

Matthias Stiehler

## Das Prinzip Sehnsucht

(Vortrag auf den 25. Choriner Tagen 2019)

Wenn wir mit unserem tiefenpsychologischen Blick auf das schauen, was wir „Sehnsucht“ nennen, dann erkennen wir darin die Folge von Frühstörungen, also seelischen Verletzungen und Defiziten aus der ersten Lebenszeit, die im späteren Leben fortwirken und in der Seele einen Hunger nach Heilung hinterlassen. Der Wunsch nach einer Partnerschaft, in der sich all das erfüllt, was die Seele so sehr vermisst – also beispielsweise Vertrauen, Verständnis, bedingungslose Liebe – ist vermutlich das verbreitetste Spielfeld unserer Sehnsüchte. Schauen wir uns bloß einmal die Tränen an, die auf Hochzeiten vergossen werden. Der Schmerz, der sich hier Bahn bricht, liegt in der vermeintlichen Erfüllung der Sehnsucht, dass mit der Hochzeit nun endlich alles gut wird. Ähnliche Tränen werden vergossen, wenn nach ewigen Strapazen endlich der Olympiasieg errungen wurde oder wenn – wie vor dreißig Jahren – die Mauer fällt.

Denken wir auch an all unsere narzisstisch befeuerten Aktivitäten, die unseren Alltag bestimmen und uns zu Höchstleistungen treiben. Denken wir an unsere Sehnsucht nach einer friedlichen Welt, einer gerechten Gesellschaft und einem wahrhaftigen Miteinander in unserem Land. Unsere Welt ist voll von Sehnsucht. Sie bestimmt unser tägliches Leben ebenso wie die kulturellen Leistungen unserer Menschheitsgeschichte. Für all das ist der Traum der Motor, dass alte Wunden endlich geschlossen werden und ein von Frühstörungen freies Leben beginnt.

Doch wir wissen eben auch, dass sich die frühen Wunden nicht wirklich heilen lassen. Unsere Praxen und unsere Beratungsstellen sind voll von Menschen, die mit ihren Sehnsüchten gescheitert sind. Und unsere Aufgabe besteht darin, den zu uns kommenden Frauen und Männern zu verdeutlichen, dass sie die Wunden ihrer frühen Geschichte nicht loswerden und dass die Lösung allein in einem bewussten und verantwortlichen Umgang mit dem Unerfüllbaren liegen kann. Es geht sicher dabei um ein besseres Leben, um mehr Lebendigkeit, aber die liegt nicht in der Überwindung alter Wunden. Es geht um einen kompetenten Umgang mit frühen seelischen Verletzungen. Und der besteht sicher auch manchmal oder sogar oft in Kompensation – aber die sollte möglichst bewusst gestaltet und nicht sehnsüchtig ausagiert werden.

Der tiefenpsychologisch zu begreifende Ursprung von Sehnsucht im individuellen Leben weist jedoch auch auf grundlegende Themen philosophischer, theologischer und auch spiritueller Natur hin. Und die möchte ich im Folgenden in aller Kürze aufzeigen.

Zunächst möchte ich die Sehnsucht von der Hoffnung abgrenzen. Beide Begriffe – oder besser: beide Phänomene – werden zu häufig synonym verstanden. Dabei ist der Unterschied recht simpel. Hoffnung bezieht sich auf die reale Ebene, auf das, was sich wirklich ereignen *könnte*. Natürlich kann ich hoffen, von einer schweren Krankheit geheilt zu werden. Natürlich kann ich hoffen, eine gute Partnerschaft zu leben, einen guten Beruf zu finden und in einer halbwegs freundlichen Gesellschaft zu leben. Bei Hoffnung geht es immer um das, was sich real ereignen *kann*, wenn auch nicht *muss*. Hoffnungen müssen sich nicht erfüllen. Ich kann an der schweren Krankheit sterben, die Partnerschaft kann sehr schlecht laufen, ich kann in einem unbefriedigenden Beruf landen und so weiter und so fort. Aber grundsätzlich kann sich die Hoffnung erfüllen. Hoffnung ist damit immer auf die Realität bezogen.

Sehnsucht zeichnet sich dagegen dadurch aus, dass sie *grundsätzlich nicht erfüllbar ist*. Das Wesensmerkmal der Sehnsucht ist, dass sie nie zu befriedigen ist. Wir können von unseren frühen Wunden nicht geheilt werden. Wir können auch nie im umfassenden Sinne gesund, also heil sein. Es gibt keine gerechte Welt und erst recht keine friedliche Welt. Und natürlich gibt es auch keine Partnerschaft, die all das gut macht, was wir als Kind erdulden oder entbehren mussten.

Dennoch – oder gerade deswegen – ist Sehnsucht ungemein kraftvoller als die Hoffnung. Sehnsucht ist ein Sturm, während Hoffnung ihre laue Schwester ist. Wenn wir sagen: „Die Hoffnung stirbt zuletzt.“, dann müssen wir zugleich sagen, dass die Sehnsucht nie stirbt.

Und das verweist uns eben auf die philosophisch-theologische Ebene. Alles, was wir von religiösen Zeugnissen der Menschen wissen, führt uns zur Sehnsucht und zu deren Unerfüllbarkeit. Es geht selbst an den Stellen, die von Hoffnung sprechen, in Wirklichkeit um Sehnsucht, sonst wäre es keine religiöse Aussage.

Mag auch sein, dass es in der Geschichte der Völker manchmal so schien – und beispielsweise die Bibel erzählt darüber öfter – als erfülle sich die Sehnsucht nach einem guten Leben und einer besseren Welt. Es wurden Schlachten gewonnen, es gab manchmal nach Zeiten des Hungers wieder Essen und Trinken im Überfluss. Es schien also immer mal wieder, als wäre das Paradies auferstanden, weil es mit dem eigenen Leben, mit dem eigenen Volk und der eigenen Nation – vielleicht auch nach Jahren der Entbehrung und der Unterdrückung – endlich wieder gut lief. Aber letztlich stellte sich heraus, dass die Erfüllung nur eine Täuschung war, die Sehnsucht wurde in Wirklichkeit nie gestillt.

Dieses grundlegende Defizit zwischen der Sehnsucht nach dem Heil unserer Seelen und dem Unheilsein unseres realen Lebens ist das große Thema der Religionen. Sie versuchten immer auch mit mythologischen Erzählungen die Ursache für diesen Zustand zu beschreiben. Man denke nur an die Geschichte der Vertreibung aus dem Paradies. Diese Schilderungen können sehr unterschiedlich aussehen und uns modernen Menschen vielleicht nicht immer einleuchten. Aber auch wir müssen hinnehmen, dass die Tatsache des großen Defizits unauflösbar ist. Wir können mit unserem Wissen der Frühstörungen auch nur das individuelle Geschehen verstehen, vielleicht noch die familiäre Genese. Worauf ich bisher noch keine befriedigende Antwort habe, ist die Frage, warum es zu unserer menschlichen Natur gehört, unerlöst zu sein, also mit verletzten Seelen zu leben und sehnsuchtsbeladen zu sein. Wenn ich die alten religiösen Erzählungen anschau, dann hat es offensichtlich seit den ersten schriftlichen Überlieferungen der Menschheit von vor etwa 5000 Jahren keine grundlegend andere Situation gegeben.

Wir können aber auch anders, entgegengesetzt auf das Prinzip Sehnsucht schauen. Denn es zeigt uns nicht nur, dass wir unser Leben mit einem unstillbaren Defizit bestreiten, sondern dass wir auch ein Wissen in uns tragen, was Heilsein bedeutet.

Der Görlitzer Schuster und evangelische Mystiker Jakob Böhme hat genau das erkannt, indem er davon ausging, dass Gott nicht irgendwo weit weg, sondern uns unmittelbar nahe ist. Wir tragen sowohl das Göttliche in uns als auch die Entfremdung davon. Aus diesem Fernsein inmitten der tiefen Unmittelbarkeit resultiert seiner Erkenntnis nach das Sehnen der Kreatur nach Gott. Zitat: „Er ist aber darum unser himmlischer Vater, dass unsere Seele sich stets nach ihm sehnet und ihn begehret. Ja, sie dürstet und hungert stets nach ihm.“<sup>1</sup> Das klingt für unsere modernen Ohren vielleicht ungewohnt. Aber gemeint ist, dass wir ein Wissen in uns tragen, wie eine gesunde Seele beschaffen ist, wie ein heiles Leben aussieht. Ich bezeichne das gern als „das Versprechen, das uns ins Leben mitgegeben ist“.

Obwohl wir alle mit unseren Defiziten leben müssen und das nach menschlichem Ermessen nie anders war, wissen wir dennoch, dass da etwas nicht stimmt. Selbst wenn wir uns eine glückliche Kindheit einreden wollen, lässt sich das letztlich als eine Schutzbehauptung entlarven, die dem tiefen Wissen entspringt, dass das gerade eben nicht so war. Die Allgegenwart von Sehnsüchten ist ein Beleg dafür, dass wir Menschen zumindest eine Ahnung und auf jeden Fall ein emotionales Gespür dafür haben, was heiles Leben ist.

So betrachtet sind unsere Sehnsüchte ein Gottesbeweis! Gäbe es kein höheres Prinzip, wäre unsere Welt allein durch Zufall entstanden, dann gäbe es kein Gut und kein Böse, keine Krankheit und kein Heil. Alles wäre einfach nur, weil es so ist, wie es ist.

---

<sup>1</sup> Böhme, Jakob. Jakob Böhme: Textauswahl und Kommentar von Gerhard Wehr (Die Mystiker-Reihe) (German Edition) (S.29). marixverlag. Kindle-Version.

Ich komme auf einen letzten Punkt zu sprechen: Sehnsucht entspringt dem Wissen, was Heilsein ist. Dennoch ist Sehnsucht grundlegend dadurch gekennzeichnet, dass sie unerfüllbar bleibt. Das Elend der Religionen besteht darin, dass am Ende bei aller scharfsinnigen Analyse der Entfremdung unserer Welt dennoch jenseits aller Erfahrungen der Menschheit eine Erlösung erhofft und behauptet wird. Und unsere zunehmend religionslose Zeit toppt diese Aussage noch. Während die Religionen in ihrer Geschichte zunehmend auf das Jenseits als Ort der Erlösung verwiesen, hechelt der Zeitgeist der Hoffnung hinterher, wir könnten es doch noch hinbekommen, uns selbst zu erlösen. Ich muss nicht ausführen, zu welchem Elend uns das immer wieder führt.

Die Verführung unserer Sehnsüchte liegt darin, dass wir uns gerade wegen unseres Wissens um das Gute einen scheinbar gangbaren Weg ausmalen können: Wenn sich nur die Eltern einmal so verhalten, wie es ihre Kinder wirklich verdienen ... Wenn sich die Gesellschaft nur mal nach den Grundsätzen von Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit verhielte ... Wenn die Welt nur einmal friedlich wäre, wie es sich eigentlich alle Menschen ersehnen ... Es ist so, dass wir nicht nur das Gute erkennen. Wir können sogar die Schritte beschreiben, die zu diesem Guten führen *könnten*. Und dennoch bleibt die Sehnsucht unerfüllbar. Das ist, was uns zerreißt.

Was ich mit dem Prinzip Sehnsucht beschreibe, ist unsere Zerrissenheit. Gerade die Wachen, die Klugen, die Sensiblen sind davon besonders betroffen. Die Tumben haben sich aufgegeben. Sie leiden weniger, sind aber auch weniger lebendig. Die Lebendigen aber zahlen den Preis des Leidens an dieser Welt. Er kulminiert in der Frage: Ist denn alles umsonst? Und angesichts des Zustandes unserer Welt und der Unerfüllbarkeit unserer Sehnsüchte kann diese Frage nur bejaht werden: „Ja, es ist alles umsonst.“ Diese Wahrheit sollten wir nicht zu schnell im proklamierten Optimismus übergehen.

Und dennoch: Unser Wirken ist ein Ringen, mit dem wir dem Sehnen der Kreatur nach Gott unsere Stimme gegeben. Und wenn ich es recht verstehe, erfüllen wir damit das, was uns als Auftrag gegeben wurde. Und das ist dann eben doch nicht umsonst. Es ist das, was wir tun können.