

Nach polarisierenden Wahlkämpfen - wie in den USA - rufen Politiker gerne zur Versöhnung auf, zur „Überwindung von Spaltung“ und zur „Einheit der Nation.“ Doch was ist die Grundlage von Versöhnung, sowohl zwischen den Ländern, innerhalb der Länder und auch im Zwischenmenschlichen und Persönlichen? Dabei spielen unsere Haltungen eine Rolle, allen voran eine Haltung von Unversöhnlichkeit: „das verzeihe ich XY nie“, wobei XY für mich selbst, für einen anderen Menschen, eine Organisation, eine Nationalität, das Leben oder auch Gott stehen kann. Haltungen sind die Struktur unserer Psyche und bilden sich früh in der Kindheit. Um sich nicht ständig auf wechselnde Lebenssituationen neu einstellen zu müssen, bilden wir Haltungen als eine Art Voreinstellungen gegenüber Lebenssituationen.

Es gibt Haltungen

- a) gegenüber uns selbst: unserem Körper, Gedanken, Gefühlen, Sexualität, Ernährung, Gesundheit, Krankheit, Schmerz (physisch und psychisch) ... ;
- b) gegenüber Dingen wie Geld, Besitz/Eigentum,
- c) gegenüber anderen Menschen/Wesen/Gruppen: Tiere, Pflanzen, Männer, Frauen, alte Menschen, junge Menschen, Kinder, Inländer, Ausländer, Christen, Juden, Muslime, Veganer, Fleischesser, Liberale, Soziale, Grüne ...;
- d) gegenüber Werten und Idealen: Freiheit, Solidarität, Treue, Pflicht, Disziplin, Familie, Heimat, Macht/Einfluss; Schönheit ...;
- e) gegenüber Ideen/Philosophien/Ideologien: Idealismus, Materialismus, Sozialismus, Anarchie, Nationalismus, Internationalismus ...

Die Summe unserer Haltungen macht einen guten Teil von dem aus, was wir mit „Persönlichkeit“ oder „Charakter“ bezeichnen.

Hier zeigt sich einmal mehr die Dialektik von guten und schlechten Nachrichten evolutionärer Errungenschaften. Ohne derartige Vor-Einstellungen unserer Wahrnehmung müssten wir uns auf sich ständig ändernde Lebensumständen immer wieder neu einstellen. Andererseits werden aus Vor-Einstellungen schnell Vor-Urteile, und wir erleben nicht mehr das Leben selbst, sondern nur noch unsere Vorstellungen darüber, die wir zwischen uns und das Leben gestellt haben.

Nun erstreckt sich das Spektrum menschlicher Haltungen von Großherzigkeit bis zu den schlimmsten „-ismen“, bei denen sich, wie beim Antisemitismus, das Herz gegenüber Mitmenschen einer bestimmten Gruppe verschlossen hat, und wir stattdessen von wahnhaften Vorstellungen regiert werden.

Sucht man tiefer nach der Ursache lebensfeindlicher und menschenverachtender Haltungen, stößt man auf nicht gefühlte existentielle Gefühle wie Schmerz, Angst und Ohnmacht, die schon früh in der Kindheit als unaushaltbar erlebt wurden und deshalb - verständlicherweise - abgetrennt wurden, mit dem Ergebnis von Entfremdung. In dieser - entfremdeten - Situation greift der Mensch dann zu der vermeintlichen Sicherheit von Ideologien und Autoritäten, vermeidet die -

schmerzhaftes weil Unsicherheit hervorrufendes - Suche nach Objektivität und lebt sein entfremdetes Leben aus den Vorstellungen dieser Ideologie heraus, mit den dazugehörigen Gedanken, Gefühlen und Körperempfindungen.

Hier liegt der Grund unserer Unversöhnlichkeit und Entfremdetheit, aber auch der Weg zur Versöhnung: die gefühlt erlebte Aussöhnung mit dem bisher nicht gefühlten, weil als unaushaltbar erlebten Schmerz der menschlichen Existenz im Allgemeinen und der persönlichen Biografie im Speziellen.

Die daraus resultierende Ausgesöhntheit mit dem Leben und allen seinen Aspekten, Wendungen und Schicksalen schliesst eine Auseinandersetzungen mit dem Leben nicht aus, ganz im Gegenteil, sie befreit zur eigenen Selbstermächtigung, die dann einen lebensfördernden Ausdruck findet.