

# Positiver Umgang mit Weltkrisen

## Unser Beitrag zum Weltfrieden

Professor h.c. Dr. med. Nossrat Peseschkian, Wiesbaden

Dostojewski sagte: „Die Erde ist wie ein Paradies, zu dem wir den Schlüssel verloren haben.“ Dieser Beitrag soll dazu beitragen, einen Weg zum verlorenen Schlüssel zu finden.

Am 11. September 2001 wurde eine bisher für „selbstverständlich“ gehaltene Weltordnung völlig unerwartet über den Haufen geworfen.

Der vorliegende Artikel will nicht den Fakten oder politischen Gründen für dieses „Ereignis“ nachgehen, sondern Aspekte aus psychologischer und psychotherapeutischer Sicht zu beleuchten versuchen.

*„Willst du das Land in Ordnung bringen, mußt du erst die Provinzen in Ordnung bringen. Willst du die Provinzen in Ordnung bringen, mußt du die Städte in Ordnung bringen. Willst du die Städte in Ordnung bringen, mußt du die Familien in Ordnung bringen. Willst du die Familien in Ordnung bringen, mußt du die eigene Familie in Ordnung bringen. Willst du die eigene Familie in Ordnung bringen, mußt du dich in Ordnung bringen.“*

Diese alte orientalische Weisheit zeichnet das Beziehungsgefüge nach, in dem wir leben. Wir müssen davon ausgehen, daß bereits kleine Veränderungen in einem Lebensbereich Auswirkungen auf das Gesamtsystem haben. Im Sinne von Konfuzius ist jeder

Mensch für Auf- und Abstieg der Menschheit verantwortlich.

### Bericht einer Therapeutin:

„(...) Zu diesen Kriegsängsten kamen die Bilder aus dem Fernsehen hinzu, die zeigten, wie innerhalb von Sekunden Hunderte von ahnungslosen Menschen in einem Feuerball verglühten oder aber in Tausend Stücke zerrissen wurden. Gedanken an den Tod, die wir in unserer Gesellschaft sonst so gut verdrängen, waren in diesen Tagen allgegenwärtig. Die Tatsache, daß in Sekunden alles vorbei sein kann, war überall zu spüren (...)“

### Hier wollen wir uns auf einige wenige Faktoren beschränken:

Nach dem Sinn des menschlichen Lebens zu fragen, heißt auch, nach seinem Ursprung und nach seinem Ziel zu fragen. Weitere Fragen drängen sich in diesem Zusammenhang auf: Was ist das Wesen des Menschen? Ist er gut oder böse? Ist er in seinen Entscheidungen frei? Gibt es eine Erfüllung für seine Sehnsucht nach Glück? Hat er Einfluß auf das Schicksal der Menschheit? Ist mit seinem Tod alles zu Ende?

Eine wichtige Motivation für den Ansatz der Positiven Psychotherapie mag gewesen sein, daß ich mich in einer transkulturellen Situation befinde. Als Perser (Iraner) lebe ich seit 1954 in Europa. In dieser Situation wurde ich darauf aufmerksam, das viele Verhaltensweisen, Gewohnheiten und Einstellungen in den beiden Kulturkreisen unterschiedlich bewertet werden. Dies ist eine Erfahrung, die ich bereits während meiner Kindheit in Teheran machen konnte. Sie betraf Vorurteile, vor allem religiöser Art, die ich ziemlich genau beobachten konnte. Als Bahai

**Nur den Samen**

Ein junger Mann betrat im Traum einen Laden. Hinter der Theke stand ein älterer Mann. Hastig fragte er ihn: Was verkaufen Sie, mein Herr?

Der Weise antwortete freundlich: Alles, was Sie wollen. Der junge Mann begann aufzuzählen: Dann hätte ich gerne die Welteinheit und den Weltfrieden, die Abschaffung von Vorurteilen, Beseitigung der Armut, mehr Einheit und Liebe zwischen den Religionen, gleiche Rechte für Mann und Frau und und Da fiel ihm der Weise ins Wort: Entschuldigen Sie, junger Mann, Sie haben mich falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte, wir verkaufen nur den Samen.

(nach N. Peseschkian)

standen wir immer wieder im Spannungsfeld zwischen unseren islamischen, christlichen und jüdischen Mitschülern und Lehrern. Dies regte mich an, über die Beziehungen der Religionen untereinander und die Beziehungen der Menschen zueinander nachzudenken. Ich erlebte die Familien meiner Mitschüler und lernte ihre Verhalten aus den weltanschaulichen und familiären Konzepten verstehen. Später war ich Zeuge ähnlicher Konfrontationen, als ich während meiner fachärztlichen Weiterbildung erlebte, wie gespannt das Verhältnis von Psychiatern, Neurologen, Internisten und Psychotherapeuten war und mit welcher Vehemenz diese Auffassungen aufeinanderprallten.

Diese Erfahrungen und Überlegungen führten mich dazu, den Menschen – auch in der Psychotherapie – nicht nur als isoliertes Einzelwesen zu begreifen, sondern seine zwischenmenschlichen Beziehungen und – wie es meiner eigenen Entwicklung entspricht – seine transkulturelle Situation zu berücksichtigen, die ihn erst zu dem machen, was er ist.

*Den Wert von Menschen und Diamanten kann man erst erkennen, wenn man sie aus der Fassung bringt.*

*Lebensweisheit*



**Gemeinsamkeit und Unterschiede in verschiedenen Kulturen (transkultureller Ansatz)**

Wir berücksichtigen den transkulturellen Ansatz, welcher nicht nur Material zum Verständnis individueller Konflikte bietet, sondern darüber hinaus auch eine außerordentliche soziale Bedeutung hat. Gastarbeiterprobleme, Probleme der Entwicklungshilfe, Schwierigkeiten, die sich im Umgang mit Mitgliedern anderer kultureller Systeme ergeben, Probleme transkultureller Ehen, Vorurteile und ihre Bewältigung, Alternativmodelle, die einem anderen kulturellen Rahmen entstammen. In diesem Zusammenhang können auch politische Themen angesprochen werden, die sich aus der transkulturellen Situation ergeben.

Für die zwischenmenschlichen Beziehungen heißt das, durch Relativierung der eigenen Werthaltungen Vorurteile in Frage zu stellen, Fixierungen zu lösen und Kommunikationsblockaden aufzuheben.

Damit ist ein weiterer Prozeß verknüpft, nämlich der Abbau emotionaler Schranken und Vorurteile, die gegenüber fremden Denk- und Empfindungsweisen bestehen, die das Fremde als etwas Aggressives, Bedrohendes empfinden lassen und dort schon Abwehr provozieren, wo zunächst Verständnis am Platze wäre.

**Ratlosigkeit und Hoffnung**

► Tatsache ist, daß wir in unserer Kommunikation heute eine weltweite Krise vorfinden, die das Ausmaß einer Epidemie annimmt. In der ehelichen Kommunikation erleben die Partner den Schmerz gegenseitigen Mißverstehens und Nichtbeachtens. Familien leiden unter der nahezu fehlenden oder ausgesprochen oberflächlichen Art der Kommunikation zwischen Eltern und Kindern. Ebenso weist die Kommunikation zwischen Regierungen und ihren Völkern einen Zustand gegenseitigen Mißtrauens, von Beschimpfung, Betrug und Feindseligkeit auf. Schließlich bestand eine beispiellose Kommunikationskrise zwischen den Supermächten – ein Zustand, der leicht mit der Zerstörung allen Lebens auf diesem Planeten hätte enden können. Nach einem UNO-Bericht aus dem Jahr 1997 haben wir an 59 Orten der Welt Kriege. Diese Tatsachen machen deutlich, daß unsere Bemühungen um die Analyse der Gründe für unzureichende Kommunikation ebensowenig genügen wie unser Bestreben, neue Verfahren der Problemlösung oder der Ermittlung der Sachlage zu entwickeln.

► Auf der ganzen Welt gibt es eine Vielzahl von Menschen, ich möchte behaupten, es ist die Mehrzahl, wel-

che den Weltfrieden befürwortet und für das einzige Mittel hält, die menschlichen Sinnfragen zu lösen. Gegenüber der Verwirklichung dieser Idee besteht aber bei vielen Menschen eine unübersehbare Skepsis, ein Mißtrauen und sogar eine innere Abwehr.

Einige für mich sehr wichtige Erfahrungen möchte ich jedoch hier an den Anfang stellen. Von besonderem Interesse für mich sind folgende vier Bereiche:

- **Beitrag der Politiker zum Weltfrieden** (die transkulturelle Begegnung)
- **Beitrag der religiösen Führer zum Weltfrieden** (die religiös-weltanschaulichen Konzepte)
- **Beitrag der Wissenschaftler zum Weltfrieden**
- **Beitrag des Einzelnen zum Weltfrieden**

**1. Der Beitrag der Politiker**

Die Handlungen eines Politikers werden dadurch mitbestimmt, zu welcher Zeit er in welcher Kultur aufgewachsen ist, welches Maß an emotionaler Wärme und Vorbild ihm seine Familie gab, welche Beziehungen er zu seinen Mitmenschen entwickeln konnte und welche Bedeutung damit Menschen für ihn haben. Weiterhin sind ausschlaggebend die Sinnvorstellungen, die er aus

**Drei Beispiele:**

Verhalten/Konzept	West	Ost
Krankheit	Wenn jemand krank ist, möchte er seine Ruhe haben. Er wird von wenigen Personen besucht. Besuche werden auch als soziale Kontrolle empfunden.	Ist hier jemand erkrankt, so wird das Bett ins Wohnzimmer gestellt z.B. bei einem Beinbruch. Der Kranke ist Mittelpunkt und wird von zahlreichen Familienmitgliedern, Verwandten und Freunden besucht. Ein Ausbleiben der Besucher würde als Beleidigung und mangelnde Anteilnahme aufgefaßt.
Tod	Von Beileidsbesuchen bitten wir Abstand zu nehmen. Ich muß mit meinem Schicksal allein fertig werden. Jetzt muß ich alleine so viel Leid ertragen.	8 bis 40 Tage lang besuchen alle Verwandte, Freunde, Bekannte und andere Mitmenschen die Hinterbliebenen und geben ihnen so das Gefühl der Geborgenheit. Geteiltes Leid ist halbes Leid.
Depression	Mitteleuropäer und Nordamerikaner entwickeln depressive Verstimmungen, weil ihnen der Kontakt fehlt, sie isoliert sind und sie unter dem Mangel an emotionaler Wärme leiden.	Im Orient entwickeln sich Depressionen eher, weil sich die Menschen durch die Enge ihrer sozialen Verpflichtungen und Verflechtungen überfordert fühlen, der sie auch nicht ausweichen können.

seiner Religion und 'Weltanschauung erhält, und das Instrumentarium an Wissenschaft und Technologie, das ihm zur Verfügung steht.

Diese Überlegungen, am Beispiel des Politikers angeführt, beschränken sich nicht auf ihn. Dadurch, daß der Mensch als soziales Wesen sein Leben nur mit den anderen Menschen zusammen gestalten kann, kommt jedem von uns ein politisches Mandat zu. Aufgaben lassen sich delegieren, Verantwortungen nicht:

Auf die Sprache übertragen: Es ist wichtig, daß jeder seine gelernte Sprache beibehält, aber er sollte auch eine Sprache sprechen, können, mit deren Hilfe er sich mit den anderen verständigen kann. Eine solche „Sprache“ versucht die transkulturelle Psychotherapie als Metakommunikation, als Kommunikation über Konflikte zu erreichen:

*Viele kleine Leute aus vielen  
kleinen Orten, die viele  
kleine Dinge tun, werden  
das Angesicht der Erde  
verändern*

*(Afrikanische Weisheit)*

## 2. Beitrag der religiösen Führer

Obwohl die Tendenz besteht, Religion zu ignorieren, läßt sich nicht bestreiten, daß Religion im Sinne von Moraltradition, aber auch im Sinne eines aktiven Glaubensbekenntnisses das Leben des einzelnen bis in die Privatesten und intimsten Bereiche beeinflusst. Ohne auf eine inhaltliche Analyse der Religion genauer einzugehen, können wir sagen, daß ihre Grundanliegen trotz aller Unterschiede gleich sind. Die funktionelle Theorie der Soziologie und Psychologie lehrt, daß eine institutionelle Struktur im Hinblick auf Religionen gebildet worden ist, um eine Funktion zu erfüllen. Die Institution muß ein praktisches Bedürfnis der Gesellschaft und des Einzelmenschen erfüllen. Wenn sie keinen Sinn und keine

Aufgabe hat, wird sie aufhören, zu existieren, oder, wie es leider häufig der Fall ist, versuchen, sich durch Fixierungen und Dogmatisierung über die Zeit zu retten. Auch hier ist als grundlegendes Prinzip die Entwicklung, die Dimension der Zeit zu sehen.

Religion ist wie ein Heilmittel, das dem Wesen des Menschen angemessen ist. Sie kann aber nur dann sinnvoll sein, wenn sie den Erfordernissen, Bedürfnissen und Nöten des Menschen entspricht und die Entwicklung (das Prinzip der Zeit), die Relativität und die Einheit berücksichtigt. Wenn eine falsch verstandene Religion zu Störungen führt, zu Fixierungen, Hemmungen der Entwicklung, Starrheit der intellektuellen Abwehr, muß sie Unsinn sein: wie Feuerbach sie statt als Theologie als Pathologie bezeichnete, Marx und Engels von Religion als Opium für das Volk sprachen und Freud sie als Versicherungsanstalt karikierte.

*Lerne zu unterscheiden  
zwischen Glaube - Religion  
und Institution*

## 3. Der Beitrag der Wissenschaftler

Aufgabe der Religion ist es, dem Menschen Werte, Ziele und Sinn darzustellen (Sinnggebung), während die Wissenschaft Erklärungen sucht und logische Gesetzmäßigkeiten herstellt (Sinnfindung).

Es gibt eine Vielzahl von Wissenschaften, die sich unterschiedlicher Blickwinkel bedienen, um sich der Wirklichkeit zu nähern. Auch hier finden sich die Konkurrenz einzelner Wissenschaften mit ihren Ansprüchen auf Absolutheit des eigenen Systems und die Rivalität zu den anderen Systemen. Diese Zusammenhänge zeigen uns, daß die Vorentscheidungen einer Wissenschaft, ihr Themengebiet, ihre Fragestellungen und Methoden von geschichtlichen, gesellschaftlichen, weltanschaulichen und religiösen Voraussetzungen abhängig sind. Nicht nur durch die geographischen Verbindun-

gen ist die Menschheit zu einer funktionellen Einheit geworden. Vielmehr hängen die Elemente ihrer Zivilisationsstruktur wechselseitig. voneinander ab. So sind Bereiche wie Politik, Handel, Erziehung, Wissenschaft, Philosophie, Psychologie und Religion durch ein ganzes Netz von Beziehungen miteinander verknüpft. Praktisch wirkt sich dieser Sachverhalt so aus, daß die Wirtschaft nicht mehr Sache der Wirtschaftler ist und Erziehung nicht nur die Sache der Eltern. Alle Bereiche treten in irgendeiner Weise miteinander in Beziehung („Globalisierung“).

Die heutige Situation macht – angesichts der Gefahr der unmenschlichen Verselbständigung der Technologien – ihr Zusammenwirken notwendig.

*Denken ohne Erfahrung  
ist leer,  
Erfahrung ohne Denken  
ist blind.*

*(Immanuel Kant)*

## 4. Der Beitrag des Einzelnen

Wenn wir fragen, woher ein Mensch seine Eigenarten, Ansichten und Werturteile hat, kommen wir mit großer Wahrscheinlichkeit auf die Umgebung zu sprechen, in der er aufgewachsen ist, nämlich seine Familie. Die Kontinuität der Gesellschaft erhält sich über die Spielregeln, die ein Mensch in seiner Familie erworben hat, und über die gemeinsamen Wertschätzungen, die als Gruppenziele eine Gesellschaft zusammenhalten.

In diesem Spannungsfeld kulturspezifischer, weltanschaulich-religiöser und wissenschaftlicher Sinnangebote steht der einzelne Mensch. Er kann zwischen den Mühlsteinen miteinander konkurrierender Systeme zermahlen werden, wenn keines der Angebote eine hinreichende Möglichkeit bietet, sich mit ihm zu identifizieren.

Für den Menschen ergibt sich daraus, daß er selber in dieser Einheit ein-



gegliedert ist und sich gewissen Ordnungen, Naturgesetzen und unumgänglichen Regelmäßigkeiten beugen muß, und daß er gleichzeitig die Fähigkeit der Unterscheidung und damit die Verantwortung besitzt, die sich daraus ergibt, daß er nicht passiv der Natur untergeordnet ist, sondern aktiv innerhalb der Bandbreite der gegebenen Möglichkeiten sein Schicksal selber bestimmt.

### Praktisches Vorgehen

► In diesem Sinne kann auch das Verhältnis eines Politikers, eines religiösen Führers, eines Wissenschaftlers und eines Individuums als gestört gelten, wenn auf der anderen Seite seine Emotionalität verodet. Man fragt daher nach den Beziehungen zu folgenden fünf Kategorien:

*Wie ist das Verhältnis des Politikers/ Wissenschaftlers zu sich selbst?*

Nimmt er sich Zeit für seine Bedürfnisse wie Schlaf, Nahrung, Freizeit, Weiterbildung etc.?

*Wie ist das Verhältnis zum Partner?*

Hat man einen guten Kontakt zu seiner Frau, zu seinem Mann, zu seinen Kindern? Nimmt man sich Zeit für sie, hat man Vertrauen zu ihnen, fördert man nur Gehorsam und Höflichkeit oder legt man Wert auf offenen Meinungs- austausch, nimmt man Rücksicht auf die Familie?

*Wie ist das Verhältnis zu der sozialen Umgebung?*

Wie ist das Verhältnis zu Verwandten, Freunden, Kollegen, Landsleuten, anderen Menschen überhaupt? Ist man kontaktbereit, gesellig, hat man Vorurteile, Ängste oder Aggressionen gegenüber einzelnen Personen oder Gruppen?

*Wie ist das Verhältnis zum Beruf?*

Habe ich freiwillig den Beruf gewählt oder wurde ich zu diesem Beruf gezwungen? War nichts anderes da, was ich werden konnte; interessieren mich die Aufgaben, die mir gestellt werden; arbeite ich nur, um Geld zu verdienen und um

*Keine Zukunft vermag  
gutzumachen, was in der  
Gegenwart versäumt wird.*

(Albert Schweitzer)

mir etwas leisten zu können, oder ist der Beruf für mich eine Sinnerfüllung, ein inneres Bedürfnis geworden? Habe ich Konflikte in meinem Beruf; werde ich überfordert, unterfordert; gefällt mir zwar der Beruf, aber komme ich mit den Kollegen nicht aus; Wie kann ich einen Beitrag zur gesellschaftlichen Entwicklung leisten?

*Wie ist das Verhältnis zur Zukunft?*

Bin ich mit der Gegenwart zufrieden oder unzufrieden; sehe ich Entwicklungsmöglichkeiten oder Stillstand; kann ich auch mit einer angemessenen Bedürfnisbefriedigung in Zukunft rechnen; welche Ziele habe ich und welches sind die Grundlagen meines Orientierungssystems; habe ich mein Orientierungssystem selbst erworben oder habe ich es einfach von anderen übernommen; welche Bedeutung hat für mich das Leben überhaupt; wie verarbeite ich Schwierigkeiten, die in den anderen Bereichen auftreten; bin ich bereit, zu experimentieren; bin ich bereit, offen meine Meinung zu sagen und gerecht zu sein, auch auf die Gefahr hin, die freundlichen Blicke der anderen zu verlieren?

### Konsequenzen

► Diese Suche der Menschen nach einer neuen, gültigen Orientierung bringt wiederum eine Wechselbeziehung von Ursache und Wirkung mit sich. Das kulturell, gesellschaftlich, po-

litisch und religiös enttäuschte Individuum, das Zuflucht und Hilfe in seiner Privatwelt sucht, multipliziert durch diese Verhaltensweise wiederum die kollektiven Probleme.

Es zeigt sich erneut, daß keines dieser kulturellen Systeme für sich gut ist. Ihre Qualitäten erweisen sich erst darin, wie sie sich für die Menschen auswirken, die in ihnen leben, und inwieweit ihre Spielregeln eine konstruktive Auseinandersetzung mit anderen soziokulturellen Systemen und ihren Angehörigen zulassen. So bleibt manches, was die Angehörigen der verschiedenen kulturellen Systeme voneinander lernen könnten – und wenn es nur das wäre, daß sie einander verstehen lernen.

Anschrift des Verfassers:

Professor h.c. Dr. med. Nossrat Pesseschian, Facharzt für Psychiatrie, Neurologie und Psychotherapeutische Medizin, wurde 1933 im Iran geboren und lebt seit 1954 in Deutschland.

Er ist Leiter der Wiesbadener Akademie für Psychotherapie

Langgasse 38-40

65183 Wiesbaden

Telefon: 0611-373707

Fax: 0611-3 99 90

Email: info@wiap.de