, einen Sinn im Lebenslauf erkennen und das Leben auch nach diesem Sinnverständnis führen zu können, spitzt sich natürlich in drängender Weise zu, wenn man in eine persönliche Krise gerät, wenn man nicht mehr weiter weiß. Dann will man eben nicht bloß wissen: Wie ist es nur dazu gekommen, dass ich nun so übel dran bin? Sondern man will heraus aus dieser Krise, man will ihren Zusammenhang mit der Fortführung des eigenen Lebens sehen. Man fragt nach ihrem Sinn. Und das Bedürfnis nach einer Antwort hat enorm zugenommen.

So kommt Herr K. zur Beratung mit der Frage, was er wohl falsch gemacht habe: Ihm ist, fast fünfzigjährig, zum ersten Mal in seinem Leben gekündigt worden. Voraus ging eine eskalierende Distanzierung

seitens der – meist jüngeren – Kollegen. Er wurde »gemobbt«, immer mehr abgeschnitten vom Informationsfluss der betrieblichen Abläufe, auch vom sozialen Leben im Betrieb und schließlich mit lächerlichen Beschäftigungsaufträgen gedemütigt. Herr K. sucht in der Beratung Orientierung in einem Augenblick, da ihn sein Weg in eine Sackgasse geführt zu haben scheint und noch nicht annähernd erkennbar ist, wie es mit ihm weitergehen könnte.

Wie weit ist ihm geholfen, wenn man nun für seine Situation nach kausalen Erklärungen sucht? Vielleicht lässt sich als »Ursache« des Problems seine Herkunftsfamilie heranziehen: Herr K. wuchs in einer sogenannten Patchwork-Familie auf, von der er sich ausgegrenzt fühlte. Die leibliche Mutter, der Stiefvater und die zwei Stiefbrüder schienen ihm eine verschworene Einheit zu sein, vor der er sich klein, unbedeutend und überflüssig vorkam. – Aber inwieweit könnten solche »Erklärungen« dafür ausreichen, erkennen zu können, wie es weitergehen kann? Die wirklich handlungsrelevante Frage ist ja nicht »Wo kommt das her?« sondern »Wo will das hin?« Und: Welchen Stellenwert, welche Bedeutung hat diese Krise innerhalb des gesamten Lebenszusammenhangs? Wie steht sie in Bezug zu den anderen Lebensfeldern von Herrn K.? Welchen Sinn hat die Krise? – Sie wirft also eine Frage nach der Zukunft auf.

Viele Menschen suchen heute in einer solchen oder ähnlichen Krise Beratung. Eine Lebenspraxis, die bisher getragen hat oder jedenfalls zu ertragen war, trägt nicht mehr; Lebenszusammenhänge, eine Partnerschaft, ein berufliches Engagement, die über Jahre Sicherheit gegeben haben und wie selbstverständlich zum eigenen Leben gehörten, werden plötzlich fremd und zuwider. Man empfindet sich in ihnen nicht mehr zu Hause. Bewährte Strategien der Konfliktbewältigung greifen nicht mehr. Es reicht jetzt nicht mehr aus, nach jedem Streit mit der Ehefrau »schön essen« zu gehen, nach dem Misserfolg im Beruf »ein paar Tage« wegzufahren oder andere zu beschuldigen. Früher gemachte Erfahrungen sind nicht mehr anwendbar. Das ist die Situation der Krise. Und solchen Krisen, Einschnitten und Eskalationen gegenüber bedarf es heute solcher Fragen wie: Was will daraus werden? Wo will das hin? Was möchte da werden, das ohne diese Krise offenbar nicht werden könnte?

Man kann ein Kunstwerk, das Bild eines Malers auch so anschauen: Was wird sein nächstes Bild sein? Wo will er hin damit? Was



sucht er, indem er dieses Bild so malt? Jedes Bild, jede Momentaufnahme eines Lebenslaufs kann als ein suchender Anfang gesehen werden – wenngleich es *auch* richtig ist, dass jedes Bild und jede Momentaufnahme eines Lebenslaufs auch ein Angelangt-Sein bedeutet.

Und gerade dieser vorwärts gerichteten fragenden Haltung bedürfen moderne Lebensläufe. Denn heutige Biographien spulen sich nicht mehr in vorgezeichneten Bahnen ab. Sie müssen zunehmend aktiv, gestaltend in die Hand genommen werden. Das Leben muss heute *geführt* werden.

Das kann aber nur mit Blick auf weiterführende Wege geschehen. Dieser Blick eröffnet die Sinnfrage und enthält ein aufrichtiges Element. Denn indem ich die zukunftsgerichtete Sinnfrage stelle, begegne ich mir schon wieder als aktiv Handelnder. Jetzt bin ich heraus aus dem passiven Erleiden der Krise. Die in die Zukunft gerichtete Frage erlaubt den Blick auf den aktiven eigenen Anteil daran, dass es weitergeht. Das ist das aufrichtigende Element. Der Erklärung suchende Blick in die Vergangenheit dagegen führt zum Selbstbild des Erlitten-Habenden.

Es geht also darum, ein vorwärts gerichtetes, aufrichtiges Element aufzusuchen, wenn wir moderne Lebensläufe betrachten, und zu lernen, dieses Element anzusprechen und aufzurufen, wenn wir Biographien beratend begleiten wollen. Es kommt nicht auf den lückenlosen Zusammentrag von Lebensdaten an, sondern auf die Krisenpunkte, Wendepunkte, Entscheidungssituationen, Einschnitte, Wechsel, kurz: Übergänge in einem konkreten Lebenslauf, wenn wir verstehen wollen, worauf er hinaus will. In den Übergängen spricht sich etwas von dem aus, was erst noch werden will. In ihnen ist immer damit zu rechnen, dass sich da jemand zu sich selbst aufzurichten versucht. Da wächst einer für einen kurzen Moment über sich hinaus. Da erscheint für einen Moment ein »roter Faden«, ein Sinnzusammenhang, und man ahnt, wofür sich jemand all diese Schwierigkeiten aufhalste. Etwas von den Lebenszielen kann in solchen Übergangsmomenten sichtbar werden.

Die Krise beginnt meist mit dem Gegenteil dessen, worauf sie hinaus will. Zunächst geht alles lange Zeit gut. Dann geht es schief. Dann ist die Ohnmacht da, eine elementare Ohnmacht: Man weiß nicht mehr, wie es weitergehen soll. Es ist eine Ohnmacht vor sich selbst. Solange man sich noch – in der Krise, wenn alles schief läuft – über den

Ehepartner, die Kinder, die Schwiegermutter ärgert, hat man den Punkt noch nicht erreicht, der hier als Ohnmacht angesprochen wird. Erst wenn man empfindet, dass der Kern der Krise eine Ohnmacht vor und mit sich selbst ist, dass man an sich selbst ohnmächtig ist, dass man vor sich selbst darniederliegt in einem Versäumnis, einer Schuld, einem Versagen, einer Illusion – erst dann ist eine Öffnung der Situation möglich, aus der Anschluss an die Sphäre der Aufrichtung gefunden werden kann. Und dies entsteht nicht in erster Linie durch die Erklärung, wie es nun zu dieser schlimmen Situation gekommen ist, vielmehr liegt das Weiterführende in der Einführung eines Neuen: im Anerkennen des Veraltet-Seins dessen, was bisher gegolten hat, und in der Bereitschaft zu Neuem. Wo man von sich selbst enttäuscht und vor sich selbst ohnmächtig ist, entsteht die wesentliche Frage, die weiterführt: Wer bin ich wirklich? Wer bin ich über das hinaus, was ich an mir kenne und was sich – bis zu dieser Krise – an mir bewährt hat? Wer bin ich über all die Besitztümer, Kenntnisse und Fähigkeiten hinaus, mit denen ich es doch so weit gebracht habe, mit denen ich mich so stark identifizierte, die mir aber doch in dieser Krise nichts nützen?

Das ist keine Frage, die sich mit einem psychologischen oder charakterologischen Gutachten beantworten ließe. Es ist die Frage: Was bin ich noch nicht, das ich aber sein könnte? Es ist die Frage nach der Entwicklungsmöglichkeit, der Entwicklungsnotwendigkeit. Das Individuum ist heute etwas, das sich immer noch entwickelt. Es ist nie fertig, ausgereift. Das Individuum ist etwas, das sich über seine verflossene Geschichte hinaus in der Zukunft erst noch sucht.

Ein erhöhtes Bei-Sich-Sein, wie es sich nach einem vollzogenen Entwicklungsschritt immer einstellt, entsteht aus dem Sich-Aufrichten gegen Widerstände und Hindernisse, zumeist innerer Art. Sie müssen nicht auf Antrieb als solche erkennbar sein. Sie können zum Beispiel auch die Form von Gewohnheiten haben, die in der Krise am Umdenken und neuen Handeln hindern. Auch Gefühlsprägungen aus früher Kindheit können zu Hindernissen werden, wenn nun eine unbefangene Sicht der aktuellen Lebenssituation erforderlich wäre. Widerstände gegen Entwicklungen können auch in der Selbst-Täuschung liegen: Man macht sich etwas vor über seine sozialen Fähigkeiten oder seelischen Kräfte und gelangt dadurch nicht zu einer realistischen Sicht der Dinge. Aber auch Fähigkeiten, Kompetenzen und Erfahrungen können unter Umständen Hindernisse darstellen: Man

versteift sich in der Krise darauf, bisher bewährte Fähigkeiten heranzuziehen; aber sie nützen nichts mehr.

Diese Ich-Qualität, das Element der Aufrichtung anzusprechen und aufzurufen, ist dann die Aufgabe der Biographieberatung: Wohin strebst du mit dem, was dir jetzt an Fähigkeiten und Unfähigkeiten, an Sicherheiten und Unsicherheiten gegeben ist? Durch welches Handeln kannst du dich an die Aufrichtekraft anschließen?

In der Biographieberatung soll das Individuelle in seinem Zukunftscharakter angesprochen werden. Das Individuelle ist noch nie *ganz* da. Es auf seinem Weg zur Ganzheit beratend zu begleiten, ist Inhalt der Biographieberatung. Diese fragt nicht: »Wie hätten Sie's denn gern?« sondern: »Wie können Sie angesichts der Ihnen jetzt gegebenen Situation sinnstiftend Ihr Leben weiterführen?« So ist Biographieberatung eine Art Entwicklungshilfe für das Individuelle und Einmalige eines Menschen. Die biographische Krise ruft nach einem aktiven Ergreifen des Schicksals, nach Schicksalsgestaltung. »Erkenne dich selbst« und »Ergreife dich selbst« – das ist heute das gleiche. Biographieberatung soll eine hinweisgebende Hilfeleistung sein auf dem meist langen und mühseligen Weg der tätigen Selbsterkenntnis.

Und es geht, ausgelöst zumeist durch Krisen oder Übergänge, um eine Selbsterkenntnis, die sich in erster Linie auf die Zukunft richtet, auf das, was ich noch nicht bin. Dieses Selbst, das sich da erkennen will oder soll, entsteht in gewisser Weise erst in dem Moment des Sich-Aufrichtens und Sich-Aufraffens. Erkennen und Gestalten sind hier eins.

So mag es auch in dem angeführten Fall weniger darum gegangen sein, durch die lebensgeschichtliche Analyse eine genaue Erklärung für die aktuellen Beziehungsverwicklungen zu finden, als vielmehr darum, den Sinn dieser Krise zu finden und daraus weiterführende Handlungsmöglichkeiten abzuleiten. Hier ging es für Herrn K. darum, Autonomie zu lernen, sich unabhängig zu machen vom Anpassungsdruck und Neid seiner Kollegen, für die nicht Erfahrung und überschauende Kompetenz zählten, sondern nur die unablässige Produktivitätssteigerung. Dass es um das Ziel der Autonomie ging, zeigte sich auch darin, dass sich zunächst das Gegenteil von Autonomie einstellte. Nicht nur finanziell, sondern auch, was seine Selbstachtung betraf, drohte Herr K. in eine lähmende Abhängigkeit von seiner Frau zu geraten. Sie war beruflich selbständig, eine selbstbewusste Frau mit vielfältigen sozialen Bezügen – und er, als jetzt Arbeitsloser, wiederum

klein, unbedeutend und wie überflüssig daneben stehend. Das Thema, um das es geht, spitzt sich also noch einmal zu – wie wir überhaupt oft finden, dass das, was als Krise erlebt wird, noch gar nicht der eigentliche Umbruch ist, sondern im Gegenteil zur letzten Zuspitzung, ja zur Karikatur dessen führen kann, was schon lange anwesend war.

Herr K. konnte erst in der erneuten Zuspitzung erkennen, worauf diese Krise hinaus wollte: Sich nicht mehr da heraus zu definieren, was er für andere war, ob er ihnen wichtig war oder nicht, sondern unabhängig von anderen seine Prägungen, Erfahrungen und Fähigkeiten einzusetzen und sich in dieser Unabhängigkeit zu erkennen. – Nach einer Umschulung wurde er Unternehmensberater und war bald so gefragt, dass er es sich aussuchen konnte, welche Aufträge er annehmen wollte.

In dieser Auflösung der Krise liegt kein Patentrezept, sondern nur das für diese Individualität jetzt Sinnvolle. Für andere Individualitäten in ähnlicher Situation kann anderes sinnvoll sein. Immer aber wird die tätige Selbsterkenntnis darin bestehen, die Sprache der Krise so zu hören, dass ein Klang aus der Zukunft ertönt.

Es geschieht immer mit einer gewissen Scheu, wenn man sich über den geistigen Wesenskern eines Menschen äußert. Es geht um sein »Höheres Ich« oder »Höheres Selbst«, sein Urbild. Es ist das Individuellste an einem Menschen und damit das Intimste.

Wenn ein Mensch aus der Not, der Krise, aus dem Scheitern sich zu dem wesenhaften Kern seiner selbst durchringt, so ist das immer ein bewegendes Ereignis. Dieses auf den Weg zu bringen und versuchsweise zu begleiten, ist der wesentliche Inhalt der Biographieberatung. Natürlich geschah schon immer und geschieht dieser Durchbruch auch ohne solche Hilfe. Jemand ringt sich zu einer schweren Entscheidung durch, und es ist, als käme da einer in einem erhöhten Sinne nach Hause – zu sich selbst. Er selbst mag es so erleben, als habe da schon jemand auf ihn gewartet. Und in der Tat: Er selbst, sein Urbild hat da schon auf ihn gewartet, zu dem er sich gerade erst durchgerungen hat, zu dem er sich gerade erst aufgerichtet hat. Und er empfindet: Jetzt erst bin ich Ich.

Wenigstens ahnungsweise weiß oder empfindet jeder Mensch, dass es eine »normale«, das heißt überwiegende Zeit im Vordergrund stehende Seite seiner selbst gibt und eine erhöhte Seite, die sich nur in Momenten des Übergangs, des Aufraffens vergegenwärtigt.

Worum handelt es sich bei dieser erhöhten Seite, dem Urbild, und worum handelt es sich bei dieser alltäglicheren Seite eines Menschen? Zunächst einmal bin ich natürlich das, was ich und andere tagtäglich an mir erleben, was ich von mir weiß, was ich an mir kenne. Diese Seite des Menschen kann man das Alltags-Ich nennen. Es erkennt sich in der Erinnerung. Dass ich weiß, wovon ich geprägt bin, dass ich mich von meinen Eltern, dem elterlichen Milieu herleite; dass ich die Vorzüge und die Schattenseiten meines Temperaments kenne; dass ich in mir das gleiche Holz erkenne, aus dem alle Menschen der Gegend, aus der ich stamme, geschnitzt sind; dass ich weiß, was mir sympathisch ist, was unsympathisch; dass ich meine Vorlieben

und Abneigungen kenne; dass ich meine Gewohnheiten und Sicherheiten habe; dass ich vermeide, was mir Unsicherheit bedeuten würde; dass ich meine Überzeugungen und politischen Meinungen habe – all das ist mein Alltags-Ich. Wenn mich jemand fragt, wer ich bin, wenn ich mich jemandem beim Kennenlernen vorstellen will, dann erzähle ich ihm davon.

Nun hat das vorangehende Kapitel gezeigt, dass dies – entgegen dem alltäglichen Anschein – noch nicht alles sein kann, was einen Menschen ausmacht. Es war zu sehen, dass besonders in Situationen der Krise, des Übergangs noch etwas anderes aufscheint. Die Krise, so wurde dargelegt, besteht ja eben darin, dass das Alltags-Ich nicht mehr weiterhilft. Es greift nicht mehr, was es sich bis dahin erworben oder was es als Grundausstattung mitgebracht hat: Fähigkeiten, Erfahrungen, Eigenschaften. *Der Entwicklungsschritt, der nun ansteht, kommt nicht aus dem Alltags-Ich.*

Das Alltags-Ich kann auch logischerweise nicht der Entwicklungsmotor sein. Biographie wäre dann nämlich nur die ständige lineare Fortschreibung dessen, was es bereits von sich kennt. Sie wäre eine Fortschreibung des Gewordenen. Das Alltags-Ich, das sich nur aus der Erinnerung kennt, besteht aus Gewordenem, aus Elementen also, die ihre Entwicklung schon hinter sich haben. Der Entwicklungsschritt besteht aber darin, dass jetzt, indem es sich aufrichtet, etwas qualitativ Neues in das Leben kommt. Der Entwicklungsschritt geht über das Gewordene hinaus.

Um es, der Deutlichkeit wegen, etwas schärfer auszudrücken: Das Alltags-Ich ist Gewordenes, Geronnenes, es ist immer gekennzeichnet durch ein Element der Erstarrung. Was früher vielleicht errungen und erobert werden musste, ganz individuell von mir, das ist jetzt, da ich es errungen habe und zu meinem Inventar zähle, typisch geworden, typenhaft. Es ist eine Art Maske, deren Wesen es ist, das Individuelle zu verbergen. »Persona« heißt im Lateinischen »Maske«. Das Wort leitet sich her von »personare«: hindurch-tönen. Also meine Persona, mein Alltags-Ich, das ist die typische Seite an mir. Dahinter gibt es noch eine individuelle Seite, die in Momenten des Übergangs durch mein Alltags-Ich hindurchtönt.

Das Wesen des Alltags-Ich ist Beharrung, Verbleiben bei dem, was man von sich kennt. Das Wesen des Höheren Ich ist die Wandlung. Das Höhere Ich weiß um alle Sinnmöglichkeiten, die sich in meinem

diesmaligen Erdenleben vergegenwärtigen könnten. Es hält den roten Faden – tatsächlich sind es immer mehrere rote Fäden – meines Lebens in der Hand, es kennt meine Geburtsimpulse und Lebensaufgaben, für die ich angetreten bin. Das Höhere Ich ist der Geistkern, der von Erdenleben zu Erdenleben wandert, jedesmal verändert und bereichert um die Erfahrungen, die eine bestimmte Individualität in einem Erdenleben mit sich gemacht hat und deren Quintessenz nun weitergetragen wird in den Ansatz eines erneuten Erdenlebens.

Das Höhere Ich ist die einzige Instanz im Menschen, deren Wesen Vorausblick, Vorangehen und Suche nach weiterführender Wandlung ist. So ist dieser innerste Kern, obwohl nie so direkt anschaulich und zugänglich wie das Alltags-Ich, der natürliche Verbündete des Beraters in der Biographieberatung.

Unter den anderen Instanzen bewegt sich das Gefühl in der Sphäre des Reagierens und kommt insofern immer hinterher. Auch da, wo es um das Fühlen von Zukünftigem geht, um Vorausahnung, Befürchtung und Angst, auch Vorfreude, sind wir in der Sphäre des Reagierens: Das Gefühl braucht einen vorgängigen Inhalt – der auch nur vorgestellt sein kann –, auf den es antworten kann. Darin liegt nichts Verkehrtes, aber auch nichts Richtung-Gebendes.

Und dann die Gewohnheiten im Tun und Denken: Sie leben erst recht aus der Vergangenheit. Man tut oder denkt etwas, weil man schon lange so tut und denkt und weil es sich bewährt hat. Auch diese Ebene im Menschen sucht das Neue nicht. Sie sucht das Geregelterte, Feste, allgemein Anerkannte und persönlich Bewährte.

Schließlich die physische Seite des Menschen: Sie in eine Wandlung hineinzunehmen, ist das Schwierigste. Manchmal erlebt man es: Jemand blüht körperlich auf in einer neuen Begegnung; jemand verjüngt sich über seine seelische Bewegung hinaus bis ins Leibliche, weil er geliebt wird. Aber auch in dieser Situation geht die Wandlung nicht von der Ebene des Physischen aus.

Es ist nur das Höhere Ich, das die Wandlung sucht und sie auch impulsieren kann. Nur das Höhere Ich sucht die Zukunft. Mit ihm zunehmend – wenn auch nie endgültig, so doch annäherungsweise – in Übereinstimmung zu kommen, könnte ein Sinn unseres Lebens sein.

Dadurch, dass uns ein Höheres Ich gegeben ist, sind wir immer mehr, als wir leben. Das Höhere Ich enthält immer wesentlich mehr

Möglichkeiten, als wir verwirklichen. So hat jedes Menschenleben eine unabschließbare Tendenz. Es trägt einen »Überschuss« in sich, Möglichkeiten, die nie Gegenwart werden, eine Größe, die real oft nicht erreicht wird. Daraus ergibt sich die wesenhafte Zukunftsorientiertheit eines jeden Schicksals und jeder Schicksalssituation. Da ist immer etwas, das ich noch nicht bin.

Üblicherweise ist dieses Urbild wie verstellt durch das Alltags-Ich. Es gibt aber ein klares Unterscheidungskriterium, mit dem wir zumindest nachträglich versuchen können auseinanderzuhalten, was Alltagsseite und was wesenhafte Seite an einem Menschen ist: Was zum Höheren Ich gehört, wandelt sich. Was in die Sphäre des Urbildes rückt, wird den Impuls haben, sich zu wandeln. Aus jugendlichem Zorn wird beim Erwachsenen Milde. Was zum Alltags-Ich gehört, hat die Neigung zu bleiben und sich zu verhärten, ja unter Umständen auch zu karikieren. Der jugendliche Zorn wird beim Erwachsenen Hass. Etwas ist vom Höheren Ich ergriffen, wenn es in die wandelnde Tat hineingenommen wird.

Damit hängt ein zweites Unterscheidungskriterium zwischen Alltags-Ich und Höherem Ich zusammen: Die Wandlung ist nicht einfach Veränderung. Der jugendliche Zorn wurde unter mancherlei und großer Anstrengung, in Selbstüberwindung und in vielen Momenten des Aufraffens und der Selbsterkenntnis zur Milde gewandelt. Es wird nicht einfach nur so, von allein, etwas anderes daraus. Das Neue, das aus dem Alten entsteht, ist immer errungen.

Dagegen ist Merkmal des Alltags-Ich entweder die Beharrung bis zur seelischen Sklerose oder die *beliebig* erscheinende Veränderung: Heute studiere ich Kunst; letztes Jahr war ich auf dem Erzieherseminar; nächstes Jahr mache ich eine Weltreise, und danach werde ich Mutter einer zahlreichen Kinderschar sein. – Auch das ist Alltags-Ich, denn die Veränderungen sind nicht errungen, sondern ausgedacht oder herbeigefühlt. Dahinter ist wieder die Neigung zum Beharren des Alltags-Ichs zu erkennen: Ich will bei meinem Selbstbild (beim künstlerischen Menschen mit tausend Möglichkeiten) bleiben. Würde ich mich auf nur eine der vielen Situationen, die ich für mich für möglich halte, einlassen, bestünde die Gefahr, dass ich meine Grenzen, meine Begrenztheit kennenlernte. Und *das* erst wäre, in diesem Zusammenhang, der Beginn einer eigentlichen Wandlung.



Die Biographieberatung erstrebt eine Art Imagination des Höheren Ichs des Ratsuchenden. Diese wird so nie Wirklichkeit werden, aber sie wird die Wirklichkeit immer mehr in ihren gestaltenden Griff nehmen können. Das Höhere Ich ist ein Tatwesen. Es sucht nie die Sicherheit und Gewöhnung, sondern die wandelnde Tat. Und darin liegt die Chance der Biographieberatung, die im vorangegangenen Kapitel als eine Art Entwicklungshilfe beschrieben wurde. Der zu Beratende wird zu immer sehr einfachen Wandlung freisetzenden Taten angestiftet: Gewohnheiten vorübergehend ändern, Unsicherheiten gezielt aufsuchen, die Dinge unter neuer Perspektive anschauen und dergleichen mehr.

Das Höhere Ich kann man inhaltlich nicht so bestimmen, wie man das Alltags-Ich eines Menschen bestimmen und beschreiben kann. Sein Wesen ist Aufbruch. In gewisser Weise gibt es das Höhere Ich *jetzt* noch gar nicht. Es ist immer das, worauf das Schicksal erst hinauswill. Das Höhere Ich hat nicht Eigenschaften, die man etwa irgendwie psychologisch messen könnte. Seine Substanz ist Aufbruch.

Wie aber kann man dann versuchen, sich ein Bild vom Höheren Ich eines Menschen zu machen?

Wir erkennen den Wesenskern eines Menschen an *seinem Werden*, an seinen zu Neuem aufbrechenden – inneren oder äußeren – Taten. Was wagt er? Was lebt in ihm über das hinaus, was er geworden ist und schon kann? Das Höhere Ich kann man, um es etwas pointiert auszudrücken, geradezu als das Gegenteil dessen bezeichnen, was jemand schon geworden ist. Ein erstes Bild entsteht deshalb näherungsweise, indem man das, was jemand ist, was man als sein Alltags-Ich kennt, *umdreht*. Denn das Geistige ist in gewisser Weise immer eine Art Umkehrung dessen, was irdisch-sinnlich erscheint.<sup>1</sup> Ist also jemand in seinem Alltags-Ich zum Beispiel sanguinisch bis chaotisch, dann kann sein Urbild damit zu tun haben, dass er sich das Gegenteil – hier also Klarheit, Systematik und Verbindlichkeit – dazu zu erarbeiten sucht, um vollständig zu werden.

So zu sprechen, heißt nicht, das Alltags-Ich gering zu achten. Das Alltags-Ich ist notwendig wie der physische Leib; es ist eine Art Kleidung für das Höhere Ich. Es kann überzeugend und schön sein, wie ein Leib, wie die Kleidung überzeugend und schön sein können. Das Höhere Ich kann gar nicht in reiner Form auf Erden anwesend sein. Und es würde diesen Zustand auch nicht wollen. Das verwirklichte Höhere Ich als irdische Situation wäre sinnlos.

Es hängt mit diesem »Prinzip des Gegenteils« zusammen, des »Umdrehens«, dass die Krise genau die Lebenssituation ist, in der etwas vom Höheren Ich hindurchtönt. Wenn das Alltags-Ich nicht mehr trägt – in der aufgelassenen Situation, in der vom Alltags-Ich nicht mehr strukturierbaren Situation, im Chaos –, dann kann das Element des Geistigen, hier in der Gestalt des Höheren Ich, in das Irdische hineinwirken. Das Geistige kann da ansetzen, wo eine irdische Ordnung aufbricht, eine Struktur zerfällt, etwas Gewohntes nicht mehr gilt. Wenn wir uns ihm nähern, uns eine Vorstellung vom Urbild des anderen machen wollen, so ist es sinnvoll, die Krisen und Umbrüche seines Lebens anzuschauen: Womit haben sie begonnen? Worin bestand die Ohnmacht? Und was hat der Betreffende daraus gemacht? – Eine alte Ordnung zerbricht. Für einen Moment ist alles offen. Dadurch werden die Verhältnisse berührbar für eine neue Ordnung, die etwas qualitativ Neues, eigentlich Gegenteiliges hereinbringt. Dazwischen liegt die Grenzsituation. Wenn ein Mensch in großer innerer Not ist, oder wenn man ihn sehr liebt, kann man etwas davon sehen, worauf es mit ihm hinaus will – in Grenzsituationen, in der Liebe. Und der Betroffene selbst – auch er wird wohl erst in Grenzsituationen, in Situationen der Liebe und im Tod seines eigenen Urbildes ansichtig werden.

Um sich die zentrale Bedeutung des Höheren Ich für den inneren Zusammenhang einer Biographie vor Augen zu führen, ist es sinnvoll, zu einer Modellvorstellung zu greifen, wie sie sich aus dem anthroposophischen Menschenbild ergibt: Das Höhere Ich ist nicht in der Weise im Menschen anwesend, wie es die Gewohnheiten, die Gefühle, das Denken, überhaupt das Alltags-Ich sind. Vielmehr strahlt es eher in den Menschen ein, von außen – von oben, wenn man so will. Es besteht also eine gewisse Distanz zwischen dem Ich, das sich im Alltag als solches erlebt, und dem geistigen Wesenskern des Menschen. Diese Distanz kann variieren. So ist sie gering in den beschriebenen Momenten des Übergangs und Sich-Aufraffens, und sie ist größer in Momenten, die auch in der Psychologie und Psychopathologie als »Ich-Störung« beschrieben werden: im exzessiven Alkoholgenuß, in der Geistesverwirrtheit. Auch in Schockmomenten kann sich das Höhere Ich gegenüber dem Alltags-Ich »lockern«. Außerdem kann diese Distanz auch von Person zu Person variieren; der eine ist seinem Urbild näher, der andere ferner.

Auf diesen Umstand, dass das Höhere Ich von außen in den Menschen einstrahlt, ist seine dreifache Wirkungsweise zurückzuführen:

1. Das Höhere Ich erscheint als Entwicklungsimpuls im Willensleben des Menschen.

2. Indem es von außen oder oben seine Impulse ausstrahlt, werden auch die Menschen, die sich im Umfeld bewegen und entfalten, und die Lebensumstände von dem persönlichen Höheren Ich erfasst. Es erscheint dann als von außen, durch andere Menschen oder bestimmte Lebensumstände zukommendes Schicksal, als mich-berührendes Handeln anderer, als Gelegenheit, als Zufall.

3. Schließlich strahlt das Höhere Ich von Anfang an in den Menschen ein. Deshalb gestaltet sich seine Leiblichkeit von der Zeugung an nicht nur nach dem Erbstrom, sondern auch nach den Gesichtspunkten des Höheren Ich.

Diese drei Wirkungsebenen des Höheren Ich sind noch zu erläutern.<sup>7</sup>

1. Das Höhere Ich als Entwicklungsimpuls in der Beobachtung des eigenen Seelenlebens: Dieser Gesichtspunkt ist mit Vorsicht zu handhaben. Nicht alles, was Impuls ist, ist schon eine Äußerung des Höheren Ich. Impulse aus dem Höheren Ich gehen immer auf Wandlung und damit auf Verzicht von Sicherheiten und Gewohnheiten. Impulse, die aus dem geistigen Wesenskern kommen, bringen, wenn sie in die Tat umgesetzt werden, immer die Notwendigkeit eines Verzichts mit sich.

Der Impuls, heute ins Freibad zu gehen, ist noch kein Impuls des Höheren Ich. Wünsche solcher Art sind normal und notwendig. Ihre Verwirklichung befriedigt das Alltags-Ich. Impulse aus dem Urbild dagegen sind unbequem für das Alltags-Ich, verlangen Einsatz und Überwindung und führen, wenn sie verwirklicht werden, zu einer auch als solcher empfundenen Vervollständigung der Person.

Wünsche aus dem Alltags-Ich drängen auf Wiederholung: Es war letzten Sonntag so gemütlich im Freibad, also möchte ich diesen Sonntag wieder hin. Impulse aus dem Urbild aber bringen immer eine neue Qualität und verlieren ihre voranbringende Kraft, wenn sie wiederholt werden. Niemand wiederholt so etwas. Es handelt sich um den einmalig als notwendig er-

kannten Schritt, seine Durchführung und das darauf folgende Empfinden, einen Schritt in Richtung Ganzheit gemacht zu haben. Er ist nicht beliebig wiederholbar, weil diese Dinge in die gesamten Lebensumstände so eingebettet sind, dass sie zu einem bestimmten Zeitpunkt als notwendig erkannt werden – und dann auch in die Tat umgesetzt werden müssen.

Während man die Realisierung von Wünschen verschieben kann, kann man die neue Tat nicht verschieben: Wenn es heute nicht reicht ins Freibad, gehe ich eben morgen. Habe ich aber einmal die Notwendigkeit erkannt, einen Dauerstreit mit einem Nachbarn zu beenden, weil mir mein eigener Anteil daran deutlich geworden ist, so kann ich das nicht verschieben. Der Urbild-Impuls entfaltet seine Kraft im Moment des Auftretens und verliert sie, wenn ich lieber erst noch dieses und jenes erledige. Für den Phlegmatiker kann der Impuls, Fechten zu lernen, das heißt, sich in zielgerichteter, kontrollierter und geistesgegenwärtiger Aggression einzuüben, aus seinem Urbild kommen – ein solcher übender Umgang mit sich selbst würde ihn vervollständigen, das heißt dazu beitragen, dass er *ganz* auf die Erde kommt. Und wenn er die Einsicht einmal hat, wird er sich sogleich anmelden. Der Impuls aus dem Höheren Ich, der im Bewusstsein als willensbetonte Einsicht erscheint, richtet sich immer auf etwas Ungeahntes, etwas nicht Selbstverständliches, auf etwas, das einem eigentlich, das heißt vom Alltags-Ich her gesehen, gar nicht liegt, das man aber als notwendige Ergänzung der eigenen Person erkannt hat.

Im künstlerischen Schaffen ist man den Impulsen des eigenen Urbildes in besonderer Weise nahe. Der Künstler bemüht sich nicht primär um das, was er kann, sondern um das, was er noch nicht kann. Sein Ringen um Ausdruck ist immer eine Suche nach Steigerung und Verwesentlichung. Er will über das hinaus, was er schon gemacht hat. Damit stellt er sein Werk und seinen Lebensgang in besonderer Weise unter die Gestaltungsmacht seines Urbildes.<sup>2</sup>

2. Indem mein Höheres Ich auch auf die menschlichen und zwischenmenschlichen Zusammenhänge meiner Umgebung einstrahlt und offenbar auch in die äußeren Abläufe, kommt es mir als mein Schicksal von außen entgegen. Ereignisse, bestimmte

Konstellationen, das Verhalten anderer Menschen mir gegenüber – all dies enthält auch Aufgaben, Herausforderungen und Impulse für mich. Eine andere Frage ist es, ob ich das erkenne und aufgreife. Wenn ich es nicht aufgreife, bleibt das, was um mich herum geschieht, Zufall. Wenn ich es erkenne und aufgreife, dann lasse ich es mir zufallen und nehme es als meines an.

Auch hier muss man nicht in schlechthin allem, was einem begegnet, das eigene Höhere Ich am Walten sehen. Man entwickelt seine diesbezügliche Wahrnehmungsfähigkeit am besten, wenn man sich in die Haltung einer Bereitschaft, sich von menschlichen Ereignissen und sachlichen Abläufen etwas sagen zu lassen, begibt. Es sind vor allem die Situationen und Schicksalsumstände, an denen ich mich stoße, die ich nicht ohne weiteres meistere, die ich vielleicht sogar loshaben möchte, in denen sich etwas von meinem geistigen Wesenskern ausspricht.

Und es spricht sich das Höhere Ich immer als Aufforderung aus. Angenommen, ich läge seit Jahren mit meinem Grundstücksnachbarn in einem erbitterten menschlichen und juristischen Streit, weil er nach meiner Meinung seinen Gartenzaun 5 cm zu weit auf mein Grundstück gesetzt hat. Ich kann nun sagen, das ist ein dummer Zufall, dass ich einen solchen Knülch als Nachbarn habe. Ich kann aber auch fragen: Welche Aufforderung liegt für mich in diesen Vorgängen? – statt nur den Blick darauf zu richten, was diese Vorgänge vielleicht über den Nachbarn aussagen. Was sagen sie für mich aus? – Und ich könnte, im Rahmen dieses Beispiels, vielleicht dahin gelangen zu erkennen, dass ich selbst in meinem Wesen dieses ausbreitende und raumgreifende Element habe, das mich hinsichtlich des Gartenzauns an meinem Nachbarn so nervt. In dieser Angelegenheit stoße ich mich also an einem Teil meines Alltags-Ich. Das so herbeigeführt zu haben, dass ich es nun hören kann – darin liegt ein Wirken meines Höheren Ich. Und ich kann nun prüfen, wo ich generell in den Willen anderer Menschen eingreife, und kann lernen, mehr auf die Belange derer zu achten, die mit mir zu tun haben, statt mich nur selbst faszinieren zu lassen von meinem eigenen starken Willensleben.

Aber es geht hier nicht um Zeichendeuterei. Schließlich ist nicht schlechthin alles, was passiert, eine Botschaft an mich. Im be-

schriebenen Sinne schicksalsverdächtig sind Umstände, die entweder eine entnervende Zähigkeit an den Tag legen – Monate und Jahre verfolgt mich das gleiche Ärgernis – oder sich hartnäckig wiederholen. Dies kann ein Hinweis darauf sein, dass ich die Aufforderung noch nicht verstanden habe. – Im Gartenzaun-Beispiel: Nach Jahren gebe ich auf, verkaufe Haus und Grund und baue woanders eine neue Existenz auf. Mit Sicherheit bricht nach kurzer Frist ein ähnlicher Streit los, diesmal um eine Garagenzufahrt.

»Das Schicksal« ist in solchen Dingen sehr geduldig. Es kann, wenn ich nicht »höre«, auch zehnmal solche Situationen herbeiführen – bis ich verstanden habe.

Insgesamt also führt das Höhere Ich Begegnungen herbei, Gelegenheiten, Umstände, innere und äußere Krisen. Natürlich sind diese Impulse auch verwoben mit den Bestrebungen der Höheren Iche anderer Menschen und eingebettet in übergeordnete Bestrebungen und Vorgänge. In Kapitel 7 soll dieser Aspekt ausführlicher dargestellt werden.

3. Das Höhere Ich spricht bereits zu dem gerade entstehenden, noch ungeborenen menschlichen Wesen. Es ist ein schönes Bild, dass die Haltung des Embryos im Mutterleib die Form eines Ohrs annimmt. Der werdende Mensch »hört« auf sein Höheres Ich, das dadurch an seiner Leiblichkeit mitbildet – längst bevor es auf die Seele, das Denken und Wollen des Betreffenden einwirken kann. Durch diesen Vorgang wird die physische Individualisierung erst möglich, denn die leibliche Grundausstattung ergibt sich ja aus dem Erbstrom. Am deutlichsten wird dies am Gesicht. Es ist der individuellste Teil der Leiblichkeit. Dass man ein Gesicht unter tausenden von Gesichtern wiedererkennt, obwohl es andererseits den Eltern und Geschwistern des Betreffenden ähnlich sein mag, ist Ausdruck dessen, dass das Gesicht ein absoluter Abdruck der Individualität ist.

Es ist anzunehmen, dass sich in weiterer Zukunft auch die übrigen Teile des Leibes immer stärker individualisieren werden. Je kräftiger das hereinstrahlende Ich ist, um so individueller kann die Leiblichkeit werden.<sup>3</sup>

Unerheblich ist in diesem Zusammenhang, ob jemand dick oder dünn, groß oder klein ist; wie er in seinem Leib steckt, wie er

sich des Leibes bedient, wie er sich mit ihm bewegt – darin liegt etwas von seinem Urbild. Es gibt deshalb auch das Erkennen der Individualität eines Menschen an seinem Leib. Im besonderen ist es – bei einem primär auf den Partner gerichteten Interesse – der Sexualität gegeben, in ihr ein Urbilderlebnis vom anderen haben zu können.

In dieser besonderen Nähe des Höheren Ich zur Leiblichkeit, zu ihrer Gestalt und ihren physiologischen Vorgängen, liegt auch die intime Verbindung mit ihrer Gesundheit und Krankheit. Tagsüber ist das Verhältnis zur Leiblichkeit stark vom Alltags-Ich, von der seelischen Befindlichkeit geprägt. Schon das kann sich, über die Brücke der Psychosomatik, körperlich auswirken. Aber nachts, im Schlaf, ist das Alltags-Ich abwesend, und dann kann das Höhere Ich den Leibesvorgängen Impulse geben, die über aktuelle Gestimmtheiten hinaus grundsätzliche Individualisierungsmöglichkeiten vermitteln.<sup>4</sup> So sind zum Beispiel chronische Krankheiten oder langfristig sich anbahnende Krankheiten, aber auch Beeinträchtigungen durch Unfälle oder Überbelastung darauf zu befragen, ob sie Individualisierungsaufforderungen enthalten, die offenbar anders nicht gegeben werden konnten.

Das Höhere Ich steckt also voller Impulse, ist selbst Impuls. Seine Substanz ist Aufbruch. Andererseits ist deutlich, dass wir nur das wenigste davon verwirklichen. Auch daraus ergibt sich die These von den wiederholten Erdenleben: Die diesmal nicht verwirklichten Impulse und Entwicklungsmöglichkeiten bringt man das nächste Mal wieder mit, wahrscheinlich in etwas veränderter Form. So hat man die Entwicklungschancen auch über dieses Erdenleben hinaus. Welche Geduld des Schicksals!

Das Wesentliche unserer irdischen Existenz scheint sich aus dem ständigen Aufgespanntsein zwischen Geistnähe und Geistferne zu ergeben, zwischen Höherem Ich und Alltags-Ich. Liebe und Freiheit können sich wohl nur von da entfalten. Es wäre deshalb unangebracht, das Alltags-Ich etwa geringer zu achten als das Höhere Ich. Beide sind gleich notwendig.