

Radikale Empathie

Wir befinden uns inmitten von Veränderungen globalen Ausmaßes. Trennende Ansichten werden dabei bewusst verstärkt. Wie sollen wir damit umgehen? Was ist Recht, was Unrecht? Ein Lösungsansatz: Empathie. Die Bewusstseinslehrerin und Mediatorin für interkulturelle Krisensituationen Christina Kessler erklärt, was sich hinter diesem Begriff verbirgt.

Seit ein paar Wochen plagen mich Alpträume, das hatte ich schon lange nicht mehr. Träume mit immer gleichem Muster: Szenen, in denen nichts mehr zusammenpasst, die erfüllt sind von Missverständnissen. Menschen reden aneinander vorbei, ihre Entscheidungen führen in die Irre, sie kriegen nichts mehr auf die Reihe, obwohl jeder beabsichtigt, das Richtige zu tun. Was aber ist das Richtige? In der Auseinandersetzung darüber geraten sie ins Schleudern. Ihre Hilfslosigkeit lässt sie Partei ergreifen und aufeinander losgehen. Im Hintergrund gehen Städte in Flammen auf. Ich höre mich schreien: „Aufhören! Stehenbleiben! Innehalten!“ – und wache schweißgebadet auf ...

Es sind Szenen, wie ich sie auch in meiner Arbeit als interkulturelle Mediatorin erlebe. Nein, die gegenwärtige Situation von Terror, Flucht und Angst macht lässt mich nicht kalt. Ich stehe mittendrin, erlebe mich als Teil der Geschichte.

Mein Job besteht darin, eine Atmosphäre erschaffen zu helfen, in der die Mauern von Weltanschauungen, Begrenzungen und Projektionen fallen – damit das Wesentliche zum Vorschein kommen kann.

In andere Positionen hineinversetzen

Dazu brauche ich eine ganz besondere Eigenschaft: radikale Empathie. Radikal deshalb, weil es nicht einfach ist, sie alle gleichermaßen zu verstehen: Bevölkerung, Politiker, Flüchtlinge, Islamisten. Es ist dort nicht einfach, wo man glaubt, im Recht zu sein, und vom Unrecht der anderen überzeugt ist. Davor bin auch ich nicht gefeit. Aber ich weiß aus Erfahrung: Erst wenn ich mich in Situationen, Menschen und deren Biografien einfühlen kann, erschließt sich mir das ganze Bild. Erst dann taucht, wie aus einem tieferen Bewusstseinsgrund, ein glasklares Unterscheidungsvermögen auf, das erkennen lässt, wo

es nein zu sagen gilt und wo Brücken geschlagen werden wollen.

Würde ich mich jedoch auf eine Seite ziehen lassen, hätte ich meine Chance als Vermittlerin verspielt. Radikale Empathie bedeutet also nicht nur, sich in andere Positionen hineinzusetzen. Gleichzeitig muss ich konsequent in meiner eigenen Mitte bleiben. Tue ich das nicht, geht mein klarer Bezug verloren; ich identifiziere mich mit den Rollen von Beteiligten, mit ihrem Leid, verbünde mich innerlich mit ihnen ... – und übersehe, dass ich die übrigen Mitspieler dabei automatisch in die Rolle der Gegner dränge.

Jetzt nicht Partei ergreifen!

Die Ereignisse der letzten Wochen, die in der Flüchtlingswelle und in den Terroranschlägen von Paris gipfelten, zeigen, dass wir uns inmitten einer Veränderung globalen Ausmaßes befinden. Der politische Kurs „Teile und herr-

Abb. © imorihaiy - Fotolia.com



© Renato Gerussi, www.renatogerussi.com

Die Wahlberlinerin Dr. phil. Christina Kessler ist Ethnologin, Bewusstseinslehrerin, Mediatorin und Spezialistin für interkulturelle Krisensituationen. Vor sechs Jahren hat sie die Liebe zu dieser Stadt hierher verschlagen. Seither steht „pulling down walls“ als Anspruch und Ziel für ihren prozessorientierten und interconnectiven Ansatz, mit dem sie einen Beitrag zu einer globalen Kultur des Herzens leisten möchte. „Berlin ist meine Stadt. Berlin triggert die Ahnung, dass Quantensprünge tatsächlich möglich sind. Es führt vor Augen, wie aberwitzig künstlich errichtete Mauern sein können und welch ein Sieg es ist, Begrenzung zu überwinden.“

Aktuelles Programm: Impulsvorträge, Workshops und eine zweieinhalbjährige Ausbildung zum Consultant for Interconnective Development (Tiger Mind Training)

Wichtigste Publikationen: *Amo ergo sum* – ich liebe, also bin ich. Der Weg in eine neue Wirklichkeit, Heyne2005.

Wilder Geist, wildes Herz. Kompass in stürmischen Zeiten, Kamphausen 2011. 33 Herzensqualitäten – Die Intelligenz der Liebe. Neuauflage 2014 bei edition amo ergo sum.

Info, Kontakt & Buchshop über www.christinakessler.com

www.christinakessler.com

sche!“ wird immer gnadenloser durchgezogen. Trennende Ansichten werden bewusst und überall verstärkt. Es fällt bereits das Wort „Krieg“. Deshalb dürfen wir nicht wegschauen. Wir dürfen uns aber auch nicht in die Auseinandersetzungen hineinziehen lassen. Meiner Meinung nach sollten wir gerade jetzt Partei ergreifen. Jetzt wäre es notwendig, alle spaltenden Tendenzen zu überwinden, zuallererst in uns selbst.

Mitgefühl ist Einfühlungsvermögen, jedoch nicht unbedingt Mitleid. Mitleid triggert das Gutmensch-Syndrom. Gute Menschen sind wunderbar. Der Gutmensch allerdings neigt dazu, die Verantwortung für seine eigenen inneren Räume abzugeben. „Gut sein“ bereitet ihm ein ruhiges Gewissen, doch versprüht seine Einstellung den Duft ungesunder Grenzenlosigkeit, die zu Missbrauch einlädt statt ihm vorzubeugen. Empathie heißt nicht alle Tore öffnen. Eine echte Willkommenskultur braucht echte, starke Gastgeber.

Starke Gastgeber

Nehmen wir uns, weil es so nahe liegt, ein Beispiel am alten Orient. Gastfreundschaft war dort ein hoher Wert und setzte eine Haltung der Würde voraus. Bevor der Gastgeber den Gästen Unterkunft gewährte, vermittelte er unmissverständlich die Regeln und Wünsche des Umgangs im eigenen Hause – nicht nur zum Schutz der Bewohner, gleichermaßen als notwendige Orientierungshilfe für die Gäste. Wenn wir Deutsche die ankommenden Flüchtlinge nicht bereits beim Einlass über unsere Rechtsgrundlagen aufklären, wenn wir sie nicht vor die Wahl stellen, sich unserer Kultur anzupassen oder wieder zu gehen – wie soll Integration dann stattfinden? Wie soll es dann jemals zu einer kreativen Kooperation kommen, aus der neue gesellschaftliche Formen erwachsen? Eine solche Haltung muss, von der Logik natürlicher Prozesse aus betrachtet, bereits am Eingang spürbar sein. Als ich vor 40 Jahren meine erste Feldforschung bei den Huichol-Indianern in Mexiko antrat, erfuhr ich die Wirkung eines solchen „Erstgesprächs“ am eigenen Leib. Die Ältesten vermittelten mir auf eindeutige Weise, dass ich Respekt vor ihren Gepflogenheiten üben oder eben wieder gehen müsse. Die Ansage saß, sie stellte mich vor die Wahl. Der Stolz der Indigenen beeindruckte mich.

Ich verstand – und nahm ab diesem Moment meine Gastrolle mit ihren Rechten und Pflichten völlig anders wahr.

Orientierung durch klare Ansagen

Menschen in Not zu helfen ist oberstes Gesetz der Menschlichkeit. Unklare Bedingungen allerdings sind der Nährboden für Missverständnisse aller Art; sie beschwören Chaos herauf. Ein Großteil der Flüchtlinge ist islamischer Herkunft. Der Islam ist eine Religion mit stark missionarischen Zügen. Viele gläubige Muslime fühlen sich der „haltlosen“ westlichen Zivilisation gegenüber überlegen und beauftragt, möglichst vielen Menschen wieder auf die richtige Spur zu verhelfen. Wo blieb bei unseren Politikern die Einsicht in menschliche Denk- und Verhaltensdynamiken, wo das Gespür für die zu erwartenden Abwehr-Tendenzen in der eigenen Bevölkerung? Das politische Versäumnis an dieser Stelle ist so offensichtlich, dass es nicht verwundert, wenn man hinter dem Heiligenschein humanitärer Hilfe einen geopolitischen Schachzug vermutet: bewusste Destabilisierung, in der Gutmenschen, Rechtsradikale, Flüchtlinge, Terroristen und Politiker gleichermaßen zu Marionetten werden.

Bei uns selber anfangen

Ob Versäumnis oder Absicht, im Grunde ist das egal. Wir, die Einzelnen, dürfen uns nicht destabilisieren lassen, auf keinen Fall. Wir müssen bei uns bleiben, zentriert bleiben. Wir müssen Haltung einnehmen und unsere verlorene Würde zurückerobern. Stets argumentieren wir über die Würde der anderen. Warum fragen wir nicht nach unserer eigenen? Täten wir das, fiel es uns wie Schuppen von den Augen, dass wir unser wichtigstes Gut längst verspielt haben – durch Gier, Egoismus, Konsumnarkose und Ethikverlust. Dann ginge uns auf, dass wir gar keine intakte Gesellschaft mehr sind, sondern eine dekadente; eine liberale zwar, aber eine aus dem Lot geratene. Würde – damit ist die einzigartige Seinsbestimmung eines jeden Menschen gemeint, die nur in einem gesunden Spannungsfeld von Freiheit und Commitment, sprich freiwilliger Verbindlichkeit gedeiht. Ohne Würde gibt es weder Zentrierung noch Orientierung, ohne Zentrierung keine Empathie, ohne Empathie keine Gerechtigkeit. Radikale Em-

pathie bedeutet nicht, in Koalition mit den „Guten“ gegen das „Böse“ zu gehen, wer und was das auch sein mag. Sie hat nichts mit Friede, Freude, Eierkuchen zu tun. Radikale Empathie bedeutet respektvolle Beziehungen aufzubauen, in denen die Kräfte frei fließen können. Radikale Empathie ist ein universales soziales Regulationsprinzip. Krieg dagegen bringt Zerstörung. Krieg stellt unter keinen Umständen eine adäquate Option dar. Krieg ist immer das Eingeständnis einer geistigen Niederlage.

Die Würde des Menschen ...

Genau betrachtet ist die gegenwärtige Bedrohung ein Aufruf der Evolution zu einer globalen Bewusstseins-Erneuerung und so gesehen eine Riesen-Chance für unser Menschsein. Nachhaltige Lösungen können heute nur noch aus einer kollektiven Innenschau hervorgehen: aus der Orientierung an der gemeinsamen Essenz unserer Menschlichkeit und dem Vorrang intrinsischer Werte (Herzensqualitäten) vor egoistischen Interessen. Wir Deutschen können uns dabei auf positive Strukturen besinnen, die in einer hellen Phase unserer Geschichte formuliert wurden – das Grundgesetz mit ihrem obersten Grundsatz „Die Würde des Menschen ist unantastbar.“ Wenn wir unsere eigene Würde wiederfinden, wird die Achtung vor der Würde des Anderen zur Selbstverständlichkeit. Wahre Helden haben das Problem gelöst, bevor es in Erscheinung tritt.

Jetzt ist es Zeit aufzustehen. Aber nicht gegen Menschen, Völker und Religionen. Es ist an der Zeit, sich über trennende Denk-, Verhaltens- und Handlungsmuster, patriarchale Herrschafts-Muster von Macht, Ausbeutung und Gewalt zu erheben, von denen wir alle konditioniert sind. Denn diese Konditionierungen dienen weder dem Miteinander noch dem Leben noch dem Ganzen. „Down walls“ gilt für alle Seiten und alle Beteiligten, im politisch Großen wie im individuell Kleinen. Genau betrachtet, haben wir gar keine andere Wahl. „Der Mensch der Zukunft wird ein Liebender sein oder er wird nicht mehr sein“ lautet der Aufruf der Evolution an die Menschheit. Es ist der Aufruf zu einer neuen Bewusstseins-Ära, die in eine globale Kultur des Herzens führt. Wir sollten ihn nicht überhören. ☺