

Inhalt

Vorwort	7
<i>Verena Kast</i>	
Neid und Eifersucht – auch eine therapeutische Herausforderung	10
<i>Doris Titze</i>	
Der besondere Blick	29
Perspektivenwechsel durch kunsttherapeutische Methoden	
<i>Ralf T. Vogel</i>	
Die »Integration« des Schattens	55
Vom Nutzen und Schaden von Neid, Minderwertigkeit und anderen Schattenaspekten	
<i>Marga Löwer-Hirsch</i>	
Neiden und Gönnen in Coaching und Supervision	69
<i>Alina Treiger</i>	
Kain und Abel – Interpretation aus jüdischer/rabbinischer Sicht	93
<i>Petra Bahr</i>	
Gönnen und Neiden – theologische Anmerkungen	112
<i>Wunibald Müller</i>	
Gönn dich dir selbst	122
Von der Kunst, sich gut zu sein	

Thomas Jorberg

Geld als Gestaltungsmittel der Gesellschaft – zwischen Gier und Selbstlosigkeit	145
--	-----

Wolfgang Teichert

Großzügigsein	157
Vom Zauber der Verschwendung	

Anhang	181
Zitatnachweis	181
Bildnachweis	181
Kurzbiografien	182

Vorwort

Wenn wir anderen etwas gönnen, erleben wir uns als wohlwollend, großzügig, großherzig. Wir haben Freude am Wohlergehen der anderen, können uns mitfreuen, haben Anteil an dem, was gelungen, was schön, was bewundernswert ist. Wir erfahren uns als in Beziehung stehend zu anderen Menschen in einer Lebenssituation der Fülle.

Sind wir neidisch oder missgünstig, erleben wir einen Stich an Missbehagen angesichts von etwas, das der andere oder die andere hat, finden es ungerecht, sind traurig oder voller Hass und möchten, dass der andere auch nicht hat, worum wir ihn beneiden.

Gönnen und Neiden ereignen sich in menschlichen Beziehungen und haben einen großen Einfluss auf diese. Entweder sind wir gütig, gönnend, liebevoll miteinander verbunden oder aber im Hass fixiert auf den Menschen, den wir beneiden; dann wird die Beziehung unterbrochen, ist vielleicht gar zerstört, und dennoch bleibt man fixiert aufeinander, fast wie in einer Liebesbeziehung.

Wenn in der griechischen Mythologie Tyche auftritt, die Göttin des Glücks und der Fülle (Fortuna bei den Römern), ist sie meistens von der Göttin Nemesis begleitet. Nemesis war ursprünglich eine Göttin der ausgleichenden Gerechtigkeit, für das Gleichgewicht im Leben zuständig. Später wurde sie zur Rachegöttin: Sie rächte Vorkommnisse, die nicht in Ordnung waren, z. B. einen ungesühnten Mord, aber sie trat auch in Aktion, wenn etwas zu viel war, zu groß, zu schön – wenn Tyche wieder einmal zu großzügig gewesen war. Das gibt zu denken!

Wir unterscheiden einen destruktiven Neid, in dem wir die Tendenz haben, dem Neiderregenden zu schaden und etwas zu zerstö-

ren, von einem depressiv-lähmenden Neid, der sich darin äußert, dass man überzeugt davon ist, nie zu erreichen, was man beneidet, es aber dennoch dringend haben zu müssen, gerade weil der andere es hat. Dabei zerstört man sich selbst. Und dann gibt es noch den Ehrgeiz stimulierenden Neid, der zum Rivalisieren anregt: Wenn der andere/die andere das kann, dann kann man es selber auch erreichen, wenn man sich nur genug anstrengt.

Einen solchen rivalisierenden Neid gab es zwischen Goethe und Schiller. Goethe war auf den Ruhm des Jüngeren neidisch, sah in ihm »nichts anderes als eine ungute Erinnerung an den eigenen, inzwischen überwundenen Sturm und Drang. Und Schiller sah in Goethe eine *stolze Prüde, der man ein Kind machen muss, um sie vor der Welt zu demütigen*. Es musste einiges geschehen, ehe Schiller an Goethe schreiben konnte: *Wie lebhaft habe ich [...] erfahren, dass es dem Vortrefflichen gegenüber keine Freiheit gibt als die Liebe* und Goethe Schiller gegenüber erklärte: *Sie haben mir eine zweite Jugend verschafft und mich wieder zum Dichter gemacht, welches zu sein ich so gut als aufgehört hatte* (Safranski 2009, S. 12). Liebe ist stärker als Neid.

Der Neid hat auch eine gesellschaftliche Funktion. Aristoteles sah den Neid als ein demokratisches Prinzip, um soziale Gerechtigkeit herzustellen. Er plädierte dabei aber ausschließlich für den öffentlichen, fairen Wettkampf, nicht aber für den privaten Neid. Dass der Neid auch ein gesellschaftliches Problem mit großer Sprengkraft ist, mit einem Potential, Beziehungen zu zerstören, Zusammenarbeit unmöglich zu machen, zeigen auch die vielen kollektiven Bemühungen, den Neid zu minimieren. Das waren etwa die Theorien von der Vorherrschaft einer Elite, oder die verbreitete Überzeugung, dass man im Jenseits für Entbehrungen in dieser Welt belohnt wird, oder aber auch die Sozialutopie der Kibbuzim. Gerade dieses Projekt, von dem man sich viel zur Eindämmung von Neid erhofft hat, ist in dieser Beziehung gescheitert. Gleichheit gibt es immer nur vorübergehend, und im Neidmodus sehen Menschen auch Unterschiede, wo keine sind. Ganz abgesehen davon geht es unter Menschen nicht immer gerecht zu.

Menschen sind ab und zu einfach neidisch und handeln missgünstig.

Der Neid ist ein verborgenes Gefühl, man zeigt ihn nicht. In politischen Situationen ist er oft verborgen in einer Kritik, die sich zwar sachlich gebärdet, aber unsachlich ist, nicht wirklich auf die Sache, sondern auf den Mann oder auf die Frau zielt. Versteckter Neid führt dazu, dass man keine gemeinsamen Lösungen finden kann, einander ständig das Gefühl gibt, nicht in Ordnung zu sein. Das aber führt wiederum dazu, dass die Motivation und das Selbstwertgefühl der Einzelnen schwindet.

Es ist, auch wenn es unangenehm ist, unabdingbar wichtig, den eigenen Neid wahrzunehmen und sich zu fragen, ob man wirklich destruktiv handeln will. Es ist aber ebenso wichtig, auch unsere gönnenden Seiten wahrzunehmen: Gesucht werden Formen der Teilhabe, trotz des Neids, der uns ja auch herausfordern kann. Überlegungen aus der Psychotherapie können uns darauf hinweisen, wie der Neid sich maskiert, aber auch, welchen Sinn er hat und wie damit umgegangen werden kann.

Mit diesen und anderen verwandten Fragestellungen befassen sich die einzelnen Beiträge in diesem Buch. Es zeichnet die Internationale Gesellschaft für Tiefenpsychologie (IGT) aus, dass ein Thema aus der Sicht verschiedener Disziplinen behandelt wird. Das macht auch den Reiz der Zusammenstellung der an der Tagung der IGT gehaltenen Vorträge in diesem Band aus.

Mai 2012

Verena Kast

Literatur

Safranski, R. (2009): Goethe und Schiller. Geschichte einer Freundschaft. Hanser, München.

DORIS TITZE

Der besondere Blick

Perspektivenwechsel durch kunsttherapeutische Methoden

Wahrnehmung

Der Maler und Kunsttheoretiker Hans Platschek spielt in einer Karikatur mit dem Klischee des Malers, der aus einem Defizit heraus arbeitet und dem Betrachter seiner Bilder erklärt: »Ich wäre ja lieber Schriftsteller geworden, aber ich hatte nichts zu sagen.« Hier könnte das Thema Neid ansetzen, die Frage, was besser ist: das Schreiben oder das Malen, das Erzählen mit Worten oder die Erzählung des Bildes. Oft werden verbale und nonverbale therapeutische Verfahren als konträr betrachtet, obwohl sie sich gegenseitig bereichern. Wenn wir uns die Worte *und* die Bilder gönnen und sie uns nicht gegenseitig neiden, wird unser Leben reichhaltiger. Auch Bilder erzählen Geschichten, doch sie wollen entsprechend gelesen werden.

Die Linie ist die direkteste Form, eine körperliche Bewegung in eine Fläche zu übertragen. Eine Linie erschließt einen Weg oder setzt Grenzen. Es ist ein Abstraktionsvorgang. Linien machen uns aktiv unsere Welt bewusst: Unsere Welt entsteht in dem Moment, indem wir uns selbst bewusst wahrnehmen. Wenn man sich selbst bewusst gegenübersteht und sich selbst formuliert, ist man sich nicht ausgeliefert, sondern steht sich handelnd gegenüber. Es entsteht ein Dialog: mit sich selbst, mit dem Bild, mit anderen. So lässt Hanns Josef Ortheil in seinem berührenden Buch *Die Erfindung des Lebens* ein bis dahin stummes Kind durch das Zeichnen schreiben und schließlich sprechen lernen: »Wenn die Buchstaben und Worte unter einer Zeichnung oder einem Bild standen, konnte ich mir sogar jede Einzelheit merken. Ich stellte mir einfach die Zeichnung vor, die Zeichnung der Eiche, wie sie da mit ihren leicht verkrüppelten Ästen und

Zweigen wie eine leicht aus den Fugen geratene Skulptur vor mir auftauchte! Zu genau dieser Zeichnung gehörte der Satz: *Das ist eine Eiche*. Eine Zeichnung, vier Worte, ein Punkt. So war das, und es war wirklich ganz einfach.« (Ortheil 2009, S. 176.)

Der Vater erforscht mit seinem Sohn zeichnend die Landschaft und erklärt: »Man muss sich die Sachen, die man zeichnen möchte, ganz genau anschauen, ganz genau, hörst Du, in allen Einzelheiten! Und erst dann sollte man mit dem Zeichnen anfangen, hörst Du?« (ebd., S. 175) Ebenso sorgfältig sollte man in der Kunsttherapie die Bilder ansehen, bevor man mit dem Reden oder mit Interventionen beginnt: ganz genau, in allen Einzelheiten! Man benötigt dazu eigentlich nicht den besonderen Blick, sondern den (präzisen) Blick überhaupt.

Wesentliche Dinge, die auch die kunsttherapeutische Arbeit betreffen, sind in Ortheils Buch enthalten: das Zusammenwirken von Sprache und Bild, die Präzision der Wahrnehmung und die Achtsamkeit den Menschen gegenüber. So meint Ortheils Junge: »Ich kann vielleicht noch keine Wörter und Buchstaben schreiben, doch Noten, die kann ich natürlich aufschreiben. Es hat mich nur noch niemand darum gebeten, kein Mensch hat sich für die Noten in meinem Kopf interessiert.« (Ebd., S. 182) Der kleine Junge spricht nicht, hat aber den Kopf voller Worte, Bilder und Noten. So müssen wir uns stets hinterfragen, was sich hinter den Dingen und Menschen, unseren Vorstellungen, Wertungen, Gefühlen und Beweggründen überhaupt verbirgt (Titze 2012a).

Chuck Close teilt übergroße Fotos in kleine Segmente und malt diese kästchenweise von Hand. So entsteht ein persönlicher Duktus innerhalb der Wiedergabe der fotografischen Abbildung. Von weitem meint man, man bräuchte nur näherzutreten, schon würde sich die Unschärfe legen. Doch je näher man kommt, desto weniger erfasst man das Gesamtbild; schließlich sieht man nur noch einzeln gemalte Segmente. Man gerät selbst (körperlich) in Bewegung vor den Bildern. Ein Wahrnehmungsforscher ließ StudentInnen eines dieser Bilder betrachten und den Abstand zum Bild markieren, an dem das Gesicht als Gesicht wahrnehmbar wurde bzw.

die Kästchen in einzelne Segmente zerfielen. Es zeigte sich, dass beide Situationen sich eine Weile überlappten: Das Portrait war schon sichtbar, als noch die Kästchen deutlich erkennbar blieben. Chuck Close ist eigentlich »gesichtsblind«, leidet an Prosopagnosie (Sacks 2011, S. 104), d. h. er kann Menschen anhand ihrer Gesichter nicht wiedererkennen; erst als Bild oder Zeichnung in der Fläche werden sie für ihn deutlich. Er könnte neidisch sein auf die Fähigkeit anderer, sich lebendige Gesichter zu merken. Doch sein Defizit ist ihm Ansporn, und er erschafft mit seiner veränderten Wahrnehmungsoption ganz eigene Bildwelten. Er thematisiert zugleich die Frage, ab wann wir etwas nur als Struktur und ab wann als etwas sinnvoll Zusammenhängendes erkennen können.

Die Kraft der Bilder

Die Karikatur versucht ebenfalls, die Welt zu hinterfragen und mit den Mitteln der Überzeichnung und des Charakterisierens offenzulegen. Sie arbeitet oft ohne Worte oder mit Mitteln des Perspektivwechsels, wie bei Heraklit dem Weinenden und Demokrit dem Lachenden: Deren Mimik verändert sich je nach Drehung desselben Blattes (siehe Abb. 1, S. 32).

Der Philosoph Karl Rosenkranz betrachtete die Karikatur als das Hässliche schlechthin und als Gegensatz zu den sogenannten Schönen Künsten. Karikaturen verkörpern damit ebenso die Schattenseite des Schönen wie Krankheiten die Schattenseite des Gesunden. Wir bewegen uns in Polaritäten. Wenn wir, sowohl in der Therapie als auch in der Kunst, die Perspektiven zwischen den Seiten wechseln, können wir sie verbinden. Der Neid und die Gunst, das Weinen und das Lachen werden zu zwei Seiten eines Gesichtes.

Wir stoßen auf die Doppelfunktion und Kraft der Bilder: So gilt z. B. das sogenannte Hässliche (die Asymmetrie oder Verzerrung) in afrikanischen Masken einerseits als Abwehrzauber, andererseits bilden sie auch die Krankheit ab, die sie abwehren. Die Verzerrung dient dazu, etwas zu entlarven und anzusehen, will aber zugleich

Abb. 1: Demokrit/Heraklit



Perspektivenwechsel zwischen Lachen und Weinen, je nach Drehung des Blattes

dem Schrecken begegnen und ihn abwehren. Überzeichnungen fungieren auch in der kunsttherapeutischen Arbeit als Ventil: Themen wie »fremd«, »falsch«, »krank« oder »hässlich« wirken eher befreiend und fantasieanregend, während ein Anspruch (der KlientInnen) an so genannte schöne Bilder die Kreativität eher hemmt. Es ist die Frage: Gönnen wir uns die Freiheit, Fehler zu machen? Dürfen wir etwas ausprobieren, das mit Sicherheit nicht perfekt wird? Üben wir sogar das Scheitern und schöpfen Kraft daraus? Es geht in der Kunsttherapie nicht um einen Kunstanspruch, sondern darum, einen stimmigen Ausdruck für sich und sein Erleben zu finden.

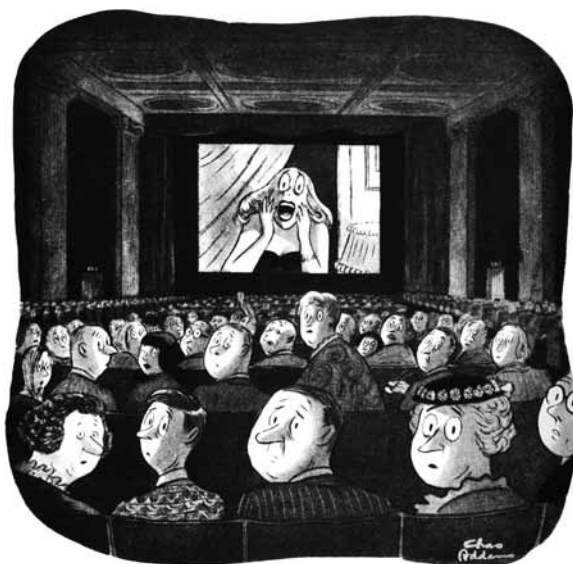
Bilder wirken oft magischer als Worte. Ernst Kris schreibt: »Es scheint, dass die Vorläufer der Karikatur ohne Mühe bis zur Welt des magischen Bildes zurückverfolgt werden können.« (Kris 1964, zitiert nach: Melot 1975, S. 11) Honoré Daumier zeichnete in seiner Lithographie *Masken von 1931* eine Birne zwischen die anderen Karikaturen. Jeder Zeitgenosse wusste, dass sie den französischen König Louis Philippe darstellen sollte. Obwohl eindeutig eine Birne und nicht der König gezeichnet war, verbot man die Birnen-Darstellung. Man unterschied damals zwischen der Bild- und

Textzensur mit der Begründung, dass ein Bild eine in Aktion umgesetzte Meinung sei. Ein Bild wurde als Handlung gesehen und schien dadurch bedrohlicher als ein Text, der Gedanke blieb.

Bilder von Rémy Zaugg handeln selbst. Eines seiner Bilder besteht aus den Worten: »Ich, das Bild, ich sehe Dich.« Überrascht stehen wir vor dieser Aussage des Bildes und fragen uns, wie wir uns selbst durch das Bild wohl sehen. Wie sehen andere uns? Welches Bild von uns möchten wir vermitteln? Es entsteht ein neuer Blickwinkel. Das Bild betrachtet uns. Unsere Wahrnehmung ist nicht objektiv, und so sind wir selbst für das, was wir sehen, auch mit verantwortlich, meint auch Margareta Friesen (2012). Wenn wir uns gegenseitig Bilder beschreiben, berichten wir mehr über unsere eigene Sehweise der Bilder als über die Bilder selbst. Der Betrachter selbst erweckt das Bild zum Leben, meint Hans Belting. Ohne BetrachterInnen ist das Bild wirkungslos.

Chas Addams wechselt erneut die Perspektive und fragt: »Wer macht den Bildern Angst?«

Abb. 2: Chas Addams



Wer macht den Bildern Angst?