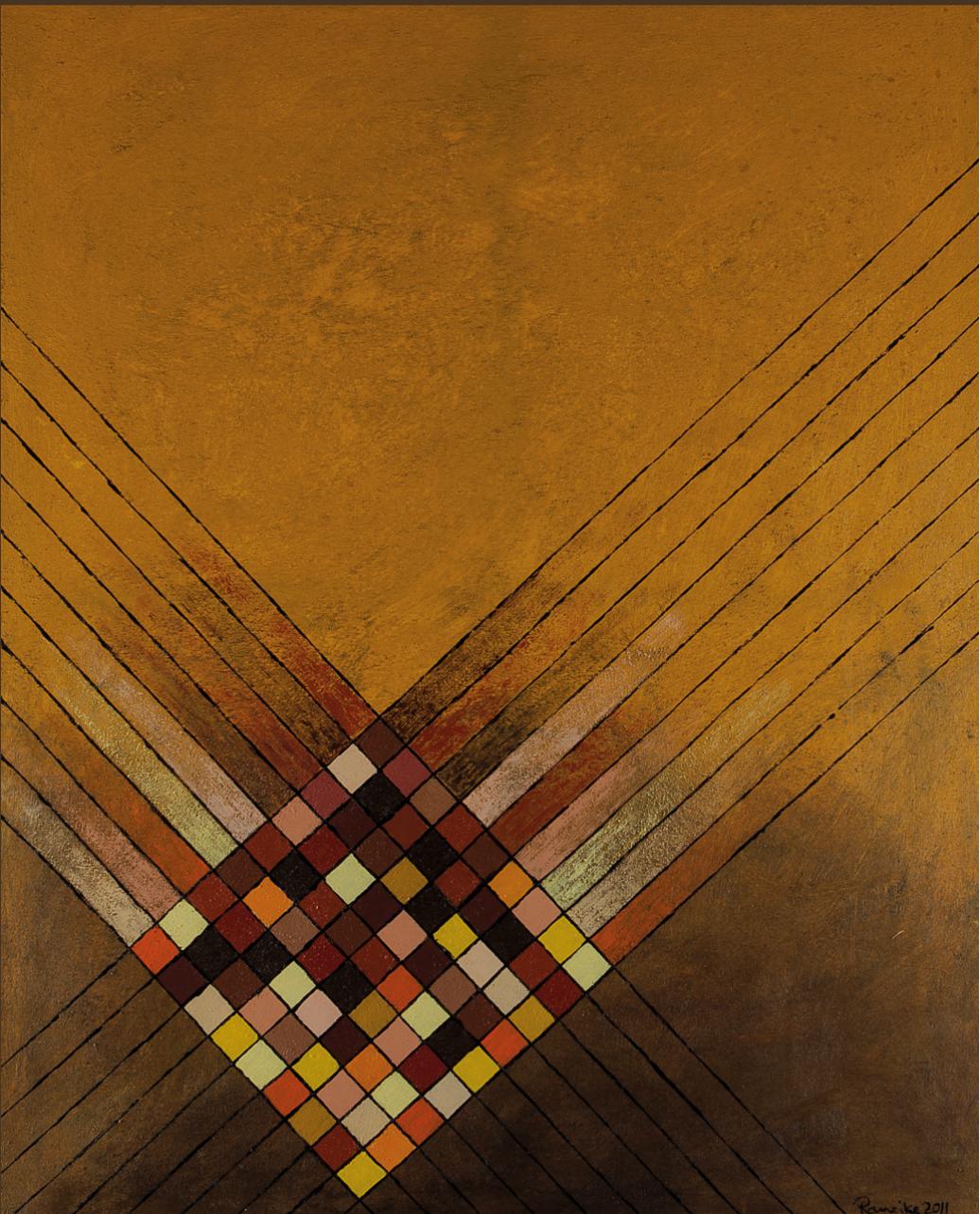


Die Auffindung des Ich

F.J. Stickel



Zu diesem Buch

Der Autor ist den Weg der Erforschung der Gesamtheit des menschlichen Seelenlebens – und nicht nur von Einzelaspekten des Seelischen – diesen Weg, den Sigmund Freud als Erster eingeschlagen hat, den ist er weitergegangen. Dabei ist er zu Einsichten gelangt, die sich als unmittelbar brauchbar und hilfreich erwiesen haben für Jedermann, für Kranke wie für Gesunde.

Für meine Frau Christina.
Für unsere Kinder und Kindeskinde.
Und für alle, die diesem Buch begegnen

F. J. Stichel

Die Auffindung des Ich

Strukturen des Menschseins
Einteilungen und Inhalte

Impressum

Dr. F.J. Stichel, fj.stichel@web.de

Texterfassung: Monika Strobl

Lektorat: Kerstin Schulz

Layout und Satz: kpr kommunikation | Udo Klünsch

Titelbild: Karin Romeike

Druck: epubli, Berlin

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN: siehe Buchrückseite

1. Auflage 2015

©2015 Dr. F.J. Stichel, Ludwig-Dürr-Straße 41, 82057 Icking

Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt.
Alle Rechte vorbehalten.

Die Verwendung von Text und Bild, auch auszugsweise, ist ohne die schriftliche Zustimmung des Autors urheberrechtswidrig und daher strafbar. Das gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

Alle Angaben in diesem Buch wurden mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder Autor noch Herausgeber noch Verlag können jedoch für Schäden haftbar gemacht werden, die im Zusammenhang mit der Verwendung dieses Buches stehen.

Inhaltsverzeichnis

Impressum.....	6
Einleitung.....	9
Zur Natur des menschlichen Seelenlebens.....	11
Auf der Suche nach brauchbaren Denkstrukturen	17
Zur Charakteristik des Verstandes	21
Zur Charakteristik der Gefühle.....	23
Auf dem Wege zum Ich.....	27
Die drei Strukturen des Seelischen im Vergleich	31
Das Ich als Hausherr und Lebensführer	33
Die Entwicklung des Menschen-Ich	35
Wirk- und Arbeitsstrukturen des Ich.....	43
Körperstrukturen des Ich.....	45
Die Herkunft des Ich.....	49
Die Aufträge des Ich	53
Zur Charakteristik des Ich.....	59
Woher das Bewusstsein des Menschen-Ich?.....	69
Die Arbeit des Ich: Die Wahrnehmung (Input).....	75
Die Arbeit des Ich: In der Innenwerkstatt.....	79
Die Arbeit des Ich: Der Output.....	81
Die Charakteristika der drei unkörperlichen Seelenstrukturen im Überblick.....	83
Das Gedächtnis.....	91
Die Vermessung des Ich	93
Training/Therapie.....	95
Beispielhafte Ich-Konstellationen	99
Theorie und Praxis.....	105
Der Gewinn der Dreierstruktur	107

Meine Arbeit.....	111
Die Vermarktung der Ich-Diagnostik	113
Natur	115
Schicksal?	117
Realität?	119
Weltbild.....	123
Nachwort.....	125
Ich über mich	129
Danksagung.....	131
Literaturverzeichnis.....	133

Einleitung

Wir alle haben ein Seelenleben in uns. Das wissen wir. Wir wissen auch, dass Manches, was wir können oder nicht können an diesem Seelenleben liegt. Aber wir können nichts daran ändern.

7.2.2015

Woran liegt das?

Das Seelenleben ist nicht fassbar.

Es hat keine Struktur.

Wir glauben zwar, uns zu kennen, aber in Notlagen, in denen es darauf ankommt, gezielt einzugreifen, merken wir, dass wir das gar nicht können. Wir sind hilflos, manchmal vollkommen verzweifelt.

Worin besteht meine Hilfe?

Ich habe bei meiner Arbeit mit Menschen, mit vielen und unterschiedlichen, eine Struktur des Seelenlebens aufgefunden, eine innere Orientierung, die greifbar ist. Mit der man konkret arbeiten kann. Mit der man Mängel fassen und beheben kann. Durch ein gezieltes Training.

Dieses Buch will die aufgefundene Seelenstruktur nicht nur einfach darstellen, dieses Buch will diese Struktur aus ihrer Entstehungsgeschichte heraus neu erstehen lassen.

13.3.2015

Die Hoffnung dabei ist, dass vielen Lesern dadurch die aufgefundene Struktur unmittelbar verständlich wird. Und damit brauchbar. Und anwendbar.

Zur Natur des menschlichen Seelenlebens

Ohne ein umfassendes Bild vom Menschen kann keiner Psychotherapeut sein. Auch nicht Trainer oder Seelsorger oder Pädagoge oder Politiker oder ganz allgemein gesprochen: Menschenführer.

29.12.2014
10.01.2015

Ein Mensch besteht nicht nur aus einem „Menschenbild“. Er ist auch ein Körper.

„Das Menschenbild“ ist ein gedankliches Bild vom Innenleben des Menschen, also so etwas wie die gedankliche Führungsstruktur des Gesamtorganismus Mensch. Man könnte auch sprechen vom bewussten Seelenleben.

Die Arbeit des bewussten Menschen besteht in der individuellen Lebensführung. Um diese geht es bei der Psychotherapie. Nicht nur bei der Lebensführung anderer, sondern auch bei der eigenen. Die beste Führung ist immer noch das eigene Vorbild. Die Grundlage aber, auf der diese Arbeit getan wird, ist ein gesunder Körper.

Seele und Körper arbeiten nicht unabhängig voneinander. Sie arbeiten auf vielerlei Art und Weise zusammen. Bewusst oder unbewusst. Weil das so ist, ist es für jede Führungsarbeit so wichtig, von beiden Leben – Seele und Körper – möglichst viel zu wissen. Das Leben vollzieht sich sowohl in der Wirklichkeit des Körpers wie auch in der

Wirklichkeit des Denkens.

Alles Denken ist, um wirklich zu werden, angewiesen auf seinen Körper. Die müssen sich einig sein, das Denken und der Körper, um zu einer produktiven Wirklichkeit zu werden.

30.12.2014
10.1.2015

Der Körper als lebender Organismus ist in seinen Strukturen, in seinen Funktionsabläufen, in seinen Funktionsbedingungen, den zuträglichen wie den abträglichen, sehr weitgehend erforscht. Zumindest, soweit diese durch eingehende Beobachtungen erreichbar sind. Die dabei gewonnenen Erkenntnisse sind von deskriptiver Art. Man weiß, wie sie ablaufen und was zu tun ist, um sie aufzuhalten oder in Gang zu bringen oder zu reparieren. Aus diesen Erkenntnissen ergibt sich die große Welt der Medizin.

Die Medizin kann helfen, aber nicht heilen. Der Mensch kann natürliche Vorgänge fördern, aber nicht selber machen. Der Mensch kann für eine Wunde günstige Heilungsbedingungen herstellen, aber die Heilung selbst, die kann er nicht. Die kann nur die Natur. Der Mensch kann die Natur nur nachahmen. Er kann sie fördern oder behindern. Aber selbst erschaffen, das kann er nicht.

Die Erkenntnisse, die den Körper als lebenden Organismus betreffen, sind sehr weit fortgeschritten. Das kann man von der Seele oder dem Seelenleben nicht behaupten. Das scheint mir daran zu liegen, dass diese unkörper-

lich ist. Die Seele ist unkörperlich. Sie ist zwar eine Realität, aber eine gedankliche und keine körperliche.

Gedankliche Realitäten können jederzeit körperlich werden, indem man einen Gedanken in die Tat umsetzt. In dem Augenblick wird aus einem Hausgedanken, aus einem Hausplan, ein Haus. Dies ist der handfeste Beweis für die Realitätsmöglichkeit eines Gedankens. Jedes Gedankens. Zwischen einem Gedanken und einer entsprechenden Tat steht ein Mensch mit seinem Ich als Entscheider, als Bestimmer, als Lenker. Der Mensch im Besitz seines bewussten Seelenlebens. In seinem Ich als Befehlshaber: Tat oder Nicht-Tat. Dies ist eine erste Begegnung mit einer allgemein vorhandenen und konstanten Struktur des Seelenlebens, nämlich dem Ich.

Durch die Rückschlussmöglichkeit von einer Tat auf einen vorhandenen Gedanken ist der Weg frei für die Erkenntnis einer Organisation der unkörperlichen Gedankenwelt.

30.12.2014
11.01.2015

Die große Fülle und Unterschiedlichkeit der Taten – also des ganzen menschlichen Verhaltens – erlaubt bei langer und gründlicher Beobachtung den Entwurf von einem Organismus des menschlichen Seelenlebens. Der zwar unkörperlich ist und bleibt, der aber zu jeder Zeit und an jeder Stelle zur Tat werden kann und damit körperlich.

Es ist nicht abwegig oder überflüssig, sondern richtig

und für jede Lebensführung nützlich, in der unkörperlichen Gedankenwelt nach allgemein vorhandenen Strukturen, Funktionsabläufen und Funktionsbedingungen Ausschau zu halten.

30.12.2014
11.01.2015

Über diesen Erkenntnisweg erscheint es mir möglich, zu ebenso eingehenden Erkenntnissen im Bereich des Denkens (des Seelischen) zu gelangen, wie wir sie für den Bereich des Körperlichen schon haben.

Die Vorgehensweise sollte dabei aber äußerst vorsichtig, gründlich und umsichtig betrieben werden. Und das ganz besonders bei der Formulierung von Strukturen, Funktionsabläufen und Lebensbedingungen. Alle dabei herauskommenden Erkenntnisse sollten sehr, sehr lange den Charakter des Vorläufigen behalten, eigentlich kaum je den Charakter des Endgültigen zugestanden bekommen.

Ich denke, dass hier im Bereich des Seelischen, fast noch mehr als im Bereich des Körperlichen, die Natur mit allen ihren unbegreiflichen Wundern unterwegs ist. So stolz wir auf jede neue Erkenntnis sein dürfen, so unbedingt müssen wir festhalten an der Grunderfahrung, dass keine von allen unseren Erkenntnissen jemals die letzte gewesen ist und voraussichtlich auch nicht sein wird.

Wer in diesem Geiste die Natur des menschlichen Seelenlebens erforscht, dem wird sich vieles auftun. Große, weite Erkenntnisse. Die ebenso hilfreich wie brauchbar

sich erweisen werden. Die ganz denen nahekommen werden, die wir vom Körper schon haben.

Dies würde bedeuten, dass wir auch im Bereich des Seelischen weitere Heilungsbedingungen herstellen könnten, dass wir darüber hinaus bereits vorhandene tiefgehende Erkenntnisse in einem weiteren Zusammenhang besser oder auch ganz anders verstehen könnten. Die Heilung selbst wäre auch hier die Sache der Natur.

Mit dem wachsenden Erkenntnisstand im Seelischen ist zu erwarten, dass die Grenzen zwischen Körperlichem und Seelischem deutlicher werden, aber damit auch die Kooperationswege. Und überhaupt die Art und Weise des Zusammenlebens.

Auf der Suche nach brauchbaren Denkstrukturen

Die Denkstrukturen des Seelenlebens entpuppten sich von Anfang an als Führungsstrukturen, weil von ihnen alles Handeln und Verhalten bestimmt wurde und wird.

Ich war nicht von Anfang an auf der Suche nach Strukturen des Seelenlebens, denn es gab ja schon welche. Die von S. Freud: das Es, das Ich und das Über Ich.

Anfangs war ich sehr bemüht, damit zu arbeiten. Dabei stellte es sich aber allmählich heraus, dass diese Struktur – ich denke dabei besonders an das Es – eher einen Unterhaltungswert hat als einen Gebrauchswert. Das Über-Ich kam mir von Anfang an nicht als eigenständige Struktur vor. Für das Ich von Freud galt das nicht. Das erwies sich einstweilen als brauchbar.

Ich geriet also mit den vorhandenen Denkstrukturen des Seelenlebens in Schwierigkeiten. Diese Denkstrukturen waren einfach nicht wirklich hilfreich. Daraus ergab sich für mich die Notwendigkeit, nach etwas Besserem Ausschau zu halten. Das war mir am Anfang dieser Notlage gar nicht bewusst. Ich bin kein Revolutionär, sondern eher ein folgsamer Schüler. Ich merkte nur manchmal, dass ich mich hin und wieder streckenweise nicht mehr so ganz auf dem Weg der Schule befand, sondern eher auf Abwegen. Dabei spürte ich bisweilen einiges Unbehagen. Man weiß

nie, wohin ein solcher Weg führt. Ermutigt aber durch greifbare Erfolge bei meinen Patienten fasste ich Mut weiterzugehen.

31.12.2014
11.01.2015

Die erste Struktur des Seelenlebens, die sich dabei für meine Arbeit als sehr nützlich erwies, war der Verstand. Der Verstand nicht als Inhalt des Ich, sondern eher als ausgelagerter Helfer des Ich. Verantwortlich für die Darstellung der Realität der Außenwelt und den Umgang mit ihr. Aber auch für diese Begriffsbildung habe ich lange gebraucht. Immerhin war sie die erste. Und sie erwies sich als ebenso zuverlässig wie allgemeingültig. Und zugleich nicht übermäßig revolutionär. Anfangs kam es mir so vor, als hätte ich der Freud'schen Struktur einen brauchbaren Helfer hinzugefügt.

Mit diesem neuen Helfer im Rücken – der kam mir schon vor als eine persönliche Errungenschaft – erwachte in mir der Forschergeist. Also fast so etwas wie ein revolutionärer Geist. Ich nahm es fortan auf mit der unabsehbaren Gesellschaft der Gefühle. Das war eine lange und schwierige Zeit. Aber mein Forschergeist war nun erwacht, und der erwies sich als unumkehrbar. Es gelang mir für die unabsehbare Welt der Gefühle eine Charakteristik, die von jedem nur denkbaren Gesichtspunkt aus gesehen, sich als nützlich und wirksam erwies (Das Gefühlsleben). An der ich aber bis heute die Arbeit nicht als abgeschlossen ansehe. Ich arbeite ständig daran weiter und vollführe jede Gegenprobe auf Richtigkeit, die mir dabei in den Sinn kommt.

Rückblickend erscheint es mir heute erstaunlich, dass mir bei dieser ganzen Arbeit bis zu diesem Zeitpunkt nie das Ich als eine problematische Begriffsbildung in den Sinn gekommen ist. Ich habe jahrelang ganz brauchbar mit beiden, Verstand und Gefühlsleben als Antipoden, gearbeitet. Es hat lange gedauert, bis ich gemerkt habe, dass diese beiden sich grundsätzlich nicht verstehen. Dass also da noch etwas fehlt, das Entscheidungen, Taten, Verhalten überhaupt möglich macht. Das war der Weg zum Ich und zugleich zum Verständnis des Ich.

Mit dieser Dreierstruktur im Rücken geht es meinen Patienten und mir endlich besser. Eigentlich wirklich gut. Dass ich die vorgegebene Struktur verlassen habe, macht mir inzwischen keine Sorgen mehr. Ich betrachte es inzwischen als meinen Auftrag, diese Struktur des Seelischen weiterzugeben. Einfach wegen ihrer Stimmigkeit, die sich in ihrer Brauchbarkeit und Wirksamkeit erweist. Das ist der Grund, warum ich dies hier schreibe.

Es ist bei keiner geistigen Arbeit gleichgültig, ob man das Bewusstsein von dieser Struktur des Seelischen in sich hat oder nicht. Wer dieses Bewusstsein nicht hat, der bleibt sich in seinem eigenen Denken unklar, sogar bisweilen unverständlich und damit für sich und seine Umgebung unzuverlässig.

31.12.2014
12.01.2015

Das Bedürfnis nach einer allgemeingültigen Denkstruktur im Seelischen ist mir nach S. Freud bei keinem See-

24.01.2015

lenforscher mehr begegnet. Dieses Bedürfnis nach einer brauchbaren und tauglichen Grundstruktur des Denkens scheint mir unter Seelenforschern nicht sehr häufig vorzukommen. Der Bedarf dafür ist nach meiner Beobachtung unter den Menschen aber sehr groß.

Zur Charakteristik des Verstandes

Der Verstand ist dem Ich Helfer und Lehrer bei der Erschaffung von Strukturen. Er ist dem Ich in seinem Umgang mit allen Einflüssen von innen und von außen Beschützer und Führer.

13.1.2015

Der Verstand ist bei der Erschaffung des Ich sicher dabei gewesen. Vielleicht als schlafender Engel des Ich. Aber als solcher will er entdeckt werden, aufgeweckt, erzogen und beauftragt. Ein Verstand, der nicht gebraucht wird, wird nachlässig.

Vielleicht ist der Verstand für den Mann eine Frau. Die will vom Mann erkannt werden. Nicht nur als Gestalt, sondern auch als Engel in allen ihren Fähigkeiten. Als Strukturgeberin für die Welt und für das Leben und als Führerin und Besorgerin der Gefühle.

Wie das Ich aus den Gefühlen entspringt, so entspringt der Verstand aus dem Ich.

Zur Charakteristik der Gefühle

Als ich mit der Charakteristik des Verstandes zu einem brauchbaren Ergebnis gekommen war, spürte ich in mir das Erwachen eines neuen Geistes. Ich machte mich an die Erforschung des Gefühlslebens heran. Es war mir schnell klar, dass ich mich damit auf etwas Unabsehbares einlassen würde. Meine anfängliche Begriffsbildung lautete „Kosmos der Gefühle“. Damit fühlte ich mich einigermaßen sicher. Immerhin war das ein ungeheuer großer Raum, in den ich glaubte, alle Sorten und Ausmaße des Gefühlslebens problemlos unterbringen zu können. Bis ich merkte, dass das Gefühlsleben mit innerweltlichen Dimensionen nicht wirklich erfassbar ist. Das war die Entdeckung der überweltlichen Existenz und Reichweite der Gefühle. Begriffe wie Glaube, Hoffnung, Liebe, Phantasie, Jenseits und Gott sind Angehörige des Gefühlslebens. Sie beinhalten sowohl innerweltliche (diesseitige) wie überweltliche (jenseitige) Kräfte.

1.1.2015
13.1.2015

Ich war zu der Erkenntnis gekommen, dass, wenn von Gefühlen die Rede ist, man immer gefasst sein muss, es mit dem Leben selbst zu tun zu haben und nicht nur mit diesem Leben, sondern auch mit allem, was darüber hinausgeht. Bei dieser Einsicht angekommen fühlte ich mich erstmals sicher. Diese Begriffsbildung vom Gefühlsleben enthielt alles Leben, das denkbare und das undenkbare. Mit dieser Struktur, die zugleich eine Struktur war, also etwas Absehbares, zugleich aber auch das Unabsehbare als

Gedanken in sich trug, mit dieser „Struktur-Nichtstruktur“ ging es mir richtig gut. Und mit ihr geht es mir auch heute noch gut. Ebenfalls allen den Menschen, die hilfeschend zu mir kommen.

Der Kern dieser Struktur des Seelenlebens ist eine Nicht-Struktur. Der Umgang mit ihr gleicht immer einem Abenteuer, das nur mit großer Achtsamkeit und Umsicht zu bestehen ist.

Das Leben selbst zeigt sich in den Gefühlen. In den Gefühlen offenbart es sich. Mit seiner ganzen Kraft, mit allen seinen Sinnen, mit allen seinen Zielen, den irdischen und den überirdischen.

Die wesentliche Erkenntnis dieser Struktur liegt in ihrer Dimension. Von ihren Inhalten zu sprechen mit dem Ziel einer Vollständigkeit ist ein aussichtsloses Unterfangen, das sehr bald in einem Irrgarten enden würde. Eine umfassende Charakteristik steht nicht zu unserer Verfügung.

Um eine Annäherung zu einem Verständnis herzustellen erscheint es mir zweckmäßig, Erscheinungsformen und Eigenschaften beispielhaft im Telegrammstil durchzugehen, natürlich ohne den Anspruch eines Gesamtverständnisses.

6.1.2015
13.1.2015

Die Phantasie ist ein besonderes Geschenk der Natur an das Menschen-Ich. Sie gehört zu der Ausstattung des

Menschen. Durch sie wird es dem Menschen möglich, der Natur sehr nahe zu kommen, aber dennoch undenkbar weit von ihr entfernt zu bleiben. Denkbar nahe, aber undenkbar fern.

Gefühle verbreiten sich nahezu ungehindert von Ich zu Ich. Sie gleichen in ihrer Verbreitung einer hochansteckenden Infektion. Beispiel: Windpocken. Man könnte geradezu von einer extremen Infektiosität sprechen. Aus der Lebenserfahrung wissen wir, dass hochemotionale Ereignisse sich in „Windeseile“ verbreiten. Und dass jeder von uns davon betroffen ist, oft ohne so recht zu wissen, worum es überhaupt geht. Oft auch betroffen ist, ohne selber etwas davon zu merken. Wir kommen zu der allgemeinen Erkenntnis, dass wir ständig in „Großstimmungslagen“ (= Zeitgeist) leben, viele von uns ohne ein Bewusstsein davon.

24.1.2015

Auf dem Wege zum Ich

Zwei brauchbare Strukturen des Seelischen waren gefunden: der Verstand und die Gefühle. Auch die Erkenntnis, dass diese beiden sich nicht verstehen. Dass sie handlungsunfähig bleiben, dass also für vernünftige Entscheidungen, Handlungen, Verhaltensweisen noch etwas Weiteres fehlt. Auch diese Erkenntnis war schon aufgetaucht. Sogar schon ein Name für diese dritte Struktur des Seelischen war gefunden, nämlich das Ich. Aber eine stichhaltige Charakteristik für das Ich, die wollte sich lange nicht einstellen.

2.1.2015
15.1.2015

Es war schon sehr bald klar, dass das Ich seinen Ursprung im Gefühlsleben hatte. Dass es daraus irgendwie hervorgegangen sein musste. Woher sollte es sonst stammen, das Ich, als aus dem Leben selbst?

Auch stellte sich schon sehr bald mehr intuitiv die Erkenntnis ein, die zum Postulat wurde, dass dem Ich die ganze Verantwortung übergeben war für das Lebewesen, dem es zugeteilt war. Im Falle Mensch also diesem Menschen. Die ganze persönliche Verantwortung also. Was diesem Postulat aber lange Zeit fehlte, war die unerschütterliche Sicherheit. Die ergab sich aus der Beobachtung der Biologie von der Weitergabe des Lebens:

Die Eizelle und die Samenzellen streben aufeinander zu. Sie vereinigen sich zu einer Zelle: der befruchteten Eizelle.

Dabei taucht der Gedanke auf von der Geburt des Ich, dem elementaren Vorgang von der Weitergabe des Lebens. Die befruchtete Eizelle ist die Urzelle des neuen Lebewesens, dieses Menschen mit seinem Ich.

Schon kurz nach dem Werden der befruchteten Eizelle beginnt sich in ihr was zu regen. Sie teilt sich. Sie beginnt mit der Erfüllung ihres Auftrags, nämlich der Entwicklung des neuen Lebewesens. Von nun an folgt Teilung auf Teilung. Es entstehen immer mehr Kinderzellen, Kinder von der allerersten. Und wenn man diesem Geschehen zuschaut, der Zellteilung, dann erwacht im Betrachter ein Erstaunen, dann erfasst einen eine Sprachlosigkeit über die Präzision, über die absolute Präzision, mit der dieses Geschehen sich vollzieht. Dies gilt ebenso für alle weiteren Vorgänge, die dem Werden dieses neuen Organismus dienen. Wie wir aus Erfahrung wissen, führt in dieser frühen Entwicklungsphase schon der allerkleinste Fehler zu Missbildungen. Und wenn wir auf Neugeborenstationen nachhören, sind Missbildungen eine Rarität. Daraus ist zu ersehen, dass das beobachtete hohe Maß an Präzision einfach die Regel ist.

Jede neue Zelle weiß, woher sie stammt, wohin sie gehört und was sie dort zu tun hat.

Und daran ändert sich im Lauf ihres ganzen Daseins in diesem Leben nichts mehr.

Das erleben wir bei jeder Wundheilung. Jede Zelle, die davon betroffen ist, weiß, woher sie stammt, wem sie angehört und zu dienen hat und was und wieviel sie hier am Ort des Schadens zu tun hat, um die Heilung zu bewirken. Nicht mehr und nicht weniger.

Auch das Gegenteil kommt vor. Zellen, die ihr Zugehörigkeitsgefühl zum Gesamtorganismus verloren haben. Wenn die sich teilen und vermehren, dann führt das nicht zur Heilung, sondern zur Zerstörung. Das ist eine schwere Krankheit, die man Krebs nennt.

Aus dieser Beobachtung heraus, also der Biologie von der Weitergabe des Lebens, ist in mir das Bild vom Ich entstanden. Vom Ich als dem persönlichen Verantwortungsträger für die Existenz dieses Lebewesens, dieses Menschen. Das ist das Bild vom Kern des Ich.

Das Bild der Auferstehung des Ich aus dem Untergang der Gesandten des Lebens, dieses Bild des Ich als Verantwortungsträger für dieses persönliche Leben.

Man könnte statt von der „Auferstehung des Ich“ aus dem „Untergang der Gesandten des Lebens (der Eltern)“ auch sprechen von der Entstehung des Ich und dieses ganze Geschehen als eine technische Meisterleistung der Natur bezeichnen. An dem Wunder, das hier geschieht, ändert das nichts. Wir haben diesen Vorgang weder erfunden noch gemacht.

Das Ich ist zwar eine gedankliche Struktur des Seelischen, sein Kern aber liegt im Körperlichen. Und zwar tief verborgen in jeder einzelnen Zelle dieses Organismus.

Dieses Bild macht mich sehr zufrieden, und es hat schon vielen geholfen.

Hier in der Verantwortung jeder einzelnen Zelle für diesen Organismus, für diesen Menschen, hier liegt der Kern jedes Menschen-Ich verborgen.

Die drei Strukturen des Seelischen im Vergleich

Das Ich hat drei Seiten: eine ureigene, eine innerweltliche und eine überweltliche.

2.1.2015
15.1.2015

Die ureigene ist tief im Körperlichen verwurzelt. Hinter der innerweltlichen steht als Beistand der Verstand. Die Kraftquellen für die überweltliche Seite des Ich befinden sich tief in den Untergründen des Gefühlslebens.

Bei allen meinen bisherigen Beobachtungen und Überlegungen zur Strukturbildung des Seelenlebens konnte ich mich bei diesem Ich erstmals selbst spüren. Das kam mir so vor wie eine Antwort der Natur auf meine Fragen zur Struktur des Ich.

Bei der Formulierung der anderen beiden Führungsstrukturen des Seelischen, des Verstandes und der Gefühle, war es mir auch am Ende wie eine Antwort der Natur. Die waren beide durchaus Ich-nahe, aber nicht so persönlich wie die bei der Auffindung des Ich.

Bei der Antwort der Natur zur Struktur des Verstandes hatte ich vom Verstand nicht den Eindruck, als wäre er ein Bestandteil des Ich, vielmehr als wäre er vom Ich getrennt, aber dennoch ein ihm sehr nahestehender Helfer und Ratgeber. Nach einigem Nachdenken kam mir der Gedanke, dass ein eigenständiger Helfer ein besserer ist als einer,

der im selben Hause wohnt.

Bei der Antwort der Natur zur Struktur des Gefühlslebens kam mir das Gefühlsleben zwar als vollständig begriffen vor, aber nicht im diesseitigen Sinn als persönlich. Dafür war und ist es einfach viel zu machtvoll, als dass es einen persönlichen Charakter hätte annehmen können.

Wenn ich auf meine Phantasie höre, war vielleicht etwas Persönliches dabei, aber eher als Allmacht aus längst vergangener Zeit oder als allerfernste Verheißung. Dieser Gedanke war aber jetzt wirklich Phantasie. Der soll keine Denkstruktur werden. Der wäre bestimmt in diesem Leben ein Irrweg.

Das bringt mich auf den Gedanken, dass man sich im Hinblick auf die Gefühle sehr hüten muss vor der Gefahr der Verirrung. Gerade dieses Bild eines Gefühls von persönlicher Allmacht ist gar nicht so selten bei manchen Menschen zu beobachten und ist ein schlagendes Beispiel für die Gefahr, die für das Ich von ungezügelten Gefühlen ausgehen kann.

Diese Gefahr ist uns schon begegnet bei der Krebs-Krankheit. Das bringt uns erneut zu der Erkenntnis:

Unser Zuhause ist im Ich. Die Gefühle sind unsere Diener, nicht unsere Führer.

Das Ich als Hausherr und Lebensführer

Auf der Suche nach allgemein verbindlichen Strukturen des Seelenlebens haben wir das Ich als unser seelisches und körperliches Zuhause erkannt. Ihm ist alle Verantwortung und alle Bestimmung übergeben. Die Gefühle und der Verstand sind ihm zu Diensten mit ihrer Kraft und mit ihrer Orientierung.

21.1.2015

Was ist Leben?

Alles Leben ist Problemlösen.

Jedenfalls hier auf dieser Erde und in diesem Leben, dem das Ich als Führer vorsteht. Wir als Ich können nur über dieses Leben denken, sprechen und handeln. Über andere Leben können wir weder denken noch reden noch urteilen. Höchstens phantasieren. Aber Vorsicht:

1. Die Unterscheidung zwischen Phantasie und unserer Lebenswirklichkeit einhalten
2. Sicherheitsabstand zu unbekanntem Welten einhalten

Von diesem unserem Leben können wir sagen:

Alles Leben ist Problemlösen.

Was ist ein Problem?

Ich unterscheide zwischen einer Aufgabe und einem Problem:

Beide, Aufgabe und Problem, sind Arbeiten, die zu tun sind. Im Falle der Aufgabe ist klar, wie sie zu tun ist. Im Falle des Problems ist nicht klar, wie es zu tun ist. Aufgaben müssen lediglich abgearbeitet werden, Probleme aber müssen gelöst werden. Probleme machen immer Angst, weil sie hilflos machen: es muss was getan werden, aber keiner weiß, was und wie. Probleme verlangen nach der Führung des Ich, nach der Orientierung des Verstandes, nach der Kraft der Gefühle.

Probleme verlangen nach Beobachten, Lernen, Entwickeln, Können, Arbeiten, Leisten.

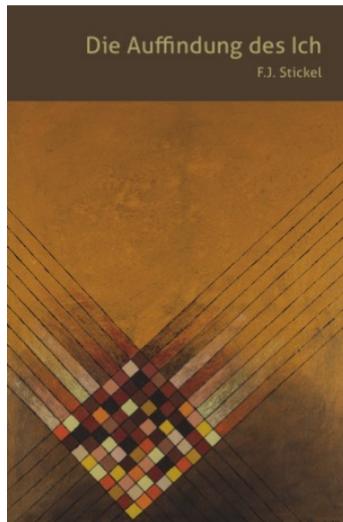
Probleme brauchen Freude über Lösungen, Geduld, Dranbleiben, Rückzug, Besinnung, Einsichten, Üben, Vorbereitung, Sammlung, Erkennen geringster Unterschiede, Freude am Dranbleiben, unerschütterliche Zuversicht.

Die hier soeben aufgezählten Fähigkeiten sind allesamt Fähigkeiten des Ich. Das Ich braucht Training (= Problembearbeitung) und Ruhe (Schlaf, Träume und Tagträume, Selbstbesinnung) und Austausch (Begegnungen mit anderen Ichs).

Ende der Leseprobe von:

Die Auffindung des Ich

Franz Josef Stickel



Hat Ihnen die Leseprobe gefallen? Das komplette Buch können Sie bestellen unter:

<http://epub.li/1S2Gpny>

