



## Eine kollektive Kränkung

Wie uns die Corona-Pandemie Selbsterkenntnis, Demut und Empathie lehren könnte

Von: Christoph Lang, erschienen im Deutschen Pfarrerblatt, Ausgabe 6/2021

Im Anfang war die Kränkung

Und dann war sie da, die dritte Welle. Und mit ihr – fast im Sinne einer self-fulfilling prophecy – zum dritten Mal: Lockdown. Im Ringen mit dem Virus ergeben sich gleich an mehreren Stellen riskante Gratwanderungen: Zwischen Freiheit und Verantwortung, zwischen Ökonomie und sozialem Miteinander, zwischen Vorsicht und Risikobereitschaft einer Gesellschaft muss politisch manövriert werden. Mehr und mehr stellt sich bei vielen ein Gefühl der Ohnmacht ein: Die Pandemie entwickelt sich zu einer Quelle vielfältiger Kränkungen.

Unter „Kränkung“ verstehe ich die Verletzung eines anderen Menschen in seiner Ehre, seinen Werten, seinen Gefühlen, insbesondere seiner Selbstachtung. Der renommierte Gerichtspsychiater und Bestseller-Autor Reinhard Haller definiert in seinem Standardwerk „Die Macht der Kränkung“ wie folgt: „Kränkungen sind destruktive Energien, die fast jedem menschlichen Übel, von Krisen und psychosomatischen Krankheiten über Partnerschafts- und Berufskonflikte bis zu Terror und Krieg ... zugrunde liegen“ (Haller 2017, 15). Wichtig ist dabei, dass die komplexen Interaktionen einer Kränkung nicht per se negativ sind. Entscheidend ist der konstruktive Umgang mit erlebten Kränkungen. Kränkungen können zu einer Chance werden, sich selbst und die Mitmenschen besser kennenzulernen – und sie können die vielleicht wichtigste menschliche Fähigkeit, das Empathievermögen, fördern. Diesen Gedanken möchte ich hier entfalten.

Der Einzelne im Visier eines angriffslustigen Virus

Am Anfang einer Kette von Kränkungen steht diesmal ein kleines, aber wirkmächtiges Virus, das wohl nur bedingt in den Griff zu kriegen ist. Auf der individuellen Ebene ist das gefährliche und unter Umständen todbringende Virus zuerst ein Angriff auf mein ganz persönliches Leben. In scheinbarer Sicherheit zu leben, mit relativer Gesundheit ausgestattet zu sein, mich weitgehend ohne persönliche Einschränkungen ausleben und verwirklichen zu können, das erschien uns in den letzten Jahrzehnten, jedenfalls in den westlichen Gesellschaften, als Normalität.

Der Einzelne, dessen Selbstwert durch sein Schaffen, durch planbare Arbeit, relativ sicheren Verdienst und ungehemmte freie Entfaltung bestimmt war, muss plötzlich damit leben, dass vieles von dem nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr zählt. Von vielen wird das, was nun alles nicht mehr möglich ist, zunehmend als Kränkung erlebt: Starke Emotionen wie Angst, Ohnmachtserleben und eine massive und nachhaltige Erschütterung des Selbstbildes sind die Folgen.

Wir haben es nicht im Griff

Schaut man auf das soziale Miteinander und die gesellschaftliche Ebene, dann liegt es auf der Hand: Das Virus greift in seiner potenziellen Gefährlichkeit vieles von dem an, was unser Miteinander bisher ausgemacht hat. Dazu zählt auch die sich langsam ausbreitende Einsicht, dass wir die Dinge noch lange nicht im Griff haben. Kitas und Schulen sollen um jeden Preis geöffnet bleiben – auch wenn sich mehr und mehr Stimmen zu Wort melden mit dem Hinweis, dass Wohl und Wehe unserer Kinder nicht an einer vermeintlich lückenlosen Bildung hängen. Hier scheint es eher darum zu gehen, Familien nicht zu überfordern durch „unbetreute“ Kinder. Zu meinen, dass einige Wochen Unterrichtsausfall in



einer Pandemie das Zünglein an der Waage seien, zeigt die fehlende Selbstreflexion der Bildungsakteure.

Immer mehr Naturwissenschaftler melden sich zu Wort mit dem Hinweis, dass alle politischen Entscheidungen im Rahmen der Pandemie immer nur auf Hypothesen aufbauen können. Hypothesen müssen ständig hinterfragt werden. Die Forschung zu Covid-19 zeigt, wie wenig die Menschheit an dieser Stelle bisher weiß, auch wenn es bereits Fortschritte gibt. Und auch und vor allem im Blick auf den Siegeszug des homo faber im 20. Jh. scheint das Virus genau jene kränken zu wollen, die weiterhin fest daran glauben, dass wir „es“ schaffen und machen können, wenn wir uns nur genug anstrengen. Der 2017 verstorbene Schweizer Dichterpfarrer Kurt Marti schrieb in einer seiner Denkskizzen: „Wenn nicht ein Wunder geschieht und der Homo faber zum Homo admirans mutiert, zum Menschen, der seine kreativen Energien aus dem Staunen und Bewundern schöpft, drohen die Macher als große Kaputtmacher zu enden – und wir mit ihnen.“ (Marti 2011, 17)

Keine Frage: Das Virus macht in seiner Stärke, Reichweite und Fähigkeit deutlich, dass der Mensch als Bewohner des blauen Planeten sich nicht sicher sein kann, wie lange seine Spezies hier noch zu Gast sein darf – anderen Lebewesen werden deutlich bessere Prognosen zuteil. „Unsere Art zu leben“ scheint dabei mehr und mehr fragwürdig geworden.

## Die Macht kollektiver Kränkungen

All diese Erfahrungen können als Kränkung erlebt werden: individuell, gesellschaftlich und global. Auf der Ebene des Einzelnen haben diese Kränkungen destruktiven Charakter, treffen einen wunden Punkt, erschüttern den Selbstwert, verletzen den Gerechtigkeitssinn und rufen Enttäuschungen hervor. Je nach persönlicher Disposition werden diese Kränkungen unterschiedlich wahrgenommen und verarbeitet.

So oder so erleben wir dabei aber auch kollektiv, als menschliche Spezies insgesamt, zurzeit eine kaum dagewesene Welle an Demütigungen. In keinem anderen Bereich zeigt sich die Wirkkraft der Demütigungen deutlicher als bei kollektiven Kränkungen. „Demütigungen wirken sich stärker als alle anderen Emotionen auf das Fühlen, Denken und Handeln von Gruppen oder ganzen Völkern aus. Sie setzen mächtige soziale Energien frei, die zu verhängnisvollen gesellschaftlichen und politischen Entwicklungen führen können. Zu diesen kollektiven Kränkungen sind auch jene zu zählen, welche die Menschheit in ihrer Gesamtheit treffen. [...] Kränkungen stehen am Beginn von Auseinandersetzungen und Feindschaft, von Demütigung und Rache, von Krankheit und Leid. Kollektive Kränkungen ziehen sich durch die menschliche Geschichte, ihre destruktive Energie hat Kriege ausgelöst und ist für Völker und Kulturen schicksalsbestimmend geworden. [...] Nach der Botschaft des Alten Testaments finden wir das Motiv für das ganz am Anfang der Menschheitsgeschichte stehende Verbrechen, den Brudermord von Kain und Abel, in nichts anderem als in tiefer Gekränktheit: Kränkung als Urmotiv des Urverbrechens.“ (Haller 2017, 9). Die Thesen von Reinhard Haller fassen gut zusammen, was wir an vielen Stellen gerade im Zusammenhang mit der Pandemie erleben.

## Höchst wirksame Kettenreaktionen

Wenn Haller von kollektiver Kränkung spricht, führt er dabei die Idee von Sigmund Freud weiter, der schon 1917 in seinem Werk „Eine Schwierigkeit der Psychoanalyse“ drei große Kränkungen der Menschheit ausmachte: die kopernikanische, die darwinsche und die freudsche. „Er meinte damit, dass die Philosophie, die Geisteswissenschaften, die Religionen, die politischen Systeme, die Gesellschaft, ja die ganze Menschheit durch neue Erkenntnisse in ihren bisherigen Vorstellungen und



in ihrem Glauben zutiefst erschüttert würden. Auf die Notwendigkeit, sich von den alten Werten verabschieden und auf ganz neue Denkweisen einlassen zu müssen, reagiere die Menschheit gekränkt“ (Haller 2017, 91).

Im Anschluss an diese Überlegungen wurden in jüngster Zeit von kulturphilosophischer und anthropologischer Seite zahlreiche weitere Erkenntnisse als Kränkungen der Menschheit bezeichnet: die Entschlüsselung des genetischen Codes des Menschen, die Erkenntnisse über die Grenzen des Wachstums sowie die Begrenztheit der natürlichen Ressourcen. In den beiden letzten Erkenntnissen spiegelt sich die zunehmende Einsicht, dass es dem homo sapiens im sog. Anthropozän offensichtlich nicht gelingt, Natur und Umwelt „in den Griff zu kriegen“. In diesem Sinne könnte man auch das Erleben der Corona-Pandemie als eine kollektive Kränkung unserer Zeit einordnen.

## Kränkung als Chance? Drei denkwürdige Chancen

Es birgt ein gewisses Risiko, im Zusammenhang mit Covid-19 von der Krise als Chance zu sprechen. Zu schnell könnte der Eindruck entstehen, dass Leiden kleingeredet und Widersprüche einfach versöhnt werden sollen: die Krankheit als Lehrmeister, die Krise als Entwicklungschance. Vielleicht wäre aber schon viel gewonnen, wenn zunächst die Sensibilität für das Kränkungsthema in all seinen Facetten erhöht würde. So könnte ein erstes Anerkennen sowohl der eigenen Gekränktheit als auch der kollektiven Phänomene von Kränkung unserer Tage zum Verstehen und zum Annehmen der Situation beitragen. Wo uns das gelingt, könnte auch eine kollektive Kränkung anregend und die Auseinandersetzung mit ihr konstruktiv sein. Es sind drei Bereiche, in denen wir als Einzelne und als Gesellschaft wachsen könnten: Im Bereich der Selbsterkenntnis, im Blick auf unsere Rolle im Kosmos, und schließlich auch im Blick auf unsere Empathiefähigkeit.

### Selbsterkenntnis

Selbsterkenntnis kann sich einstellen, weil eine Kränkung uns wie in einem Spiegel unsere Verwundbarkeit vor Augen führt. Es sind unsere sensiblen Stellen und verborgenen Verletzungen, die plötzlich ans Tageslicht kommen. Diese Sensibilität und Vulnerabilität haben durchaus auch eine positive Seite. Wir spüren, was uns wirklich wichtig und wertvoll ist. Wir sind herausgefordert, die emotional hoch besetzten Dinge neu zu priorisieren. Die Kränkung zeigt uns, was uns wirklich wichtig ist – oder, wo sich vielleicht nur Leere einstellt, fordert sie uns dazu heraus, uns die eigenen Werte und Werthaltungen bewusst zu machen.

### Demut

Kränkungen können, so Haller, auch dann konstruktiv verarbeitet werden, wenn wir die Kränkungsbotschaft und den Absender einer Kränkung genauer analysieren. Bei Kränkungen, die von Menschen ausgehen, lernen wir dabei oft das wahre Gesicht des anderen kennen. Im Falle des mächtigen kleinen Virus könnte die Kränkungsbotschaft vielleicht heißen: „Mensch, Du nimmst Dich viel zu wichtig!“ Oder: „Du kriegst mich so leicht nicht in den Griff!“ Oder auch: „Mensch, Du hast wohl vergessen, dass es neben Dir noch viel mächtigere Lebewesen gibt!“ Wo es uns gelingt, der Kränkungsbotschaft mit einer gewissen Distanz und Neugier zu begegnen, da lernen wir tatsächlich etwas Wesentliches dazu, anstatt an alten falschen Vorstellungen von unserem vom Menschen dominierten Miteinander auf diesem Planeten festzuhalten. Unter dem alten Stichwort Demut gibt es gegenwärtig von philosophischer wie auch von theologischer Seite Ansätze, den Platz des Menschen im Anthropozän neu zu bestimmen.

### Empathiefähigkeit

Schließlich – und das könnte die dritte Chance sein, die sich durch die große Kränkung ergibt – könnte



sich unsere Empathiefähigkeit in dieser Krise wesentlich weiterentwickeln. Wenn wir verstehen, dass die „große Kränkung“ durch das Virus viele Folge-Kränkungen bei den Menschen nach sich zieht, können wir uns auch besser einfühlen in das, was Einzelne in Folge ihres Gekränktheits erleben. „Im Gespür für Kränkungen, im Wahrnehmen eigener Gekränktheit und in der Handhabung von Kränkungen anderer verändert sich zwangsläufig die Empathie. [...] Wenn man empathisch vorgeht, wird man sich davor hüten, andere Menschen zu beschämen“, so der Psychiater Haller. Im Wahrnehmen der eigenen Kränkungen erfassen wir nicht nur eigene sensible Stellen. Wir beginnen auch, den größeren Zusammenhang zu sehen, in dem wir uns bewegen. „Kränkungen sind universell und zeitlos. Nichts außer der Liebe, des großen Gegenspielers, ist so menschlich. [...] Noch nie war eine nur scheinbar coole Gesellschaft so empfindlich und verletzlich“ (Haller 2017, 243).

Dass uns immer wieder neue Kränkungen treffen werden, individuell, kollektiv und global, liegt somit auf der Hand: „Von den Beschämungen am Internetpranger über die neue Art partnerschaftlicher Konfliktaustragungen bis hin zu den großen Verunsicherungen durch modernen Terror und Krieg. Kränkungen werden nie verschwinden, sie bekommen ein anderes Gesicht und eine neue Wertigkeit. Nie werden wir uns ihnen entziehen, wohl aber anders mit ihnen umgehen – sensibler, achtsamer, offener“ (Haller 2017, 243).

Auf dem Weg durch die gegenwärtige pandemiebedingte kollektive Kränkung der Menschheit wird es nicht nur darauf ankommen, dass jede und jeder das eigene Empathievermögen weiterentwickelt. Angezeigt wäre auch ein beständiges Ringen um neue Welt- und Selbsterkenntnis durch das Verarbeiten von Kränkungen. Und schließlich braucht es dringend einen Diskurs über das, was uns als Menschheit, als Gesellschaften, als Einzelne wichtig und heilig ist. Die gründliche Debatte um eine neue und begründete Haltung der „Demut“ steht dabei noch aus. Der Begriff steht wohl kaum im Verdacht, ein Modewort zu sein. Wenn es gelänge, die erlebten Kränkungen inmitten der Pandemie als Demütigungen im Wortsinn zu verarbeiten, könnte das zu einer neuen Haltung menschlicher Demut auf diesem blauen Planeten führen. Und der homo faber könnte sich, um das Diktum von Kurt Marti noch einmal aufzunehmen, in weiser Nachdenklichkeit und wahrer Gottesfurcht vielleicht wirklich zum homo admirans weiterentwickeln.

## Literatur

Reinhard Haller: Die Macht der Kränkung, Salzburg/München 2017

Kurt Marti: Von der Weltleidenschaft Gottes, Denkskizzen, Stuttgart 2011

Christoph Lang

Deutsches Pfarrerblatt, ISSN 0939 - 9771

Herausgeber:

Geschäftsstelle des Verbandes der ev. Pfarrerinnen und Pfarrer in Deutschland e.V

Heinrich-Wimmer-Straße 4

34131 Kassel