

Leseprobe:



Denkschrift für Daniel Hell

DAS EIGENE LEBEN –

jemand sein dürfen, statt etwas sein müssen

Zürich: Verlag Neue Zürcher Zeitung; 2015

Aus der Einführung

Das Gewicht der Seele und das eigene Leben

von Matthias Mettner und Joseph Jung

Ein "eigenes Leben" zu führen, das Streben nach Selbstentfaltung und das Ringen um Identität und Autonomie sind eine lebenslange Herausforderung und Bedingung psychischer Gesundheit des einzelnen Menschen. Es gibt "wohl kaum einen verbreiteteren Wunsch als den, ein eigenes Leben zu führen", stellt der am 1. Januar 2015 verstorbene Soziologe Ulrich Beck einleitend in seinem Buch "Eigenes Leben – Ausflüge in die unbekanntere Gesellschaft, in der wir leben" fest: Wer heute fragt, "was die Menschen wirklich bewegt, was sie anstreben, wofür sie kämpfen, wo für sie der Spass aufhört, wenn man es ihnen nehmen will, dann wird er auf Geld, Arbeitsplatz, Macht, Liebe, Gott usw. stossen, aber mehr und mehr auf die Verheissungen des eigenen Lebens" (Beck 1977).

Das Bedürfnis, ein eigenes Leben zu führen und "Jemand sein zu dürfen, statt Etwas sein zu müssen", ist nicht erst heute für viele Menschen gegenwärtig. Bereits 1912 diagnostizierte Walter Benjamin hellsichtig das Dilemma und die Tragik des modernen Menschen: "Und die alte und geplagte Not ist, dass wir selber uns verlieren. Verlieren durch all die glorreichen Fortschritte" (1980). ... In die moderne Kultur und Gesellschaft ist eine fortwährende Identitäts- und Orientierungskrise des einzelnen Menschen quasi programmiert. Infolge der ständig sich verändernden Welt, der "beschleunigten" Zeit und der zunehmenden Pluralisierung der Lebenswelten, der stetig gesteigerten weltanschaulichen "Warenproduktion", des allgegenwärtigen Prinzips von Angebot und Nachfrage gelangt der Mensch heute häufig nur noch zu einer brüchigen, nervösen Identität. Der hauptsächliche Lebenshalt des Individuums ist

ein "subjektives Reich der Identität". Alle Gewissheit und Sicherheit, deren er im Leben, Denken und Handeln bedarf, muss er zuerst und zuletzt aus sich selber schöpfen. ...

Die erschöpfte Seele

Die modernen Lebensbedingungen und gesellschaftlichen Entwicklungsdynamiken, die mit Stichworten wie Globalisierung und Ökonomisierung, Beschleunigung und Effizienzsteigerung, Individualisierung und Fragmentierung umschrieben werden, überfordern viele Menschen. Sie erschweren die Entwicklung eines stabilen Selbstgefühls und die Verortung des eigenen Lebens. Volkskrankheiten wie Depressionen und Angststörungen und die Häufigkeit psychiatrischer Behandlungen und Psychotherapien belegen dies. ...

„...In der heutigen Welt scheint ja ausgerechnet das innere Leben und Erleben seinen Ort nicht mehr zu finden. Es fehlt die Zeit für Nachdenklichkeit, für die stete und aufmerksame Selbsterkundung, für Träume, Tagträume, psychische Prozesse, mithin für alles Menschliche am und im Menschen.“ Dies sagte der rumänische Schriftsteller Mircea Cărtărescu ... in seiner Dankesrede zur Verleihung des Leipziger Buchpreises ... 2015.

"Für alles Menschliche am und im Menschen"

Dies charakterisiert auch die Haltung und das Interesse des Psychiaters und Psychotherapeuten Daniel Hell, dessen Leben und Werk weit über die Grenzen von Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie hinausstrahlt. Wie stark und vielfältig sich Daniel Hell an den gesellschaftlichen und wissenschaftlichen, ethischen und kulturellen Debatten beteiligt hat, verdeutlichen die Namen der Autorinnen und Autoren aus Medizin und Wissenschaft, Kultur und Politik in dem vorliegenden Buch, die ihr Beiträge in Dankbarkeit, Verbundenheit und Freude für Daniel Hell verfasst und zur Verfügung gestellt haben.

Wer zögert nicht in Zeiten moderner Hirnforschung, Gentechnik und Biowissenschaften, von Seele zu sprechen? Aber "es ist da seelische Erleben, das einen Menschen zum Menschen macht", betont der Arzt und Psychiater Daniel Hell. In seinem Buch "Seelenhunger" erinnert er daran, dass der Begriff "seelisch" wie kein anderer "die Einmaligkeit und Besonderheit des menschlichen Lebens" akzentuiert. Besonders in Lebenskrisen, in Zeiten der Krankheit und des Verlustes, in der Not erfährt der Mensch das Gewicht des Seelischen: "Wer leidet, leidet immer seelisch, unabhängig davon, ob die Ursache des Leidens eher körperlicher, sozialer oder psychodynamischer Art ist." Immer wieder hat sich Daniel Hell kritisch mit dem Seelenverständnis in der Psychiatrie und Psychologie – als den "Wissenschaften der Seele" – auseinandergesetzt, die unter grossem Druck der neurowissenschaftlichen Grundlagenforschung die Seele weitgehend aus dem Blick verloren zu haben scheinen und sich zuneh-

mend mit hirnhysiologischen Mechanismen und Kognitionen oder äusserlichem Verhalten befassen.

Die Idee zu diesem Buch geht zurück auf ein öffentliches Symposium zum 70. Geburtstag von Daniel Hell, das im Sommer 2014 mit mehreren hundert Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Auditorium des Kunsthauses Zürich stattfand. Das vom Forum Gesundheit und Medizin veranstaltete Symposium nahm ein besonderes Anliegen von Daniel Hell als Psychiater und Psychotherapeut auf. Es ging um 'Jemand ' und 'Etwas', um Person und Sache, um Sein und Haben. Jemand zu sein, heisst nicht Etwas zu haben. Es bedeutet auch nicht, im objektivierbar Körperlichen aufzugehen. Es beinhaltet Seelisches, das eine personale Beziehung voraussetzt. Die grossen technischen und naturwissenschaftlichen Erfolge der Spätmoderne führen aber oft dazu, dass das äusserlich Sichtbare oder Gegenständliche, das man hat, mit dem verwechselt wird, was jemand ist. Die herrschende Ökonomie bemisst die Person am Geld, die politischen Wissenschaften an der Macht, die Neurobiologie an Neuronen. Da hat es die seelische Dimension der Innensicht angesichts der Übermacht der Aussensicht selbst in der Seelenheilkunde (Psychiatrie) schwer, gegen dieses mächtige "Etwas" anzukommen. Was heute zählt, ist objektivierbar und ausmessbar. Doch die Person ist kein Gegenstand und auch keine Maschine. Der Blick von aussen bricht sich am inneren Erleben der Person. Weil das so ist, setzt sich Daniel Hell seit Jahrzehnten konsequent dafür ein, nicht nur der wissenschaftlichen Aussensicht Tribut zu zollen, sondern vor allem auch dem seelischen Erleben die nötige Aufmerksamkeit zu schenken. Es geht ihm darum, das seelische Erleben gerade angesichts der technischen Möglichkeiten, den Menschen zum Objekt zu machen, zu stärken.

Licht auf die Rätsel des eigenen Lebens

Daniel Hell hat zwar als Ordinarius für klinische Psychiatrie und ärztlicher Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich mit seinen Mitarbeitenden auch Neurowissenschaft betrieben. Gerade aus der Erfahrung ihrer methodischen Grenzen heraus hat er immer wieder prominent darauf verwiesen, dass isolierte Hirnbefunde nicht mit ganzheitlichem Erleben gleichzusetzen sind. So wurde er zum akademischen Sprecher für die Seele – etwa in den auflagestarken Büchern mit den Titeln "Seelenhunger", "Die Sprache der Seele verstehen" oder "Krankheit als seelische Herausforderung". Nicht nur im deutschsprachigen Raum, sondern darüber hinaus bekannt ist Daniel Hell vor allem als Spezialist für Depressionen. Sein Buch "Welchen Sinn macht Depression?" ist 2014 in 17. Auflage erschienen und in zahlreiche Sprachen übersetzt worden.

Die Denkschrift "Das eigene Leben – jemand sein dürfen, statt etwas sein müssen" für Prof. Dr. Daniel Hell, der den ganzen Menschen in seinem seelischen Erleben ins Zentrum seiner therapeutischen und wissenschaftlichen Arbeit stellt, lädt dazu ein, aus unterschiedlichen Perspektiven Licht "auf die Rätsel des eigenen Lebens" zu werfen und sich mit der Notwendigkeit und der Not auseinanderzusetzen, das eigen Leben zu finden und zu gestalten. ...