Warum wir anderen Vorwürfe machen und wie wir Gott erleben

Entwurf zu einer Phänomenologie der Gefühle

Thomas Niedballa

1. Definitionen

In gefühlsbetonten Situationen sprechen selbst Intellektuelle nicht mehr sachlich über ihre Mitmenschen. Wir alle haben gehört, jeder solle in Ich-Form von seinen Gefühlen berichten, ohne Vorwürfe zu machen. Doch diese seit Jahren propagierte Anleitung scheint gerade in den entscheidenden Konflikten nicht beachtet zu werden. Andererseits sind wir in sachlichen Gesprächen durchaus davon überzeugt, Gefühle seien Teil des Innenraums, der Seele, eines Menschen und keineswegs mit der festen, überprüfbaren Realität in Einklang. Doch warum machen wir denn gerade in emotionalen Krisen Aussagen über Andere, die der Form nach wie allgemeingültige Behauptungen über objektive Gegenstände sind?

Niemand sagt: »Ich bin voller Liebesgefühl, wenn ich an X denke« oder »Mein subjektives Empfinden ist voller Zorn«, sondern »Der X ist ein toller Mensch« oder »Der Y hat ganz böse Dinge gemacht, die mich wütend machen«. Und auch über Gott redet man nicht, indem einer seine religiösen Empfindungen deklariert, sondern da lobt und betet einer Gott an. In einer emotionalen Krise bewerten, beurteilen und benennen wir Dinge, Situationen und andere Menschen. So drücken wir uns aus. Es kann, so meine Vermutung, doch nicht nur fehlende Schulung oder pure böse Absicht sein, wenn wir Vorwürfe machen, andere Menschen beurteilen und verurteilen, statt über Gefühle in Ich-Form zu sprechen. Gefühle stellen eine gewaltige Macht in unserem Leben dar, und wir werden von ihnen bestimmt.

Meine Fragen lauten nach dem Wesen, dem Sein der Gefühle: Wie sind eigentlich Gefühle beschaffen, dass wir in solchen Situationen andere beurteilen? Welche Macht haben Gefühle über uns? Und welche Auswirkung haben sie für den Glauben an Gott? Mein Vorgehen ist phänomenologisch-wissenschaftlich. Ich versuche zu abstrakten Begriffen zu kommen, die das, was wir alle als Phänomene kennen und erleben, besser verstehen machen. Und diese Begriffe sollen helfen, die Fragen zu

beantworten.¹ Ich starte mit einer vielleicht ungewöhnlichen Überlegung. Wenn wir besonders in emotionalen Zeiten andere beurteilen und verurteilen, so könnte das ja nicht nur ein grausamer Fehler sein, sondern ein Hinweis auf das Phänomen »Gefühl«. Es gehörte dann zum Begriff der »Gefühle«, etwas zu bewerten und zu beurteilen.

Ich weiß, dass ich damit eine Begrifflichkeit benutze, die gerade in psychologischen Kreisen anders verwendet wird. Dort heißt es, man solle »seine Gefühle wahrnehmen, nichts bewerten«. Gefühle und Bewertungen sind da ein Gegensatz. Ich werde gleich erläutern, wie ich den Begriff »Bewertung« verstehe.

Es könnte nur sein, dass der Fehler, den wir in den »Vorwürfen« begehen, nicht in der Bewertung, sondern in einem Missverständnis unserer Situation besteht. Denn das ist wohl ohne weitere Begründung wahr: Dass Gefühle einem Menschen sagen, wie es ihm in der speziellen Situation geht. Gefühle sagen: »So und so geht es mir hier und jetzt«. Dies kann man durchaus als »Bewertung« bezeichnen, so wie wenn einer gefragt wird: »Wie war der Wanderurlaub?« Und er antwortet: »Na, gut bis befriedigend«. Das Scherzhafte an dieser Antwort ist ja nicht die Beurteilung selbst, sondern dass sie in Form einer Note gegeben wird, die wir für bestimmte Situationen reserviert haben. Aber eine Bewertung ist diese Antwort schon.

Ich möchte darum eine Arbeitsdefinition wagen, mit der ich versuche, der Sache auf die Schliche zu kommen. Die Arbeitsdefinition lautet: *Gefühle sind erlebte Bewertungen, und Gefühle sind bewertete Erlebnisse.*

Was damit gemeint ist, wird an der Umkehrung klar: Wenn ich relativ nüchtern eine Abrechnung fürs Finanzamt mache oder als Lehrer Noten in einer Klassenarbeit gebe, dann sind das auch Bewertungen, aber es fehlt ihnen zumeist der affektive Anteil. Es sind Zahlen, die berechnet werden, oder Noten, die relativ gefühllos gegeben werden, was man ja im negativen Fall auch dem Lehrer vorwerfen kann. Noten sind keine erlebten Bewertungen, da sind keine Gefühle im Spiel. Das gleiche gilt für andere Berechnungen, z. B. die Berechnung, ob die Tür und die dahinter befindliche Wand breit genug ist, so dass das Klavier beim Umzug hindurch kann. Diese Berechnung ist eine Bewertung der Situation, sie hat möglicherweise auch emotionale Konsequenzen, aber sie ist selbst kein Erlebnis und kein Gefühl. »Erlebt« heißt »mit Betroffenheit erfahren«.

Gefühle sind aber nicht nur erlebte Bewertungen, sondern ebenso bewertete Erlebnisse. Jemand freut sich nicht einfach so, sondern über den Waldspaziergang, den er gemacht hat, oder über das, was er während des

¹ Ich versuche darum die Verwendung bestimmter Theorien (Projektionstheorien, psychoanalytische Theorien) sowie vorgefasster Weltbilder (»Gefühle sind in der Innenwelt und subjektiv«) sowie naturwissenschaftlich-genetischer Erklärungsmuster zu vermeiden. Allein die Gestaltpsychologie wird verwendet, weil sie sich in Übereinstimmung mit den Phänomenen befindet.

Waldspaziergangs sieht. Und er berichtet über den Waldspaziergang dann auch nicht, als ob er buchhalterisch bestimmte Ereignisse wiedergebe, sondern indem er die Erfahrung zugleich als »schön« oder »schrecklich« oder in allen Bewertungsnuancen beschreibt. Dazu gehört eine wichtige andere Eigenschaft, die man den »Bezug« der Gefühle nennen könnte. Einer ist nicht einfach so traurig, sondern er ist »traurig über den Tod von Robert«. Ich will diesen Bezug der Gefühle weiter unten verfolgen. Inwieweit meine Überlegungen auch für »langfristige Gefühle« wie Liebe, Vertrauen oder tiefsitzende Stimmungen gilt, will ich zunächst offen lassen.

2. Einstellungen

So stark Gefühle auch sein können, so sehr sie auch das Leben mit Energie erfüllen, sie sind nicht mit dem Menschen identisch. Wenn man sich erst einmal klargemacht hat, wie wichtig Gefühle sind, wenn man sich traut, zu denken, dass Gefühle auch Glauben und Wollen, Entscheiden und Empfinden bestimmen, dann kommt man auf die Idee, der Mensch bestehe vielleicht nur aus Körper und Gefühlen. Erkenntnis und Wahrnehmung – alles besteht in Gefühlen. Alles ist Gefühl. Doch das stimmt nicht.

Wir können uns gegenüber unseren Gefühlen verhalten, wir haben eine Einstellung zu ihnen. Wir bewegen uns nicht in unseren Gefühlen wie der Fisch im Wasser, sondern eher, wenn der Vergleich ausgebaut werden soll, wie eine Amphibie im Wasser. Denn der Mensch kann in ein Verhältnis zu seinen Gefühlen treten. Wir stecken nicht vollständig darin. Wir können sie zulassen oder abwerten. Da wird z. B. einer überredet einen Waldspaziergang mitzumachen. Er sagt später: »Na, gut, dieses Mal, war der Waldspaziergang ganz gut. Aber ich hasse Waldspaziergänge, wie du weißt, du hast mich nur überredet. Ich fand den Spaziergang im Nachhinein auch eigentlich blödsinnig. Nein, das mache ich nie wieder«.

Diese Erfahrung ist zunächst kein neues Gefühl, sondern eine »Einstellung« gegenüber den Gefühlen. In diesem Fall hat einer die Gefühle nachträglich schlecht gemacht. Er hat also das Walderleben erst positiv bewertet und dann neu bewertet. Aber er redet nicht nur neu über den Wald, er redet auch über sich neu, also über seine Gefühle, denn er stellte ja zunächst fest, dass es schön war. Offenbar kann man eine Einstellung zu Gefühlen haben, diese Einstellung setzt eine Distanz voraus und eine bestimmte Wahrnehmung von Gefühlen, die nochmals distanzierter ist als der bloße Ausdruck.

Die erste mögliche Einstellung ist die bloße Distanzierung, die sich bei Kindern in der Trotzphase findet, die einfach »Nein« sagen, und darin zugleich ihr »Ich« finden. So wie kleine Kinder erst langsam lernen, »ich« zu sagen, indem sie sich von der durch die Erwachsenen bestimmten Situation abgrenzen. Das Kind hebt sich im Ich-Gefühl aus dem Chaos der Gefühle und Erlebnisse heraus. Diese Erfahrung ist grundlegend. Sie er-

möglichst dem Menschen, sich selbst gegen die Situation zu behaupten und darin sich zu finden. Ich nenne diese Einstellung »Ich-Gefühl«, auch wenn ich damit gegen die psychologische Tradition formuliere. Dieses Ich-Gefühl gehört auf eine andere Ebene als die der Situation, es findet sich hier die sekundäre Ebene der Einstellungen. Entsprechend nenne ich die ursprüngliche Einheit von Situation, Erleben und Gefühl »primär«.² (Das ist der Zustand, wenn der Frosch im Wasser ist).

Zur sekundären Ebene gehört aber noch ein weiteres. Der Mensch lernt nicht nur, sich gegen Situationen und damit gegen Gefühle zu stellen. Er kann sich ebenso in Gefühle bewusst hinein begeben. Er kann sich außerdem für Situationen verantwortlich fühlen. Wir nennen es *Verantwortungsgefühl*, doch es ist nicht von der gleichen Art wie primäre Gefühle der Trauer oder Freude. Die Verantwortung haben bedeutet: dass einer sich für den Schöpfer des primären Gefühls und der primären Situation ansieht.

An einem Beispiel soll noch einmal der Unterschied zwischen einem primären Gefühl und einer sekundären Einstellung gezeigt werden: Wenn einer Kopfschmerzen hat, so kann er sie einfach registrieren und hinnehmen. Dann bewegt er sich durch den Schmerz in einer primären Situation, wie alle Schmerzen mit primären Gefühlen gemein haben, dass sie uns in einer elementaren Lebenssituation fesseln und festhalten. Doch derjenige kann sich in ein Verhältnis, damit in eine Distanz zu den Kopfschmerzen (und allen anderen Gefühlen) setzen, indem er nach ihrer Ursache fragt. »Warum habe ich heute Kopfschmerzen?« oder »Was habe ich gestern Abend unternommen, so dass ich heute Kopfschmerzen bekomme?« Damit wird Verantwortung für die Ursachen der Kopfschmerzen übernommen: ich gehe damit in der Zeit zurück und überlege, dass ich der Schöpfer der morgendlichen Situation bin. In diesen Gedanken bin ich nicht mehr »bei« den primären Gefühlen, sondern in der Ursachenfrage. Wer nach Ursachen fragt, ist nicht mehr in der Situation und seinen primären Gefühlen gefangen.

Das Gefühl für »Ich« und das Gefühl für »Verantwortung« setzt beides eine Möglichkeit der Distanz von der Situation voraus. Wer stets und immer in der Situation verschmolzen ist, der schwimmt von Gefühl zu Gefühl (wie der Fisch im Wasser) und von Situation zu Situation, er erlebt sich nicht in Distanz und findet auch keine Einstellung zu den Gefühlen. So gesehen, sind es nicht nur Gefühle, die uns bestimmen und die Erlebnisse bewerten, sondern es gibt mindestens eine andere »Instanz«, die neben oder mit oder über den Gefühlen besteht und den Menschen aus-

² Nach Abschluss der Grundgedanken der Arbeit habe ich entdeckt, dass es bei D. Wyss, Zwischen Logos und Antlogos, eine ähnliche Unterscheidung zwischen dem »alogischen Erleben« und dem Logos gibt und dass Schmitz ebenso zwischen der primitiven Gegenwart und der emanzipierten Ebene unterscheidet. Einen genaueren Vergleich kann ich hier nicht führen.

macht. Diese Instanz ist die sekundäre Ebene. Sie ist die trockene Ebene gegenüber den Gefühlswässern (die aber Amphibien nicht zu lange anstreben dürfen).

3. Ich-Einstellung und Schuldgefühl

Doch es gibt noch weitere Formen der Einstellung auf der sekundären Ebene. Einer kann zusätzlich noch ein Maß an eine Situation anlegen, das nichts mit seinen Gefühlen zu tun hat. Das Maß lässt sich zumeist in Sätzen (Regeln) explizieren.

- »Der Regen war ärgerlich, aber wichtiger ist, dass es für die Bauern gut war.«
- »Ich bin todtraurig, aber das darf nicht sein, ein Indianer weint nicht.«
- »Jetzt ist mir eine Sache missraten, und das hätte nicht passieren dürfen.«

In allen Fällen wird eine Messlatte angelegt, die Situation überprüft, das Gefühl gemessen und gewogen: so und so hätte es richtig sein müssen oder ist es gut. Einer misst die Formung der Situation, also auch seine Gefühle an dem, was er für die ideale Situation hält.³ Während der eine also in dem primären Gefühl bleibt und einfach traurig, enttäuscht, fröhlich, begeistert usw. ist, erlebt der andere gleichsam neben diesen Gefühlen eine Distanz und ein Maßnehmen. Es ist, als würde er ein paar Schritte zurückgehen und sich die Sache, sein Gefühl betrachten und abwägen, ob alles seine Richtigkeit habe.

Aus dem ursprünglichen primären Erleben, in dem einer eins mit der Situation und dem Gefühl war, ist nun ein Dreiklang geworden, ein Dreieck aus Ich-Maß-Situation. Wenn nun aber die Einstellung hinzukommt, er sei der Schöpfer der Situation, dann führt das Maß zu einem Mangelerkennen und damit zum »Schuldgefühl«. Das Maßnehmen sagt: »So sollte es nicht sein!« und das Verantwortungsgefühl sagt: »Und ich habe es gemacht!« Beides zusammen ergibt das Schuldgefühl; dieses ist demnach ein sekundäres Gefühl! Darum sagen ja manche Seelsorger zu einem, der von Schuldgefühlen gequält ist: »Ja, deine Situation ist schlimm, doch nimm sie hin, *mach es nicht schlimmer* durch deine Schuldgefühle!«

Wieder lassen sich primäre und sekundäre Gefühle unterscheiden: »Claudia hat mich verlassen. Da bin ich traurig«. Darin liegt die Bewertung der Situation durch das primäre Gefühl: Trauer über einen Verlust. Wenn aber das Maß und die Ursachenfrage hinzukommen, entstehen

³ Hier würden die psychologisch Geschulten sagen: »Genau das meinen wir mit Bewertung«. Ich nenne es hier Maß, damit ich nicht eine Begriffsverwirrung erzeuge. Man könnte auch indizieren: Gefühle bewerten Situationen, das ist Bewertung »Eins«, und moralische Gesichtspunkte bewerten wiederum die Gefühle (Bewertung »Zwei«). Das hätte schon Sinn, weil Schuldgefühle tatsächlich Gefühle sind und demnach etwas mit Bewertung zu tun haben. Doch der doppelte Gebrauch von »Bewertung« ist m. E. nicht ratsam.

Schuldgefühle. »Solch ein Verlust darf nicht sein« und »Ich bin total verantwortlich für meine Beziehung«.

Um noch einmal an den Anfang dieses Teils zu erinnern: *das Schuldgefühl setzt eine gewisse Distanzierung und einen Schöpfungsglauben voraus: Schuldgefühl ist eine Form des Ich-Gefühls.* »Ich fühle mich verantwortlich für einen Mangel«. Darin drückt sich Handlungsmacht aus. Wir sind wer, wenn auch im Negativen. Schuldgefühl ist damit eine Form von Stolz und zugleich eine Selbstentwertung.

4. Der Bezugspunkt in Situationen

Wir haben eben festgestellt, dass die ursprüngliche Einheit des Erlebens durch Ich- und Verantwortungsgefühl verlassen werden kann. Die ursprüngliche Einheit kann aber auch anders angesehen werden, nämlich differenziert, gegliedert. Die Situation gliedert sich selbst auf in Vorder- und Hintergrund. Wir bleiben also in einem primären Erlebnis, doch entdecken in ihr einen Unterschied. Das möchte ich in einer kurzen Geschichte deutlich machen.

»Nehmen wir an, ich gehe in meinem Waldspaziergang auf eine Lichtung zu. Ich bin guter Stimmung, es beginnt zu dämmern, die Luft, die Geräusche, die Farben, die Hölzer und Gräser, die wechselnde Perspektive auf dem Weg – das alles ist die Situation Waldspaziergang, und ich freue mich. Da treffe ich auf eine Lichtung. Die Bäume treten zurück, eine weite Wiese liegt vor mir, glitzernd im verdämmerten Tageslicht. Ich stoppe, betrachte die ganze Weite. Gegenüber am anderen Ende der Wiese beginnt der Wald, der sehr rasch dunkel wird. Plötzlich fällt mir eine Gestalt auf, leicht versteckt im Unterholz. Die Figur erinnert an einen Hund. Es raschelt, als ich genau hinsehe, entdecke ich ein Paar glitzernde Augen. Mich durchzuckt der Schreck, das ist ein Hund, vielleicht ein Wolf. Ich beginne mich zu fürchten. Der Hund scheint mich zu beobachten. Was soll ich tun? Ich höre keine Vogelstimmen mehr, die Wiese schrumpft in ihrer Entfernung, hat keine Weite, keine Fläche mehr, nur noch lineare Entfernung zu dem gegenüber stehenden Wolf. Er und ich – alles andere ist egal. Ich bin voller Furcht. Ich warte auf seine Reaktion. Soll ich langsam zurück? Er scheint starr auf mich fixiert zu sein. Allmählich gewöhne ich mich an den Schrecken. Ich überlege ruhiger. Da passiert es: ich trete versehentlich auf einen trockenen Ast auf dem Boden, stolpere leicht, es knackt und kracht. Schnell beobachte ich wieder die Gegenseite. Der Wolf scheint nicht zu reagieren. Schaut er überhaupt hierher? Die Augen gewöhnen sich an den Anblick, die Furcht weicht der Frage. Ich wundere mich, gehe einen Schritt nach rechts. Schau erneut hin. Sind das überhaupt Augen? Ich mache ein, zwei Schritte auf die Wiese zu. Nichts passiert. Ich werde skeptisch gegenüber meiner ersten Angst. Ich entdecke eine Einzelheit am Boden, dort wo der Hund steht. Das sind doch keine Beine! Ich sehe genauer hin. Da liegt ein Holzklötz.

Ich gehe langsam auf das Tier zu. Das ist überhaupt kein Hund. Schon gar kein Wolf. Das ist nur ein Stapel Holz, auf dem jemand etwas Glitzerndes vergessen hat. Kein Hund. Statt Schrecken Erleichterung, vielleicht Ärger, dass ich mich so schnell habe schrecken lassen. Entspannung. Die Wiese ist eigentlich ganz schön. Man könnte hier einmal Picknick machen. Ich sollte zurückgehen.«

In diesem Beispiel wird eine Situation beschrieben, in der die Freude durch Furcht ersetzt wird und zwar in genau demselben Maße, wie die Figur des Wolfes als Gegenüber wahrgenommen wird. Dabei entschwindet das Gesamtbild und die Situation wird verdichtet. Die Gestaltpsychologie spricht davon, dass eine Figur auf einem Hintergrund hervortritt. Das Gefühl korreliert mit der Figur. Je genauer die Figur wahrgenommen wird, desto stärker wird das neue Gefühl. Dabei sollte man nicht sagen: eine neue Situation ist eingetreten, sondern die Situation verändert sich durch eine neue Figur. Die Gliederung der Situation, die für die Gefühle entscheidend ist, geschieht durch den Wechsel von Vorder- und Hintergrund. Der Wolf wird Vordergrund und tritt als Figur in der Situation auf. Die Gefühle folgen dieser Wahrnehmung.

Eine solche Figur (den Hund) nenne ich *Bezugspunkt der Situation*. Die Situation ist zunächst diffus, mannigfaltig⁴, das Gefühl ist eine Stimmung »Freude«. Dann entsteht eine Änderung, die Figur tritt hervor, das Gefühl »Furcht« wird auf die Figur konzentriert, sie erhält einen Bezugspunkt. Die Situation ändert sich also, es tritt notwendigerweise in unserer Betrachtung ein Faktor »Wahrnehmung« auf, der zu einer Gliederung der Situation führt. Die Aussage über primäre Gefühle lautete ja anfangs: »Hier und jetzt fühle ich mich in der Situation so und so.« Nun lässt sich der Bezugspunkt mitdenken: »Hier und jetzt fühle ich mich angesichts des Bezugspunktes so und so.« *In Situationen können Bezugspunkte vorliegen, die die Wahrnehmung wie das Gefühl konzentrieren.* Das Gleiche gilt aber auch für andere Situationen. »Ich hörte gerade, der Robert ist gestorben. Es ist so schrecklich. Ich habe ihn gestern noch kerngesund gesehen. Und nun Herzschlag.« Die Trauer bezieht sich auf »den Verlust von Robert«. Ich habe in meinen Gefühlssituationen immer auch einen Bezug zu etwas. »Ich bin verzweifelt über ..., traurig über ...«⁵

⁴ H. Schmitz, *Der unerschöpfliche Gegenstand, Grundzüge der Philosophie*, Bonn 1990, 65 ff, bspw.: »chaotische Mannigfaltigkeit der Situation« (67).

⁵ Es ist ein Unterschied, ob ich meine Situation beschreibe und sie insgesamt als Bezugspunkt meiner Gefühle formuliere, oder ob ich »innerhalb« einer Situation einen Bezugspunkt entdecke. Ich will den Ausdruck »Bezugspunkt« für den zweiten Fall reservieren. Der Bezugspunkt in der primären Situation gehört selber zu den primären Gefühlen, eine gesamte Situation als Bezugspunkt anzusehen, gehört auf eine zweite Ebene. »Der ganze Waldspaziergang war eine Katastrophe, ich bin sehr enttäuscht«. Damit ist ein Gefühl beschrieben, kein Bezugspunkt. »Der Waldspaziergang wurde durch den Hund zu einem schaurigen Erlebnis«. Damit ist ein Bezugspunkt innerhalb der Situation »Waldspaziergang« benannt.

5. Warum Vorwürfe an Andere leicht fallen

Kommen wir zur Ausgangsfrage zurück. Warum machen wir anderen Vorwürfe? Wir erleben eine negative Situation: Enttäuschung einer Erwartung, ein schlechtes Essen, unangenehme Verhaltensweisen eines Anderen, Situationen, in denen wir uns unwohl fühlen, in denen Ärger, Trauer, Angst da ist. Warum bleibt es nicht beim Ausdruck: »Ich bin verzweifelt« oder »Ich bin traurig« – sondern wird zu einem Vorwurf an den Anderen, zu einer Aussage über Andere?

Zum einen sind Gefühle häufig Gefühle mit Bezugspunkt, wie wir eben sahen. Es gibt keine »Trauer an sich«, sondern nur »Trauer, dass mir jemand fehlt«. Doch das erklärt noch nicht die Vorwürfe an Andere. Die Vorwürfe an Andere sind immer Vorwürfe an Menschen, die man für die Situation verantwortlich hält. Man sieht sich also nicht in einer gegebenen Situation oder in einer selbstgemachten Situation, sondern als Opfer Anderer. Zunächst einmal empfindet jemand die Situation als übel. »Hier und jetzt geht es mir schlecht«. Dann stellt sich gleichsam auf sekundärer Ebene das Messen ein: »Es gibt doch Situationen, in denen ich mich besser fühlte oder fühlen könnte«. Man vergleicht seine üble Situation mit einer alternativen. Da Figur und Furcht verschmolzen sind, denkt einer: »Ohne Wolf keine Furcht!«. Dieses lebendige Gefühl, das einen bezwingt und stärker als man selbst ist, macht zugleich die Figur lebendig. Der furchtauslösende Wolf ist lebendig, er agiert, handelt oder wartet erregt (wie ich selbst bin) ab, mir zu schaden. Man müsste sagen: Nicht ich fühle, ich werde gefühlt. Das Agieren des Wolfs und sein Handeln (auch sein Abwarten) ist mein Gefühl. Je lebendiger das Gefühl, desto aktiver die agierende Figur. In Wut können kleine Kinder den Balken hauen, an dem sie sich gerade den Kopf gestoßen haben. Mein Gefühl passt sich dem Agieren des Wolfs nur an. Das Bewegen ist primär, mein Gefühl nur Reaktion, so denke ich. Also ist der Wolf Ursache für mein Gefühl. (Man kann diese Gefühlslogik auch für Trauer, Wut, Eifersucht durchspielen).

Im Vorwurf wende ich mich nun gleichsam gegen den Bezugspunkt meines Übels, um ihn aus der Situation zu bringen (Gestalttherapie nennt das: »Ich versuche ihn zu zerstören oder zu vernichten.«). Der Vorwurf geht den Anderen an, spricht ihn an. Wer dem Anderen Vorwürfe macht, erhebt sich mit dem Ich-Gefühl trotzig gegen den Bezugspunkt, um sich gegen den schmerzverursachenden Bezugspunkt zu behaupten. Er will sich aus der Situation herausbringen, sich distanzieren.

So wird aus der primären Beschreibung »Ich bin traurig, weil er weg ist« der Satz »Dieser Schweinehund, er ist schuld, er ist einfach abgehauen« (worüber man ja bei einem Schweinehund froh sein müsste). Aus der primären Beschreibung »Ich bin in Zweifel über die Bibelstelle gekommen« der Satz »Die Irrlehrer versuchen die Bibel in Frage zu stellen.«. Aus der primären Beschreibung »Ich hatte keinen schönen Tag« der Satz über die Ehefrau: »Die ist nicht einmal in der Lage, das und das zu tun...«.

Es gibt nun auch das Gegenteil, nämlich die Gefühlsäußerung im positiven Fall auf eine Ursache zurückzuführen. Aus dem Satz »Es schmeckt einfach toll« wird der Satz »Ist das nicht eine tolle Köchin?« Da kann es sich ja nicht um eine Flucht handeln? Offenbar gibt es auch das Bedürfnis, eine Ursache in anderen zu suchen, wenn es einem gut geht. Dies mag damit zusammenhängen, dass es hier um eine Erweiterung geht: zusätzlich zu den primären Gefühlen der Lust bekommt man nun die sekundäre Gefühle, mit der Ursache des Ganzen verbunden zu sein. Denn der Satz »Ist das nicht eine tolle Köchin?« klingt ja oft wie »Ist sie nicht mir eine tolle Köchin?«. Das erhebt und verbindet und verschönt das ganze Essen. Ob das in allen Fällen die Ursache ist, will ich einmal offen lassen.

Das Ergebnis ist ernüchternd: Sätze über Andere, insbesondere Vorwürfe, die einen Anderen in seinem Verhalten oder als Person bewerten, entstammen dem Bedürfnis, den Bezug der Gefühle als Ursache zu benennen, um in Distanz zu den negativen primären Gefühlen zu kommen.

6. Gottesbild und Einstellung I: Gott und Moral

Wenn Gefühle unser Leben bestimmen, dann müssen auch Glauben und religiöse Einstellung von Gefühlen bestimmt sein. Es stellt sich dann die Frage, wie Gotteserfahrungen von Gefühlen bestimmt sind bzw. welche Gefühle diese Erfahrungen begleiten. Glauben findet nicht in einem luftleeren Raum und nicht in einer reinen Seele statt. Er bewegt und wird bewegt und darum ist die Frage nach Gefühlen statthaft. Es hat den Anschein, als gehörten »Gottesbild« und »Gefühl« zusammen. Ein Gott des Gerichts gehört zum Gefühl der Ehrfurcht und Furcht, ein Gott der Barmherzigkeit zum Gefühl der Liebe.

Betrachten wir »Gott« als Gottesbild auf der Ebene der Einstellung bzw. der sekundären Gefühle. Wir bewegen uns jetzt quasi wie die Amphibien auf Land. Das Ich-Gefühl, das sich bei den Propheten herausbildet, sich bei Hiob gegen Gott behauptet oder im spätmittelalterlichen Nominalismus als freier Wille gegen den wollenden Gott auftritt – entspricht einem Gottesbegriff auf der Ebene der sekundären Gefühle. So wie einer der Situation gegenübertritt oder sie beherrscht, so ist Gott einer, der (alle) Situationen beherrscht und von ihnen zu unterscheiden ist (Gott ist von der Welt getrennt, Schöpfer und Geschöpf sind unendlich unterschieden). Das impliziert eine bestimmte Einstellung gegenüber den primären Gefühlen.

Entweder finden wir Gott, indem wir vor den primären Gefühlen fliehen. Das ist die Basis aller religiösen Askese und Weltflucht: Gott ist da, wo die primären Gefühle nicht sind, er ist außerhalb jeder Situation und der Welt. Oder wir finden Gott, weil er Maß der Situationen ist. Er bestimmt und regelt die Situationen. Er ist der Richter. Wenn einer dann die Ursache der Situationen ist und damit Schöpfer seiner Situationen, dann sieht er

Gott als sein Maß und seinen Richter, Gott erscheint auf dieser Ebene als Gewissen. Er ist Stimme seines Schuldgefühls oder seines Stolzes.

Auf dieser Ebene geht es im Entscheidenden um Einstellungen wie Kontrolle, Verursachung, Schuldgefühl, Verantwortung. Das Ich-Gefühl ist damit vernetzt. Wenn ich also im Tiefsten Gott auf dieser Ebene sehe und wahrnehme, wird mein Gottes- und mein Selbstbild, mein Kontrollbedürfnis und mein Verantwortungsgefühl miteinander verbunden sein. *Gott ist im Wesentlichen mit Kontrolle, Über-Ich und Moral verbunden, und mein Selbstbild besagt: ich bemühe mich, stets jede Gefühlssituation so zu formen, dass sie Gottes idealem Maß entspricht.*⁶

Das bedeutet demnach: primäre Gefühle und Situationen müssen gelassen werden oder extrem kontrolliert werden, wenn der Mensch nicht an seinem Ich-Gefühl oder an seinem Glauben Schaden nehmen will. Über die Phänomenologie eine religionskritische Fragestellung hinein würde eine Vermutung gehören, wonach hier der Glauben an Gott zu einem Schutzmechanismus gehört, der vor der Hingabe und dem Aufgehen in Gefühlen bewahrt.

7. Gottesbild und Einstellung II: Gott und Dank / Klage

Es gibt nun das Phänomen, dass ein Gefühl so stark wird, dass es die Einstellung zur Situation übersteigt und das Ich-Gefühl mit erfüllt. Aus der Freude in einer primären Situation wird das Heraussteigen von Gefühlen, die dem Ich noch als »Geschehen« bewusst werden. Der Mensch fühlt nicht nur, er lässt sich von seinen Gefühlen der Freude mitreißen und weiß, dass es geschieht. »Ich bin hier so glücklich, ich könnte die Welt umarmen« – das Gefühl steigt und wird zur Dankbarkeit. Wenn »Gott« als Gegenüber des Ich-Gefühls erlebt wird, dann wird diese Dankbarkeit Gott gegenüber gezollt. Die Situation wird plötzlich so erlebt, dass sie gerade nicht als von mir geschaffen, sondern mir gegeben angesehen wird. (Dankbarkeit ist wie Schuldgefühl und Stolz ein sekundäres Gefühl.) Dass hier besonders Sprachformulare, z. B. vorgegebene Psalmen, helfen, soll nur am Rande erwähnt werden. Zumeist beziehen sich Dank und Klage auf konkrete Bezugspunkte, an denen Gewinn und Verlust deutlich werden.

Während die o. g. Einstellung lautet: »Ich schaffe meine primären Situationen« lautet hier die Einstellung: »Etwas Anderes als ich selbst schafft meine primären Situationen«. In beiden Fällen wird die primäre Situation einem Anderen als ihr selbst anheim gestellt. Situationen sind nicht einfach da, sie werden gemacht: von mir, was Grund für Schuldgefühl und

⁶ Das lässt sich an Kants Gottesbild deutlich machen. Vgl. H. Böhme / G. Böhme, Das Andere der Vernunft. Zur Entwicklung von Rationalitätsstrukturen am Beispiel Kants, Frankfurt am Main 1984.

Stolz ist, oder von Gott, was Grund für Dankbarkeit und Klage / Vorwurf ist. Denn letztere, die Klage, ist die Kehrseite der Dankbarkeit, sie rührt von einer primären Situation, die nicht durch Zufriedenheit und Freude, sondern durch Mangel und Verlust oder Enttäuschung gekennzeichnet ist. In beiden Fällen wird Gott als Schöpfer angesehen. Da die sekundäre Beurteilung einer Situation vom »Maß« abhängt, ist es so, dass Menschen, die ein steiles ideales Maß haben, Situationen meist negativer beurteilen als Andere, die leichter zufrieden sind. Die Anspruchsvollen werden also Gott als Richter und anzuklagenden Schöpfer, sich selbst als stolzen oder schuldigen Verursacher ansehen, je nachdem, welchen Anteil an Verursachung sie sich oder Gott zuweisen.

Ist »Gott« also nur auf der Ich-Ebene der Einstellungen und sekundären Gefühle zu erkennen, also Glauben insbesondere mit Stolz / Schuldgefühl bzw. Dank / Klage verbunden? Ersteres führt auf den weiten Bereich der Gotteserfahrung, die mit den theologischen Stichworten »Gesetz« und »Weltkritik« verbunden sind. Bestimmt die Hälfte ihrer Energie hat die Christenheit in die Bewältigung dieser theologischen Frage und ihrer praktischen Konsequenzen gesteckt!

8. Primäre religiöse Gefühle und der Bezugspunkt in Situationen

Aber nun bestehen wir ja nicht nur aus einem kontrollierenden Ich, das gleichsam über den Gefühlen schwebt. Wenn wir anfangs von Gefühlen sprachen, so sind es ja die primären Gefühle, deren Energie unser Leben ausmacht, die uns Orientierung und Lebenssinn geben und die die Situationen begleiten. Wir leben in Situationen, und darum leben wir auch in primären Gefühlen!

Und da ist nun kein religiöses Gefühl, keine Gotteserfahrung zu Hause? Welche Erlebnisse sind denn so, dass ich etwas darin als Gott und darin Gott bewerte? Welche Bewertungen sind denn so, dass ich darin Gott erlebe? Wo sind die Situationen, in denen ich sage: »Hier und jetzt geht es mir so und so – und da ist Gott!« Bevor wir uns an die Beantwortung der Frage machen, schauen wir uns den formalen Rahmen an. Wir stellen zunächst als Bedingung fest, dass es ein gewisses Nachlassen und Verzicht auf ein Ich-Gefühl sein muss, dass mit solchen Gefühlen einhergeht. Diese Gefühle müssen von Hingabe begleitet sein (Hingabe an die Situation, an das primäre Gefühl). Das ist hier nichts Neues, sei nur als Gegenbegriff zur Kontrolle bezeichnet. Wer Hingabe lernen will, muss nichts lernen, sondern etwas verlernen, nämlich sein Festhalten an der Ich-Identität gegenüber der Situation.

Wie wir am Beispiel mit dem Wolf gesehen haben, gibt es Situationen, in denen ein Bezugspunkt die Situation in Vorder- und Hintergrund gliedert. Dieser Bezugspunkt erscheint dann oft als einziger Anlass für das Gefühl und dem Betreffenden wird nicht die gesamte Situation, sondern

der mächtige Bezugspunkt zum Gegen-Stand des Gefühls, also dann meist auch zur scheinbaren Ursache des Gefühls.

Das lässt sich auf religiöse Gefühle übertragen. Da, wo Götter mit bestimmten Figuren verbunden wurden und werden, wo es also Situationen gibt, in denen Götter mit Vordergründigem verknüpft werden, erscheint der Gott dann als die Gefühlsursache. Gott fühlen – das heißt dann: das Vordergründige erleben wie eine fallende Vase, einen Wolf bei der Lichtung, eine blühende Rose. Religiöse Gefühle sind da auf konkrete Figurwahrnehmungen bezogen. Das primäre Erleben in einem Bezugspunkt findet sich in allen Religionen: Es gibt heilige Räume, Orte, Zeiten und Personen⁷. An diesen Stellen ist ein Gott heilig und da. Sicherlich: das narrative und bilderfeindliche Alte Testament hat dieses Erfahren doppelt korrigiert:

- zum einen erzählt es die gesamte Situation: es ist nicht jeder Dornbusch, der Gotteserfahrung enthüllt, sondern die Situation, in die nun einmal David, Jakob, Mose hineingeraten sind;
- zum anderen relativiert das AT die Situation, indem es immer nur Offenbarungen Gottes bzw. des Engels Jahwes annimmt, d.h. aber es ist nicht Gott, der da gefühlt wird, sondern das, was er hier und jetzt von sich preisgibt.

Und es gibt die prinzipielle Korrektur: die in der protestantischen Linie Luther-Barth wichtig war: es gibt keine Raum, keinen Ort und keine Gruppe und keinen Menschen (außer Jesus), die nicht durch den Heiligen Geist relativiert und in ihren menschlichen und vergänglichen Werten aufgezeigt wurde. Diese Korrektur kann man »prophetisch« nennen. Propheten sind hochmoralische und Ich-gefüllte Menschen, die darum nicht nur mit primären Situationen, die vom Verhalten der Menschen bestimmt sind, kritisch umgehen. Genauso scharf kritisieren sie Gotteserfahrungen, die an Bezugspunkten primärer Situationen (Tempel, Zion, Gottesdienst) gemacht werden. Prophetische Einstellung ist moralisch und gottesdienstkritisch zugleich. Der Prophet ist ein Individuum als Gegenüber zu primären Situationen.

Nun sind, wie wir an dem Beispiel des »Wolfes« sahen, bestimmte Gefühle »nicht begründet«. Damit ist gemeint, dass sie in primären Situationen mit Wahrnehmungen von Bezugspunkten einhergehen, die sich durch weitere Wahrnehmungen als trügerisch erweisen. Der Sachverhalt muss so kompliziert ausgedrückt werden. Eine Korrektur auf dieser Ebene ist eine Korrektur eines fälschlicherweise entstandenen Interpretationsaktes innerhalb der Wahrnehmung: »Ich nehme dieses da als Wolf wahr«. (Es gibt keine Korrektur der Wahrnehmung durch Fakten außerhalb von Wahrnehmung).⁸ Ein solcher Irrtum kann auf der Ebene der Re-

⁷ Vgl. Schmitz' Analyse der göttlichen Atmosphären in: *Der unerschöpfliche Gegenstand*, a. a. O., 439ff.

⁸ H. Rombach, *Phänomenologie des gegenwärtigen Bewußtseins*, Freiburg i. Br. 1980, 175.

ligion nur selten vorkommen. Der Satz »Ich nehme diese Opferung als Gottes Handeln wahr« ist so nicht durch Wahrnehmung korrigierbar, das damit verbundene Gefühl also auch nicht in derselben Weise »unbegründet« wie im Falle der Wahrnehmung des Wolfes. Es gibt also primäre Erfahrungen Gottes mit Bezugspunkten, die in prophetischer Einstellung kritisiert werden.

9. Primäre religiöse Gefühle ohne Bezugspunkt

Ein christlicher Mystiker und ein Buddhist lächeln über religiöse Erfahrungen, die Gefühle mit Bezugspunkten verbinden. Gott kann doch nicht mit einem Bezugspunkt einhergehen? Gibt es demgegenüber eine Hingabe an primäre Gefühle, die ohne Bezugspunkt bleibt? Welche Gefühlsarten kommen in Betracht? Da wären die ozeanische Erfahrung, das Aufgehen in Wasser und Sonne, in Tanz und Rausch, in Liebe und Musik. Primäre Gefühle können eine Verbundenheit mit der Situation bedeuten, in denen das Ich-Gefühl geradezu reduziert ist. Solche Gefühle werden in Religionen mit mystischen Erfahrungen verbunden, sie werden in den Tänzen der islamischen Sufis gemacht, in charismatischen Gottesdiensten und Freizeiterfahrungen und in vielen gemeinsamen Erlebnissen in religiösen Gruppen. Solche Hingabeerlebnisse – dem Ich-bezogenen Anspruchsvollen und Propheten ein Gräuel – sind in vielen Fällen mit »Gottesgefühl« verbunden, können dann in sekundärer Übersteigerung mit Dank erlebt werden.

Wir müssen also im Rahmen dieser Untersuchung offen lassen, welche primären Situationen als göttlich erfahren werden. Der Zen-Buddhismus sagt: alle und keine! Wir erfahren die Buddha-Natur, wenn wir die Strasse fegen. Einchristlicher Mystiker würde es ähnlich sagen. Bei dieser Feststellung, die hier nicht entfaltet werden kann, soll es zunächst einmal genügen.

10. Der Überstieg primärer Gefühle

Wir sahen, dass die Vorstellung »Schöpfer« mit dem Übersteigen der Gefühle der »Freude« verbunden ist. Ähnlich ist die Klage ein Ausdruck und eine Interpretation des Mangelgefühls. Wenn wir aber im gewöhnlichen Gespräch von Dank und Klage reden, beziehen wir uns zumeist auf konkrete Dinge, die Anlass zu Gewinn- oder Verlustgefühl geben. Dabei wird dann das Augenmerk zu schnell auf die einzelnen Bezugspunkte gerichtet und die Gesamtsituation und das persönliche Gefühl in der Situation vernachlässigt. Sehen wir aber auf das Gefühl, so stellt sich die Frage, ob sich das Übersteigen nur auf bestimmte primäre Gefühle mit Bezugspunkt anwenden lässt. Warum sollte sich denn Gottes Schöpfermacht nur auf

spezielle Situationen der Freude und des Mangels beziehen? Zudem ist die Entscheidung, das Ich-Gefühl mit der Kontrolle und der sekundären Einstellung zu verbinden, noch einmal zu befragen.

In Dank und Klage sehen wir eine Einstellung, die keineswegs mit »Kontrolle« zu kennzeichnen ist. Wenn nun diese Einstellung als »Wahrnehmung« und »Überstieg« zu kennzeichnen ist, so ließe sich diese Einstellung auf alle primären Gefühle übertragen. Dann könnten alle Gefühle und alle primären Situationen gottbezogen sein. Mittelbar zwar, über eine Einstellung der Wahrnehmung und des Überstiegs, doch im Verhältnis zu Kontrolle und Maß durchaus »direkter« als das Gefühl der Kontrolle. Gott gibt alle Situationen und Gefühle. Daraus resultiert nicht nur das Gefühl der Dankbarkeit (als ob es nichts zu klagen gäbe), sondern das Wahrnehmen aller Gefühle der primären Situationen: Mangel, Leid, Trauer, Lust, Freude, Schönheit, Glück, Zufriedenheit, Ärger. Diese Gefühle sind Gotteserfahrungen, insofern sie gottgegebene Orientierung in einer gottgegebenen Situation sind.

Der Vergleich zu »Schuldgefühl« und »Dank« soll das Gesagte deutlicher machen: Schuldgefühl bedeutet: Ich bin ich, weil ich gerade nicht in der Situation bin, sondern sie geschaffen habe, und an ihrem Resultat gemessen werde, so wie ich sie an dem Maß messe. Dank bedeutet: Ich bin der Freude hingegeben und übersteige sie, weil ich sie als von Gott gegeben annehme. Übersteigen aller Gefühle bedeutet hier: Ich bin ich, indem ich meine primären Gefühle wahrnehme, mich ihnen hingebende und darin Gott erkenne. Ich nenne diese Erfahrung »Übersteigen«, weil sie wie der Dank nicht automatisch und phänomenologisch mit dem primären Situation gegeben ist, sondern eine Art Hingabe und eine Einstellung ist.

Diese Erfahrung ist insofern eine andere als die des Danks und der Klage, als diese meist Bezugspunkte im Alltag haben und diese Bezugspunkte nun als Gegenstände missverstanden werden können, die direkt von Gott verursacht sind. Die theologische und religiöse Konzentration fragt dann nicht mehr phänomenologisch nach der Ursache meiner Situationen, sondern nach der Ursache des Dings, das als Ding der Freude zum Dank, als Ding des Mangel zur Klage führt. Gott ist der Schöpfer des Dings, das Freude macht oder Leid, und rückt damit in Konkurrenz zu positivistisch verstandenen Naturursachen der Gegenstände.

Die Abhängigkeit aller Gefühle von Gott verleugnet nicht den Bezug des Bezugspunkts zum wertenden und erlebenden Gefühl. Sie sieht und erlebt eben alle Gefühle von Gott – und die Vielfalt der Gefühle ist nicht ersetzbar durch die positivistische Reduktion auf vorhandene oder abwesende Dinge. Ich habe nun sehr formal vom »Übersteigen der primären Gefühle« gesprochen. Es gibt aber einen Namen für diese Einstellung, der jedem bekannt ist.

11. Vertrauen

Diese Hingabe als Einstellung gegenüber allen Gefühlen – nicht nur in Mangel und Dank bedeutet eine Art der Hingabe, die allerdings über ein ozeanisches Hinfließen in Situationen hinausgeht. Zudem ist die Möglichkeit anderer Einstellungen, z. B. als Verantwortungsgefühl ständig gegeben und häufig sozial gefordert. Die Einstellung ist also in gewisser Weise eine bewusste Hingabe. Sie unterscheidet sich von einer zen-buddhistischen, die zumindest in der Praxis der gelebten Religion (vielleicht ist es in der Theorie anders), die Askese nahe legt, damit keine Hingabe kennt. Eine korinthische Einstellung, die die Freiheit auch leiblich kennt, was Paulus teils kritisiert, oder eine tantrische Einstellung in Teilen tibetischen Buddhismus betonen die Erfahrung durch die Gefühle und primären Situationen hindurch.

Diese Einstellung nenne ich Vertrauen. Vertrauen ist der Vorgang, der sich in die Wechsel primärer Gefühle gibt, dabei sich Gott und der Geschichte der Situationen anbefiehlt und damit rechnet, dass letztlich Gott es gut meint.

Vertrauen ist hier bewusst gegen Kontrolle und Moral gesetzt, die das Ich gegen die Situation und das primäre Gefühl festhalten. Hier gehören also Vertrauen, Hingabe, Gelassenheit hin. Nun kann man auch erklären, wieso sich hier die klassische Dualität zwischen Gesetz und Gnade wiederholen: Kontrollgefühl und Stolz bzw. Schuldgefühl werden ersetzt durch die Hingabe an den Gott, der auch durch die negativen Gefühle hindurch führt. Schuldgefühl wird dann ersetzt, diese Ersetzung ist so radikal, dass es selbst wie ein primäres Gefühl behandelt werden kann, das angenommen und dann vergeben werden kann.

12. Zusammenfassung

Wir haben also folgenden Weg durchlaufen:

1. Gefühle bewerten erlebte Situationen und sagen: So geht es mir hier und jetzt. Solche Gefühle und Situationen nenne ich primär.
2. Manche dieser Situationen haben einen Bezugspunkt, der als Vordergrund und Figur auf einem Hintergrund prägnant aufscheint und Korrelat zum Gefühl ist.
3. Auf einer sekundären Ebene besteht die Einstellung zu primären Situationen, insbesondere das Ich-Gefühl, das in Distanz zur Situation gehen kann, das Verantwortungs- und Kontrollgefühl, dass das Ich als Erzeuger der primären Situation ansieht. Zur sekundären Ebene gehört auch eine externe Bewertung, das Maß einer Situation, mit der eine gesamte Situation und die Gefühle bewertet werden, z. B. als moralisch-ideal. Das Ich-Gefühl hängt mit dem Schuldgefühl zusammen.

4. Aus der Bedrängnis unangenehmer Gefühle fliehen Menschen, indem sie Andere zur Ursache ihrer primären Gefühle machen, insbesondere indem sie die Bezugspunkte ihrer Gefühle zur Ursache ihrer Erlebnisse erklären.
5. Auf der Ebene des Kontrollgefühls erscheint Gott als Gewissen und Richter.
6. Wenn Freude überstiegen wird und die primäre Situation als von Gott verursacht angesehen wird, entsteht Dank gegenüber dem Schöpfer der Situation. Wenn das Übel überstiegen wird, entsteht Klage gegenüber Gott. In beiden Fällen erscheint Gott als Schöpfer.
7. Primäre religiöse Gefühle mit Bezugspunkt befinden sich in urtümlichen Erfahrungen im Gottesdienst oder an heiligen Orten.
8. Primäre religiöse Gefühle ohne Bezugspunkt werden als Hingabe in Tanz, Rausch, Versenkung, Gemeinschaft usw. erlebt. Das Ich erlebt sich darin als zeitweise aufgehoben und aufgelöst.
9. Es gibt die Möglichkeit, primäre Gefühle religiös zu übersteigen, indem sie bewusst wahrgenommen, angenommen und als Gabe Gottes angesehen werden. Die sekundären Gefühle, die damit verbunden sind, sind Vertrauen, Gelassenheit und Ruhe im Gegensatz zu den o.g. Schuldgefühl, Stolz, Verantwortungsgefühl. Vertrauen und Glauben stehen hier versus Angst und Sorge (vgl. Mt 6, Heidegger).
10. Das Ich, um das es in Vertrauen und Gelassenheit geht, ist einerseits nicht das kontrollierende Ich des Verantwortungs-Macher-Gefühls (sekundäre Ebene, Einstellung: Verursachung und Maß; Gott als Richter, Ich als Verantwortlicher). Es ist auch nicht das Ich, das sich nur in Auflösungserfahrungen (tierisch) erlebt (primäre Gefühle der Einheit oder der Furcht vor dem Bezugspunkt, sekundäre Ebene: Einstellung: Hingabe; Gott in Auflösungserfahrung oder Gott als Heiliger am heiligen Ort). Es ist ein Ich, das sich im Wechsel der Situationen (primäre Ebene) und Einstellungen (sekundäre Ebene) erlebt und weder die Gefühle nur kontrolliert noch sich in den jeweiligen wechselnden primären Situationen aufhebt.
11. Zentrale Einstellung und entscheidendes sekundäres Gefühl ist das Vertrauen, der Glaube. Das Korrelat dazu ist das Gottesbild des vertrauenswürdigen und lebendigen Gottes. Lebendig ist Gott genauso wie Gefühle und Situationen lebendig sind.

Darum sollen wir uns in Gott bewegen, nicht wie die Fische im Wasser der Gefühle, auch nicht auf Land und in ständiger Sorge vor dem Meer, sondern im lebendigen Wechsel zwischen Wasser und Land, Gefühl und Ich-Behauptung.

Bibliographie

- Böhme, H. / Böhme, G., Das Andere der Vernunft, Zur Entwicklung von Rationalitätsstrukturen am Beispiel Kants, Frankfurt a.M. 1984.
- Fuchs, Thomas, Leib – Raum – Person, Entwurf einer phänomenologischen Anthropologie, Stuttgart 2000.
- Fuhr, R. / Gremmler-Fuhr, M., Gestalt-Ansatz. Grundkonzepte und -modelle aus neuer Perspektive, Köln 1995.
- Perls, F. / Goodman, P. / Hefferline, R., Gestalttherapie. Grundlagen, München 1992.
- Rombach, H., Phänomenologie des gegenwärtigen Bewusstseins, Freiburg i.Br. 1980.
- Schmitz, H., System der Philosophie, Bonn 1964-1980.
- , Der unerschöpfliche Gegenstand. Grundzüge der Philosophie, Bonn 1990
- , Neue Grundlagen der Erkenntnistheorie, Bonn 1994
- , Höhlengänge. Über die gegenwärtige Aufgabe der Philosophie, Berlin 1997.
- Wheeler, G., Kontakt und Widerstand. Ein neuer Zugang zur Gestalttherapie, Köln 1993.
- Wyss, D., Zwischen Logos und Antilogos. Untersuchung zur Vermittlung von Hermeneutik und Naturwissenschaft, Göttingen 1980.