

## Der Mensch und sein Schatten



von Johannes Riesenberger

In einer Art Fortsetzung der Frage „Was ist Anthroposophie“ wenden wir uns dem Motiv des „Doppelgängers“ zu, welches C. G. Jung treffend beschreibt: *Der Schatten ist alles das, was du auch bist, aber auf keinen Fall sein willst.*

Wir alle kennen mehr oder weniger genau Eigenschaften in uns, die wir lieber nicht hätten. Und damit sind jetzt nicht nur relativ „stubenreine“ Qualitäten gemeint, dass wir z. B. schnell ungeduldig sind oder manchmal verschwenderisch oder zur Bequemlichkeit neigen – sondern durchaus Eigenarten, die unsere moralische Integrität betreffen: dass wir es hier und da mit „Mein und Dein“ nicht so genau nehmen, dass wir uns im Gebiet von Leidenschaften so verhalten, wie wir uns nachher lieber nicht verhalten hätten usw.

Eines von mehreren bekannten Beispielen der Weltliteratur bildet die Erzählung „Der seltsame Fall des Dr. Jekyll und Mr. Hyde“ von Robert Louis Stevenson:

Dr. Henry Jekyll ist ein angesehener Arzt, eine Stütze der Gesellschaft, im Beruf äußerst erfolgreich, in seiner Tugendhaftigkeit vorbildlich und in seinen Bestrebungen ein Muster christlicher Nächstenliebe.

Seine Neigung zur Gewalttätigkeit bricht bei verschiedenen Anlässen in abgründigen Formen aus ihm heraus. Er spaltet diese von sich ab, indem er sie einer anderen Persönlichkeit, Mr. Hyde, zuordnet. Das ermöglicht ihm, seinen dunklen Trieben von Zeit zu Zeit freien Lauf zu lassen, sie auch zu genießen. Gleichzeitig verdrängt Dr. Jekyll seine Untaten, indem er gelegentlich sogar die Vergehen des Mr. Hyde wieder gutzumachen sucht. Er verteidigt sich innerlich mit dem Gedanken,

dass Jekyll durch Hydes Taten nicht besudelt werden könne.

Dass diese Erzählung keine seltene Ausnahmeerscheinung abbildet, weiß jeder, der ein wenig Zeitung liest. *Ich weiß nicht, was über mich gekommen ist* – eine häufige Aussage von entsprechend Angeklagten.

So weit so gut, wenn man eine solche „Persönlichkeitsspaltung“ als psychiatrische Erkrankung betrachten kann, von der man selbst nicht betroffen ist, oder sich einbilden kann, nicht davon betroffen zu sein (wie Dr. Jekyll es auch versucht hat).

Denn natürlich zieht der Mensch alle Register, um sich nicht Eigenschaften gestehen zu müssen, die er selbst auf das Schärfste verurteilen würde. Der Mensch müsste seine Selbstachtung dadurch untergraben. Also wählt er unterschiedliche Strategien, um mit seinem Schatten umzugehen – wir gehen noch darauf ein.

Rudolf Steiner schildert unter dem Begriff „Spaltung der Persönlichkeit“ in dem Buch „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten“, dass unser Denken, unser Fühlen und unser Wollen normalerweise in einem natürlichen Zusammenhang stehen. An eine Vorstellung, die im Bewusstsein auftaucht, schließt sich nach natürlichen Gesetzen ein gewisses Gefühl an oder es folgt auf sie ein entsprechender Willensentschluss. Im Laufe der Entwicklung unserer Zeit – sei sie nun durch bewusste Selbsterkenntnis beschleunigt, sei sie Ergebnis des allgemeinen Voranschreitens – lösen sich die Fäden dieser natürlichen Verbindung und die drei Grundkräfte der Seele müssen vom Bewusstsein des Menschen aktiv in einen harmonischen Zusammenklang gebracht werden.

Das Ich des Menschen kann die Lenkung seiner Seelenkräfte nicht mehr der Natur überlassen, sondern muss sie selbst in die Hand nehmen.

Wir alle gehen in dieser Entwicklung über dünnes Eis, denn auf diesem unver-

meidlichen Wege können Einseitigkeiten hervortreten: Ist der Mensch noch nicht in der Lage, selbst Harmonie herzustellen, so kann z. B. der Wille seine eigenen, zügellosen Wege gehen, Gefühl und Denken erweisen sich dem gegenüber als machtlos (Gewaltnatur). Desgleichen kann das Gefühl sich in einer Art steigern, die vom Denken und Wollen nicht mehr in Harmonie zu bringen ist (Schwärmen bis zur Selbstaufgabe). Auch das Denken kann sich verselbständigen in kalte Einseitigkeit, die sich abkoppelt vom gesunden Fühlen und Wollen.

Wir sehen diese Einseitigkeiten mit einem unbefangenen Blick auf das Weltgeschehen überall und immer stärker hervortreten. Die Entwicklung fordert uns zum eigenen Tun, wenn die Dinge nicht entgleisen sollen.

Welche Strategien gibt es, mit seinem Doppelgänger umzugehen?

Angenommen, die eigenen Einseitigkeiten treten moderat in Erscheinung, konfrontieren uns nicht unabweisbar mit Abgründen in uns selber, dann ist ein wohl-erzogener Mittelweg eine Strategie, für die sich viele Menschen mit relativem Erfolg entscheiden. Man verbleibt in einer gewissen Konformität mit der Gemeinschaft (weiß, was sich gehört und was sich nicht gehört), lebt elementare bürgerliche Tugenden (Fleiß, Zuverlässigkeit usw.) – und arrangiert sich mit seinen äußeren oder inneren Ausrutschern so, dass sie weder das eigene Seelengleichgewicht besonders durcheinander bringen noch das Leben der Mitmenschen.

Der Nachteil dieses Weges ist, dass er eine gewisse Unsicherheit behält. Denn wenn gute Erziehung und guter Wille unsere Abgründe freundlich überbrücken, heißt das nicht, dass diese nicht vorhanden wären. Die jüngere Geschichte zeigt deutlich genug, wie unbescholtene, tüchtige Familienväter mit Situationen konfron-

tiert wurden, in denen sie Macht über Leben und Tod in die Hand bekamen. Eine Prüfung, bei der viele wesentlich tiefer gefallen sind, als zum eigenen Schutz notwendig gewesen wäre.

Wer nicht von eigenen Abgründen erschüttert ist, verdankt diese Gnade meist weniger dem Fehlen derselben, als der instinktiven Fähigkeit, darüber hinwegzusehen. Dennoch trägt ein gelingendes bürgerliches Leben oft reiche und schöne Frucht.

Eine andere Strategie ergibt sich entweder dadurch, dass man Courage findet, wiederholtes Anklopfen seiner Schattenseiten aus Selbsterkenntnis-Interesse genau unter die Lupe zu nehmen – oder dadurch, dass Natur und Schicksal den Menschen so stark mit seinen Einseitigkeiten konfrontieren, dass er dem nicht mehr ausweichen kann, dass er den Kampf mit seinen Abgründen bewusst aufnehmen muss. In jedem Fall eine unangenehme Angelegenheit, denn hier lässt sich nicht mehr in Abrede stellen, was der portugiesische Fußballspieler Ronaldo in immer noch verhüllende Worte gefasst hat: *Zu 99 Prozent bin ich ein guter Kerl, ich weiß nicht, was mit diesem einen Prozent ist.*

Der Mensch gerät in einen Kampf mit sich selbst, in dem „Dr. Jekyll“ keine Illusionen mehr halten kann über seine eigene Verantwortung für „Mr. Hyde“.

Er muss den Mut entwickeln, Impulse von rücksichtslosem Egoismus und kaltem Hass im eigenen Inneren wahrzunehmen, um sehenden Auges ein haltbares Gleichgewicht zu suchen.

Dieses Gleichgewicht ist durch entsprechenden Erkenntnis-Mut tatsächlich zu finden (der Drache erträgt es nicht, ungeschminkt besichtigt zu werden), es ist aber keineswegs schnell zu finden. Der Kampf dauert Monate, Jahre.

Der Naturwissenschaftler und Priester Friedrich Benesch wusste, wovon er redet:

*Wunden der Seele sind die Organe, durch die Heilung in uns einziehen kann. Mögen sie von der Hand eines unerbittlichen Schicksals geschlagen sein, mögen sie andere Menschen uns zugefügt haben – mögen schließlich wir selbst in Wahn und Unersättlichkeit uns die allertiefsten gerissen haben – sie sind die offenen Tore der Seele – durch sie findet uns die Liebe, die heilt, indem sie die Wunde zum Auge wandelt und das Geschwür zum Ohr umbildet – für eine höhere Welt. Toren sind die Menschen, die versuchen, sich ihrer Wunden zu entledigen, indem sie sie oberflächlich zuwachsen lassen. Denn in der Tiefe schwärt das Unglück nur weiter – und bei dem geringsten Anlass zerbricht der Schorf und das Unheil ist größer als jemals zuvor.*

*Offene Wunden – zu Liebesorganen gewandelt – ewig trägt sie der Auferstandene an seinem Leibe und sie sind der Quellort des ewigen Heiles für die Welt, für Erde und Mensch.* (H.-W. Schröder: Friedrich Benesch, Leben und Werk 1907 – 1991, Mayer-Verlag)

Alle Weisheitslehren der Menschheit betonen, dass ein meditativer Weg zu höherer Erkenntnis nur mit durchgreifender Selbsterkenntnis des eigenen Doppelgängers möglich ist („Die Versuchungen des heiligen Antonius“ u. v. a.).

In einer glücklicheren strategischen Lage befinden sich Menschen, die altersgemäß nicht mehr im Brennpunkt ihrer Triebe, Begierden und Leidenschaften stehen. Hier ergeben sich Möglichkeiten weisheitvoller Abklärung, die dem jüngeren Menschen (noch) nicht zur Verfügung stehen.

Um die Waage unserer Lebensstudien in einem angemessenen Gleichgewicht zu halten, werden wir uns im nächsten Haus-Kurier dem Thema „Der Mensch und sein Engel“ zuwenden.