

Sally Weintrobe

Psychische Ursachen der Klimakrise

Neoliberaler Exzeptionalismus
und die Kultur der Achtlosigkeit



Psychosozial-Verlag

Sally Weintrobe
Psychische Ursachen der Klimakrise

Forum Psychosozial

Sally Weintrobe

Psychische Ursachen der Klimakrise

**Neoliberaler Exzeptionalismus
und die Kultur der Achtlosigkeit**

Aus dem Englischen von Helmut Leipersberger

Psychosozial-Verlag

Titel der englischen Originalausgabe:
Psychological Roots of the Climate Crisis.
Neoliberal Exceptionalism and the Culture of Uncare
© Sally Weintrobe 2021

This translation of *Psychological Roots of the Climate Crisis*
is published by Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
by arrangement with Bloomsbury Publishing Inc.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Deutsche Erstveröffentlichung
© 2023 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © antos777/shutterstock.com

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-3234-8 (Print)

ISBN 978-3-8379-7959-6 (E-Book-PDF)

Inhalt

Einführung	11
Hauptthese des Buches	11
Mentale Deregulierung	13
Wie man dieses Buch liest	13
 Teil Eins	
Zur Psychologie des Exzeptionalismus	17
1 Das Selbst im Konflikt	17
2 Die gewöhnliche Ausnahme (gehalten von achtsamer Sorge)	22
3 Die Ausnahme (in verantwortlicher Position und schrankenlos)	26
 Teil Zwei	
Der Aufstieg des Exzeptionalismus zur Macht im neoliberalen Zeitalter	39
4 Neoliberaler Exzeptionalismus	39
5 Friedrich Hayek und James Buchanan	47
6 Ayn Rands <i>Atlas wirft die Welt ab</i>	57
7 Globalisierung auf neoliberale Art	63
8 Der neoliberale Aufstieg zur Macht	67
9 Die Erde als Globus gesehen	70
10 Umsetzung des neoliberalen Wirtschaftsprogramms	78

Teil Drei

Was den Exzeptionalismus in Schach hält 85

11 Rahmen achtsamer Sorge 85

12 Die Macht der Liebe 94

Teil Vier

Die Kultur der Achtlosigkeit 105

13 Kultur und die Geburt des Konsumismus 105

14 Die neoliberale Kultur der Achtlosigkeit 112

Teil Fünf

Wie diese Kultur funktioniert 119

15 Neusprech 119

16 Neusprech bei der Weltbank 125

17 Massenmedien 129

18 Förderung der Leugnung 136

19 Werbung 144

20 Politische Rahmung 151

21 Aufhalten von Tränen 159

22 Regression und Infantilisierung 166

Teil Sechs

Wir spielen mit 173

23 Über Kollusion 173

Teil Sieben

Der Exzeptionalismus lässt Betrugsblasen wachsen 177

24 Fallstudien: Enron und Fondsmanager 177

25 Das Unternehmen 186

26 Soziale Gruppen 190

27 Durchsickern 196

Teil Acht	
Achtsame Sorge heute	201
28 Paradigmenwechsel	201
29 Rahmen achtsamer Sorge für eine nachhaltige Welt	209
30 Leben auf dem Planeten Erde – nicht auf Planet La La	216
Teil Neun	
Die Klimablase platzt	223
31 Der Schaden	223
32 Leben mit unseren Gefühlen zur Klimakrise	227
Teil Zehn	
»Das Verrückte«: Der Exzeptionalismus läuft Amok	239
33 »Das Verrückte« in der Politik	239
34 Noahs Arche im Stil des 21. Jahrhunderts	241
35 Wir sind Götter	248
36 Das »Alles-oder-nichts-Dilemma« unter dem Zwang, das Ideal zu verkörpern	254
37 Schlechte Führer treiben den Wahnsinn voran	258
38 Das Problem der Schuld	265
39 Gute Anführer	273
Schlussfolgerung	283
Danksagungen	291
Literatur	293

»Als ich in den Nachthimmel mit all diesen unendlich vielen Sternen blickte, wurde mir klar, wie unwichtig sie sind.«

Peter Cook

»Es ist sehr einfach. Man sieht nur mit dem Herzen gut.«

Antoine de Saint-Exupéry

Einführung

»Aaaaarrggghhh ... das ist schwer zu erklären.«

*Frankie, vierzehn Jahre alt, wurde gefragt,
wie er über die Klimakrise denkt und was er dabei fühlt
(Hickman, 2019, S. 49–50).*

Frankie hat recht. Die Klimakrise ist nicht leicht zu erklären. Ein Grund dafür ist, dass das Thema zu umfangreich ist, um es auf einen Schlag zu erfassen. Ein weiterer Grund liegt darin, dass die derzeit vorherrschende »westliche« Kultur die Menschen dazu ermutigt, das Problem zu verleugnen oder herunterzuspielen. Und wenn die Menschen ihre Besorgnis zeigen, wird sie von den Machthabern¹ zumeist mit Schweigen beantwortet, ohne dass diese sich weiter darum kümmern.

Psychological Roots of the Climate Crisis (Psychische Ursachen der Klimakrise) zielt darauf ab, das Verständnis für die Klimakrise zu vertiefen. Es erkennt an und erklärt, wie sich die Menschen damit wahrscheinlich fühlen. Um das Thema leichter verdaulich zu machen, gliedert das Buch es in Teile, hält die Kapitel kurz und bleibt, wo immer möglich, »erfahrungsnah«, indem es auf gemeinsame Beispiele aus dem Alltagsleben und der Kultur zurückgreift.

Hauptthese des Buches

Das Buch erörtert, dass der Exzeptionalismus als eine rigide Denkweise weitgehend für die Klimakrise verantwortlich ist. »Ausnahmen«² – gemeint sind Menschen, die in dieser Denkweise gefangen sind – glauben fälschlicherweise, dass sie ein Recht darauf haben:

1 Anm. d. Ü.: Personenbezeichnungen im Plural werden in der Übersetzung zugunsten der besseren Lesbarkeit in der maskulinen Form wiedergegeben, es sind jedoch stets alle Geschlechter gemeint.

2 Anm. d. Ü.: »Ausnahme«, in Anführungszeichen gesetzt, bezieht sich stets auf eine Person oder einen Persönlichkeitsanteil mit dem im Text erläuterten besonderen Anspruch.

- sich selbst in idealisierter Form zu sehen;
- zu haben, was immer sie wollen (weil sie ideal seien);
- moralische und praktische Grenzen durch omnipotente »Umgestaltung« der Realität aufzuheben.

Die meisten von uns, es sei denn, wir sind Heilige, verfügen über eine »Ausnahme«, die manchmal so denkt, aber unser fürsorglicher Teil schafft es normalerweise, sie zu zügeln. Exzeptionalismus bedeutet, dass »Ausnahmen« die Macht erlangen, die politische Agenda zu bestimmen. Der Exzeptionalismus, der in der Menschheitsgeschichte alt ist, hat in den letzten vierzig Jahren weltweit triumphiert. Wir lebten im Goldenen Zeitalter des Exzeptionalismus.

In diesem Buch wird Schritt für Schritt der Beweis erbracht, dass die Neoliberalen *in ihrem politischen und wirtschaftlichen Denken* moderne »Ausnahmen« sind, die sich unter dem Einfluss einer vom Exzeptionalismus durchdrungenen Ideologie befinden. Das Wort »neoliberal« kann abschreckend wirken und einen fahlen Beigeschmack haben, aber das Buch macht deutlich, was es bedeutet, und vertieft die üblichen politischen und wirtschaftlichen Perspektiven, indem es die zugrundeliegende Psychologie einbezieht. Wie Bertrand Russell 1950 in seiner Vorlesung anlässlich der Verleihung des Literaturnobelpreises sagte, »ziehen die meisten aktuellen Diskussionen über Politik [...] Psychologie nur unzureichend in Betracht«.³

Es geht nicht darum, welche Gruppe die Macht hat, sondern darum, welcher Teil des Geistes oder der Gesamtgruppe sie hat. Das Buch versucht, die widerstreitenden Kräfte zu beleuchten, die in uns und zwischen uns um Macht ringen. Hat achtsame Sorge oder Achtlosigkeit⁴ das Sagen? Wenn die achtsame Sorge nicht mehr genügend Macht hat, um die Achtlosigkeit in Schach zu halten, kommt es zu geistiger Deregulierung, einer potenziell hoch gefährlichen Situation. Die meisten Menschen haben das Potenzial, sich von der achtsamen Sorge geistig zu entkoppeln. Das Problem ist psychischer Natur und liegt tiefer als Parteipolitik und Rechts-Links-Aufteilung. Nichtsdestotrotz ist es derzeit der neoliberale Exzeptionalismus, der die mentale Deregulierung und die Klimakrise vorantreibt und auf den sich das Buch konzentriert. Das Ziel ist kein »Neoliberalismus-Bashing«, son-

3 <https://www.nobelprize.org/prizes/literature/1950/russell/lecture>

4 Anm. d. Ü.: »care« wird regelmäßig mit »achtsamer Sorge« übersetzt, um den etwas unterschiedlichen Bedeutungshöfen des Wortes »care« Rechnung zu tragen; »uncare« wird mit »Achtlosigkeit« übersetzt.

dern der Versuch, die aktuellen psychischen Kräfte zu verstehen, die die Politik prägen und das physische und soziale Klima beeinflussen.

Mentale Deregulierung

Psychische Ursachen der Klimakrise zeigt die fortschreitende mentale Deregulierung im Hinblick auf achtsame Sorge während der neoliberalen Ära.

Phase eins (1940er bis 1970er Jahre): Neoliberale Ideologen arbeiteten daran, ihre Form des Exzeptionalismus als moralisch akzeptabel und salonfähig erscheinen zu lassen.

Phase zwei (1980er Jahre bis heute): Sobald sie an der Macht waren, förderten die neoliberalen »Ausnahmen« eine Kultur der Achtlosigkeit, um die Selbst- und Gruppenidealisierung voranzutreiben (»unser Weg ist der beste und einzige; er ist mit >Triple A< bewertet«). Diese Kultur ermutigte die Menschen, sich dem neoliberalen Projekt anzuschließen. Sie förderte die Verleugnung und das Verbergen der Wahrheit und erzeugte so Betrugsblasen, in denen die tatsächlichen Grenzen ignoriert und die Gier entfesselt werden konnten. Neoliberale »Ausnahmen« ließen nicht nur die Finanzblase gedeihen, die 2008 platzte, sondern auch die Klima- und Umweltblase, die, wie dieses Buch darlegt, die größte und folgenreichste Betrugsblase in der Geschichte der Menschheit ist. Diese Blase fördert den falschen Glauben, dass alle Kosten und schädlichen Folgen des Lebens in der neoliberalen Wirtschaft ignoriert werden könnten oder gar nicht existierten.

Phase drei (die Gegenwart): Die Klimablase platzt jetzt, indem immer mehr Menschen aus der Verleugnung heraustreten und den Schaden erkennen, den der neoliberale Exzeptionalismus verursacht hat. Die Menschen leisten erbitterten Widerstand. Die neoliberalen »Ausnahmen«, die weiterhin an ihrem grundlegenden Anspruch festhalten, »alles zu sein und alles zu haben, und das ohne inneren Konflikt«, lassen Anzeichen extremer mentaler Deregulierung erkennen. Die Menschen, die dies bemerken, haben begonnen, Politik als »das Verrückte« zu bezeichnen.

Wie man dieses Buch liest

Obwohl dieses Buch wie eine Geschichte geschrieben ist, die sich im Laufe der Zeit entwickelt, können Sie an jeder beliebigen Stelle beginnen, Kapitel

und ganze Teile des Buches überspringen und sich vorwärts oder rückwärts durcharbeiten. Die Leser werden wahrscheinlich über einige Teile des Puzzles bereits mehr wissen als über andere. Das Buch beginnt mit einer Erläuterung des Exzeptionalismus. Diese Lektüre wird empfohlen, da sie dazu beiträgt, die Hauptthese des Buches zu verstehen, dass der Exzeptionalismus in die neoliberale Ideologie, ihre Wirtschaft und die von ihr verbreitete Kultur eingebettet ist. Der letzte Teil des Buches erforscht einige Stränge des »Verrückten«, wie sie jetzt in Erscheinung treten.

Eine Anmerkung dazu, wer mit »wir« gemeint ist: In *Psychische Ursachen der Klimakrise* wird »wir« sehr häufig verwendet, wobei seine Bedeutung vom unmittelbaren Kontext abhängt. Mit »wir« sind manchmal alle Menschen gemeint, meistens aber diejenigen von uns im globalen Norden, die unter dem Einfluss einer neoliberalen und weitgehend anglophonen Kultur stehen. Die Gefahr bei diesem »Wir« besteht darin, dass es den Anschein erweckt, »uns« von Menschen und Tieren zu distanzieren, die am meisten unter der Klimakatastrophe und dem Klimachaos leiden, insbesondere im globalen Süden. Außerdem könnte die Verwendung dieses »wir« den Eindruck erwecken, dass Rassen-, Geschlechter- und Klassenunterschiede heruntergespielt werden oder dass andere Kulturen weniger wichtig sind. Dies ist keineswegs die Absicht des Buches.

Ich habe drei Anregungen zum Nachdenken über das Klima:

1. Seien Sie offen für Perspektivwechsel vom kleinen zum großen Maßstab und vom subjektiven und persönlichen zum objektiven und unpersönlichen. Die Frage, wie man sich im Supermarkt fühlt, wenn man sich fragt, was man zum Abendessen kaufen soll, kann das Verständnis für die Klimakrise genauso, wenn nicht sogar mehr vertiefen als Informationen und Analysen von Klimawissenschaftlern.
2. Üben Sie sich in Geduld und warten Sie ab. Geben Sie sich selbst die Erlaubnis, nicht das Gefühl zu haben, als ob sie sich dabei beeilen müssten, zu verstehen oder zu versuchen, das Gesamtbild zusammenzusetzen. Wir befinden uns in einer echten Notlage, die schnelles Handeln erfordert, aber konstruktives Handeln muss von Verstehen begleitet sein. Ein Beispiel: Als ich ein Kapitel schrieb, fing ich an, die kolossalen Schäden aufzuzählen, den die neoliberale Wirtschaft angerichtet hat. Dann trat ich einen Schritt zurück und stellte fest, dass ich zum Angsthasen geworden war, der den Lesern erzählen wollte, dass der Himmel einstürzt. Ich glaube, ich fühlte mich nicht gehalten und mein Gedankengang bestand darin, mir vorzustellen, dass ich

meinen Zustand an den Leser weitergeben und so von ihm loskommen könnte. Als ich das merkte, markierte ich die Stelle und drückte auf »Löschen«. Das Buch ignoriert den Schaden nicht, aber wenn seine Autorin ihn selbst aufnehmen und verdauen kann, kann sie besser »die ganze Wahrheit sagen, aber bezogen über sie sprechen«, wie Emily Dickinson es ausdrückte (Franklin, 1998).⁵

3. Die Tragödie besteht darin, dass der Klimawandel nicht schon vor vierzig Jahren angegangen wurde, als er hätte angegangen werden müssen, und das liegt im Wesentlichen daran, dass die »Ausnahmen«, denen die Ölindustrie gehörte, den politischen Prozess kontrolliert haben. Sich jetzt mit den Klimaschäden konfrontiert zu sehen, kann sich überwältigend anfühlen. Mein dritter Ratschlag lautet: Lassen Sie zu, dass Sie sich überwältigt fühlen. Meiner Erfahrung nach ist das nur vorübergehend und man kann sich davon erholen. Nur wenn wir uns in einer Blase der Verleugnung absondern, können wir uns mit diesem Thema wohlfühlen.

Ein Mittel, um sich bei der Lektüre dieses Buches nicht allzu überfordert zu fühlen, ist es, jederzeit den Teil »Die neue Vorstellung von achtsamer Sorge heute« (Teil Acht) aufzuschlagen. Ich hoffe, das wird Sie inspirieren, Ihnen Kraft geben und neue Sichtweisen eröffnen. Kumi Naidoo, der damalige Leiter von Greenpeace, beschrieb reumütig den Moment, als eine Frau einen Vortrag, den er über die Klimakrise hielt, mit den Worten unterbrach: »Dr. Naidoo, haben Sie schon von Martin Luther King gehört? Er hatte einen Traum. Sie haben einen Albtraum.«⁶ Wir brauchen Albträume und Träume, um zu verstehen, was falsch läuft, *und* um uns eine bessere Welt vorzustellen. Uns eine bessere und nachhaltige Welt sowie einen lebendigen, kreativen menschlichen Geist vorzustellen – und Anhaltspunkte für beides zu sehen – gibt uns Hoffnung und Kraft, den Blick auf das Ausmaß der Klimaschäden und die Notwendigkeit von Reparaturen zu ertragen.

Die neoliberale Kultur hat das Bemühen um achtsame Sorge im neolibe-

5 Anm. d. Ü.: Englischsprachige Zitate werden hier und im Folgenden ins Deutsche übertragen. Sofern nicht anders gekennzeichnet, handelt es sich dabei um eigene Übersetzungen.

6 Aus einem Gespräch mit Bill McKibben in London 2013 während der 350.org Fossil Free Europe Tour.

ralen Zeitalter stark ausgeblendet. Die heutige neue, von achtsamer Sorge geprägte Vorstellung gibt einem bedeutenden Paradigmenwechsel in den Natur- und Sozialwissenschaften Vorschub, der uns ein intelligenteres, saubereres, sichereres und freundlicheres Leben im 21. Jahrhundert bescheren kann. Das Buch beschreibt die Vorstellungen, Pläne und Errungenschaften der achtsamen Sorge anhand von Beispielen aus Wirtschaft, Architektur, Planung und Recht. Insbesondere werden die Rahmenbedingungen dafür untersucht: die Art von Regeln, Gesetzen und Kultur, die erforderlich sind, um die achtsame Sorge zu unterstützen und die Achtlosigkeit in Schach zu halten.

Psychische Ursachen der Klimakrise wirft weit mehr Fragen auf, als es beantwortet. Ich hoffe, dass es die Möglichkeit bietet, gemeinsam mit dem Leser eine Klimageschichte zu kreieren. Es endet mit einem Plädoyer dafür, das Schweigen über die Klimakrise zu brechen und sie, wann immer möglich, in sozialen Gruppen zu thematisieren, insbesondere in Gesprächen mit Kindern.

Jean-Luc Godard sagte einmal: »Eine Geschichte sollte einen Anfang, eine Mitte und ein Ende haben, aber nicht unbedingt in dieser Reihenfolge«.⁷ Diese Einführung begann in unserem historischen Moment, in der Mitte der Klimageschichte, als die Blase platzte. Ihr Ende ist noch nicht geschrieben.

Sie wird von uns allen geschrieben werden, basierend darauf, wie wir unsere Welt verstehen und welche Maßnahmen wir ergreifen.

7 <https://m.imdb.com/name/nm0000419/quotes>

Teil Eins

Zur Psychologie des Exzeptionalismus

1 Das Selbst im Konflikt

Henry Marsh, ein gefeierter Neurochirurg, beschrieb eine zermürbende, langwierige Operation am Gehirn einer jungen Frau. Ein kleiner falscher Schnitt könnte sie töten oder ins Koma versetzen. Er schilderte anschaulich die Angst, die er empfand, sein Gefühl der großen Verantwortung, seine Freude an der Arbeit selbst und seine Freude und Erleichterung, als die Operation erfolgreich war. Auf dem Heimweg hielt er in einem Supermarkt an.

»An der Kasse reihte ich mich in die lange Schlange von Leuten ein, die ebenfalls anstanden. ›Und was habt ihr heute getan?‹, hätte ich sie am liebsten gefragt. Es ärgerte mich, dass ich, ein bedeutender Neurochirurg, der einen sehr erfolgreichen Arbeitstag hinter sich hatte, wie alle anderen warten musste. Doch dann dachte ich daran, dass der Wert meiner ärztlichen Arbeit ausschließlich in Menschenleben gemessen wird, was auch die Menschen in der Schlange vor mir einschloss. Seufzend mahnte ich mich zur Geduld« (Marsh, 2014, S. 63f.).

Marsh ist auf berührende Weise ehrlich und offen gegenüber einem widerspenstigen Teil seines Selbst. Viele von uns können sich mit ihm identifizieren, und wenn nicht, dann ist ein gutes Gewissen vielleicht ein deutliches Zeichen für ein schlechtes Gedächtnis, wie Mark Twain es einmal ironisch formuliert hat. Die Geschichte von Marsh zeigt, wie das Selbst unterteilt ist, mit einem fürsorglichen und einem achtlosen Teil, und sie zeigt den offenen Konflikt darüber, welcher Teil in der Psyche das Sagen hat. Sein fürsorglicher Teil hat diesen speziellen Streit gewonnen.

Der narzisstische Teil des Selbst glaubt, er sei ideal. Das ist etwas anderes

als Ideale zu haben (denen wir gerecht werden wollen und denen wir gelegentlich sogar gerecht werden können). Der Glaube, ideal zu sein, basiert auf einer Idealisierung des Selbst, der Aufblähung zu einem narzisstischen »Ich bin großartig«. Das »Ich bin großartig« hasst alles, was seinen Glanz als Besonderes trübt, weil es sich allein berechtigt fühlt, sich alles zu nehmen, was es will, und über andere nach Belieben zu verfügen. Es neigt dazu, andere als ehrfürchtiges Publikum für seine Ein-Personen-Show zu sehen, nur dazu da, dem »großen Ich« zu dienen.

Henry Marshs angemessener Stolz auf seine Arbeit und seine Leistung an diesem Tag war vorübergehend von einem »Ich bin großartig« verdrängt worden, das sich auf eine unangebrachte Weise stolz und übertrieben berechtigt fühlte, und als er dies bemerkte, schimpfte er mit sich selbst (»Ich habe mich selbst ausgeschimpft«). Er kam wieder mit dem Wissen in Berührung, dass er letztendlich ein Mensch wie jeder andere ist; dies half ihm, sich mit der Frustration abzufinden, dass er warten musste, bis er an der Reihe war.

Der konfliktreiche Kampf zwischen dem fürsorglichen und dem achtlosen Teil des Selbst steht im Mittelpunkt der großen Literatur aller Zeiten und aller großen Religionen. Mike Brearley (2018) formulierte es so:

»Vielleicht müssen wir [...] ein narzisstisches Selbst anerkennen, das beschränkt und zweidimensional ist; und auch ein weiteres, großzügigeres, größeres Selbst, das dreidimensional, ein wahres Subjekt der Gedanken und Gefühle ist, ein Selbst, das weiß, dass es sich selbst nicht vollständig kennt. Das eine Selbst verlangt auf besitzergreifende und narzisstische Weise [...], das andere [...] ist in der Lage, auf eine eher reflektierte und mitfühlendere Weise, mit weniger Bedürfnis nach Kontrolle, zu begehren« (Brearley, 2018, S. 91; Übers. H.L.).

Mit dem fürsorglichen Teil, der in der Psyche das Sagen hat, kann »Ich« wie Brearleys »wahres Subjekt der Gedanken und Gefühle« sein. Es weiß, dass es mit einem achtlosen Teil zu kämpfen hat. Dieses »Ich«, das über den Tellerrand hinausschaut, ist in der Lage, auf den achtlosen Teil zu schauen. Es ist ein moralisches Selbst, das sich mit Fragen von Gut und Böse, Wahrheit und Lüge bei sich selbst und in der Welt beschäftigt.

Der fürsorgliche Teil kämpft mit dem achtlosen Teil darum, wer auf der Bühne des Lebens auftreten wird. Ich habe einmal eine bemerkenswerte und berührende Fernsehsendung über siamesische Zwillinge gesehen, zwei

Frauen in den Vierzigern, die zusammengewachsen sind und sich chirurgisch nicht trennen lassen können. Sie hatten eine Form des Zusammenlebens gefunden, bei der jede ihre Persönlichkeit zum Ausdruck bringen konnte. Sie erlaubten sich gegenseitig, sich darin abzuwechseln, während die jeweils andere sich »ausblendete«. Der Film zeigte, wie ein Zwilling Gitarre spielte und sang, während der andere »abschaltete«, und wie der erste Zwilling »abschaltete«, um seiner Schwester ein Treffen mit einem Freund zu ermöglichen. Dieses außergewöhnliche Beispiel von Schwesternliebe verdeutlicht eine Notlage, die wir alle teilen: Wie leben Teile von uns mit gegensätzlichen Interessen zusammen? Wie lebt jeder Teil sein Leben, wenn dies zugleich bedeutet, dass der andere Teil es nicht tut?

Mit dem Teil leben, zu dem wir Nein sagen

Rowan Williams, der ehemalige Erzbischof von Canterbury, stellte die Frage, wie wir mit dem Teil von uns leben, zu dem wir Nein sagen.⁸ Seine Frage hat tiefgreifende Auswirkungen.

Der achtlose Teil möchte die Freiheit, egozentrisch und gierig zu sein, während der fürsorgliche Teil die Freiheit möchte, sowohl an andere als auch an sich selbst zu denken. Wie können sich die beiden Teile, die radikal unterschiedliche Vorstellungen von Freiheit, eine unterschiedliche Ethik und gegensätzliche Werte und Sichtweisen haben, versöhnen, ihre Differenzen beilegen und im selben mentalen Zuhause zusammenleben?⁹

Politik – die Ausübung von Macht – steht im Mittelpunkt des psychischen Lebens. Welcher Teil des Selbst hat die Macht, Nein zu sagen? Wie lebt dieser Teil mit dem Teil, zu dem er Nein sagt? Die Frage von Williams gilt auch für Gruppen und Nationen: Wie leben sie mit anderen Gruppen zusammen, deren Werte sie ablehnen?

Sowohl der fürsorgliche als auch der achtlose Teil, die sich in einem endlosen Konflikt befinden, sind real und werden bleiben. Man kann keinen der beiden Teile »chirurgisch entfernen«, außer durch Wunschdenken.

⁸ In einem Vortrag, der, soweit ich mich erinnere, vor der Angewandten Sektion der Britischen Psychoanalytischen Gesellschaft gehalten wurde, ca. 2011.

⁹ Irma Brenman Pick wies besonders darauf hin, dass Psychoanalytiker den Bedürfnissen der narzisstischen und realitätssuchenden Anteile des Selbst *zugleich* Aufmerksamkeit schenken müssen (z. B. Brenman Pick, 2018).

Für die meisten von uns ist das schwer zu akzeptieren. Wie viel angenehmer und bequemer wäre das Leben, wenn wir uns dem inneren Konflikt nicht stellen müssten! Eine andere Stimme mag dann sagen: »Ja, und wie viel weniger bedeutungsvoll und reich wäre das Leben. Gehört die Auseinandersetzung mit moralischen Konflikten nicht zum Wesen des Menschseins und der Humanität?«

Behauptungen, dass der Mensch *von Natur aus* entweder fürsorglich oder achtlos sei, basieren in der Regel auf einer Ideologie, wobei die politisch Rechten eher dazu neigen zu behaupten, dass wir von Natur aus egoistisch, und die Linken, dass wir von Natur aus fürsorglich seien.¹⁰ Die eine Behauptung ignoriert unsere Fähigkeit zur Liebe, die andere unsere Fähigkeit zur rücksichtslosen Zerstörungswut.

Wie wir Nein sagen

Es kommt darauf an, *wie* wir Nein sagen, ob wir der Seite, die den Streit verliert, Respekt und Empathie entgegenbringen. Wenn Menschen in Frieden leben wollen, demütigen sie die Verliererseite nicht. Sie machen deutlich, dass bei allen Unterschieden jeder ein Zuhause hat, eine Rolle spielen kann und gehört wird.

Nelson Mandela etwa sagte mit Respekt und Einfühlungsvermögen Nein, als er der erste Präsident Südafrikas nach der Apartheid wurde. So führte der Afrikanische Nationalkongress (ANC) ein Gesetz ein, das elf Amtssprachen anerkannte und jedem Menschen das Recht zugestand, in einer dieser Sprachen unterrichtet zu werden. Im Zuge dieser Änderung wurde Englisch als Hauptverwaltungssprache eingeführt und Afrikaans, nunmehr eine der elf Amtssprachen, als gemeinsame Amtssprache mit Englisch gestrichen.

In dieser Zeit des Wandels lobte Mandela die afrikaanse Sprache, Literatur und Kultur. Er sagte den Afrikaandern: »Wir haben jetzt das Sagen, aber wir erkennen euch an und respektieren euch, ihr seid Teil dieses neuen

10 Ein Beispiel dafür, dass Ideologie unser Menschenbild prägt, ist das Argument von David Loye (2007), dass Darwin in *The Descent of Man* fünfundneunzig Mal von »Liebe«, aber nur zwei Mal von »survival of the fittest« spricht, und zwar mit der Entschuldigung, dass er den Begriff »survival of the fittest« nicht möge. Der Begriff »survival of the fittest« (»Überleben des Stärkeren«) wurde vor allem aus ideologischen Gründen populärisiert.

Südafrikas und eure Heimat ist hier.«¹¹ In seiner Autobiografie *A Long Walk to Freedom* (1994) sprach er davon, wie wichtig es sei, den Menschen, die wir ablehnen, einen Ort für ihre Würde zu geben.

Das ist im Wesentlichen das, was Marsh im Supermarkt tat. Er war sich bewusst, dass ein Kleinkind in ihm, das in Rage war, schreien wollte: »Alle aus dem Weg. Macht Platz für den wunderbaren Henry Marsh.« Er besaß und übernahm die Verantwortung für diesen Teil, der sich dann in ihm beheimatet fühlen konnte.

Rowan Williams warf die tiefgründige Frage auf, ob und wie Menschen miteinander auskommen und zusammenleben können. Ob wir Fortschritte auf dem Weg zu Frieden und Versöhnung innerhalb des eigenen Selbst, aber auch zwischen Gruppen und Nationen machen, hängt davon ab, wie sich das konfliktreiche Tauziehen zwischen achtsamer Sorge und Achtlosigkeit gestaltet. Um den Frieden zu wahren und eine nachhaltige Einigung mit der Achtlosigkeit zu erzielen, muss der fürsorgliche Teil robuste Wege finden, um Nein zu ihr zu sagen, während er ihr ein Bleiberecht zugesteht, ihr einen Winkel für seine Würde zugesteht und ihr Respekt zollt, wo Respekt angebracht ist.

Ich glaube, dass der Ausgangspunkt für den Aufbau einer fürsorglichen Gesellschaft darin besteht, nie zu vergessen, dass Kümmern und Lieblosigkeit in uns allen vorhanden sind und dass jede Seite versucht, sich auszudrücken und die Vorherrschaft über die andere Seite zu erlangen. Außerdem sollte man sich daran erinnern, dass, nur weil die achtsame Sorge an einem Tag den Kampf gegen die Achtlosigkeit gewinnt, dies nicht bedeutet, dass sie sich durchsetzen wird. Wenn der achtlose Teil so triumphiert und sich so weit vom fürsorglichen Teil entfernt, dass er eine ernsthafte Bedrohung für das Leben darstellt, muss der fürsorgliche Teil unbedingt die Achtlosigkeit zügeln. Der Kampf mit der Achtlosigkeit ist ein anhaltender. Aus diesem Grund braucht die achtsame Sorge solide Rahmenbedingungen und eine Kultur der achtsamen Sorge, um sie zu unterstützen und zu schützen. Dies ist die Hauptthese dieses Buches.

11 Mandela hatte sehr wirksame Methoden, insistierend zu betonen, dass auch er wertvoll war und dazugehörte. Er trug das Trikot der südafrikanischen Rugby-Mannschaft und saß strahlend und stolz bei Rugbyspielen, womit er viele Weiße für sich gewann und davon überzeugte zu akzeptieren, dass er »einer von ihnen« war, was unterstrich, dass im Rugby eine Inklusion von Menschen verschiedener ethnischer Herkunft stattfinden sollte.

Bertrand Russell sagte zu Recht, dass die meisten aktuellen Diskussionen über Politik die Psychologie nicht ausreichend berücksichtigen. Ich würde hinzufügen, dass umgekehrt auch die meisten Diskussionen über Psychologie die Politik nur unzureichend berücksichtigen, da es in der Politik um den Kampf darum geht, welcher Teil – innerhalb der Psyche und innerhalb unserer Gruppen – dominant ist und die Macht innehat.

Später werde ich mich mit Situationen befassen, in denen der achtlose Teil in rigider Weise das Kommando übernommen hat. Zunächst jedoch – und um den Weg zu ebnen – werde ich bei Henry Marsh bleiben, um einen Ausschnitt seines achtlosen Teils hervorzuheben: seine innere »Ausnahme«.

2 Die gewöhnliche Ausnahme (gehalten von achtsamer Sorge)

»Der große Henry Marsh sollte nicht in dieser Schlange warten müssen«, dachte Marshs achtloses Selbst, bevor sein fürsorgliches Selbst ihn überredete. In diesem Kapitel geht es um den sturen und eigensinnigen Teil des achtlosen Selbst, der darauf besteht, »eine Ausnahme zu sein«.

Eine »Ausnahme« ist ein »Renitenter«, der an folgenden falschen Grundüberzeugungen festhält:

- Ich habe das Recht, mich als ideal zu sehen.
- Ich habe das Recht, alles zu haben, was ich will.
- Ich habe das Recht, allmächtiges (magisches) Denken einzusetzen, um mich von jeglichem moralischen Unbehagen bei diesen Überzeugungen zu befreien.

Jede der falschen Überzeugungen stützt die anderen ab und zusammen bilden sie ein falsches Glaubenssystem, das von einem beharrlichen und unerschütterlichen Empfinden eines überzogenen Anspruchs gestützt wird.

Freud (1916a) war der Ansicht, dass der Wunsch, eine Ausnahme zu sein, in uns allen steckt und wir den Glauben, eine Sonderbehandlung zu verdienen, nie ganz aufgeben. Wir beginnen als Ihre oder Seine Majestät, das Baby. Wenn wir das Trotzalter erreichen, verlangen wir, dass die Welt die Dinge so sieht, wie wir sie sehen (es kommt zu einem Wutanfall, wenn wir erfahren und uns dann weigern zu akzeptieren, dass die Welt unseren Befehlen nicht gehorcht). Wir kämpfen darum, unsere Position in der Fa-

milie, auf dem Spielplatz und dann am Arbeitsplatz zu akzeptieren. Später im Leben streiten sich viele von uns um Erbschaften. Habe ich vielleicht nicht Anspruch auf das größte Stück vom Kuchen? Der Kuchen steht oft für die elterliche Liebe. Diese Art von »narzisstischem« Anspruch unterscheidet sich radikal vom »lebhaften« Anspruch auf faire Behandlung und auf einen gerechten Anteil.

Die Haltung der »Ausnahme« ist: »Ich bin das Zentrum des Universums; alles ist für mich und zu meinem Nutzen«. Die »Ausnahme« weicht nie von dieser Position ab. Manchmal ist die Weigerung von etwas abzurücken offenkundig (»Lieber sterbe ich in einem Graben, als nachzugeben«). Dieser Teil des Selbst, listig und geschmeidig, kann jedoch so tun, als würde er aus Bequemlichkeit, Zweckmäßigkeit oder aus Angst dumm dazustehen nachgeben. George Orwell veranschaulichte dies in 1984 mithilfe von O'Brien, einem Flachweltler, der der Hauptfigur Winston erklärte,

»Die Sonne und die Sterne drehen sich um [die Erde] [... Allerdings] kommt uns oft die Annahme gelegen, dass sich die Erde sich um die Sonne dreht [...]. Na, wenn schon. Denken Sie, wir wären nicht in der Lage, ein doppeltes System der Himmelskunde zu erschaffen? [...] Haben Sie Doppeldecker vergessen?« (1949, S. 341).

Orwell könnte durchaus die eigenartige »neue Normalität« unserer Zeit beschrieben haben, in der die Menschen nun frei heraus behaupten, dass es Fakten und alternative Fakten gibt, und dass beide problemlos nebeneinander existieren können. Das zwiespältige Denken ist jedoch ein alter Hut in der menschlichen Psyche. Es gehört zur Verleugnung, einer Form der Leugnung, auf die wir später eingehen werden. Im Zustand der Verleugnung können wir unvereinbare Überzeugungen haben. Es wird eine besondere Vereinbarung getroffen, bei der die »Ausnahme« sagt: »Ich akzeptiere, dass ich nicht der Mittelpunkt des Universums bin, wenn du nicht bestreitest, dass ich wirklich im Mittelpunkt stehe.« Mit diesem faulen Kompromiss kann sich die »Ausnahme« in uns gerade noch arrangieren. Auf der Makroebene können die Menschen im Zeitalter der Aufklärung akzeptieren, dass sie durch wissenschaftliche Erkenntnisse ihrer Mittelpunktstellung beraubt werden, während sie gleichzeitig glauben, dass sie die Herrschaft über alles haben, was sie überblicken.

Lassen Sie uns die drei falschen Überzeugungen der »Ausnahme« näher untersuchen:

Ich habe ein Recht darauf, mich als ideal zu sehen

In Wirklichkeit ist niemand ideal. Dies ist ein falscher Glaube, der auf magischem Denken beruht. Bei der Selbstidealisierung stellen wir uns vor, dass wir keine Makel haben. Wenn es nur so wäre! Die Selbstidealisierung stirbt in der Regel in der Kindheit ab, taucht aber oft in der Pubertät wieder auf. Der wunderbare Karikaturist Jules Feiffer persiflierte auf sympathische Weise die Psyche von Teenagern mit einer Geschichte über ein Mädchen, das einen winzigen Pickel in seinem Gesicht für die Größe eines eiternden Vulkans hielt (Feiffer, 2006). Für leidende Teenager ist nur der perfekte, makellose Zustand genug.

Ich habe Anspruch auf ideale Versorgung

In dem Irrglauben, wir seien perfekt und etwas Besonderes, müssen wir auch Anspruch auf eine ideale Versorgung haben. Dies fördert eine hab-süchtige Form von Gier, bei der der Blick sich auf die Frage verengt,¹² was für MICH, das »große Ich«, dabei herauspringt. Die ganze Welt wird als ein Vermögen betrachtet, das man ausbeuten kann und das nur dazu da ist, das Selbst zu vergrößern.

Die große Krimiautorin Josephine Tey hat das Wesen des narzisstischen Anspruchs auf eine idealisierte Versorgung in einem Gespräch zwischen Chefinspektor Grant von Scotland Yard und seinem jungen Assistenten Tad erfasst. Grant, der es Eitelkeit nennt, sagt zu Tad:

»Wenn Sie von Eitelkeit sprechen, denken Sie an die Art von Eitelkeit, die sich selbst im Spiegel bewundert [...]. Aber das ist nur persönliche Einbildung. Echte Eitelkeit sagt: »Ich muss das haben, weil ich ich bin.« (Tey, 1952, S. 153).

Im Kern bedeutet »Ausnahme« zu sein die Einstellung: »Ich muss das haben. Warum? Weil ich ich bin. Es braucht keinen anderen Grund! Es ist offensichtlich.«

»Ich will das, also werde ich es haben« gilt nicht nur für materiellen Besitz, sondern auch für die Eigenschaften anderer. Die gewünschten Eigenschaften des anderen gehören nun scheinbar zum eigenen Selbst. Ein Beispiel

12 Siehe Brenman (1985), »Cruelty and narrowmindedness«.

dafür ist die Vorstellung, alles selbst gemacht zu haben, und dabei zu vergessen, dass man erhebliche Hilfe hatte. Das kann vor Neidgefühlen schützen.

Ich habe das Recht, magisches Denken einzusetzen, um den Glauben zu wahren, dass ich ideal bin

Die »Ausnahme« in uns denkt: »Da ich etwas Besonderes bin, habe ich das Recht, alle Schwierigkeiten und inneren Unannehmlichkeiten auf magische Weise verschwinden zu lassen.« Das ist so, als ob Aschenputtel das Empfinden hätte, dass sie Anspruch auf eine gute Fee habe, die einen Zauberstab schwingt und ihr Selbstbild vom Küchenmädchen in eine Ballkönigin verwandelt. Ich werde im nächsten Kapitel näher auf das Gefühl eingehen, das Recht auf magisches Denken zu haben.

Freud (1916a) untersuchte das Ausnahme-Sein in einem Aufsatz über Richard III – nicht den historischen Richard, sondern Shakespeares Darstellung des buckligen Königs. Freud schlug vor, dass wir uns tief im Inneren mit Richard identifizieren, denn

»wir fordern alle Entschädigung für frühzeitige Kränkungen unseres Narzissmus, unserer Eigenliebe. Warum hat uns die Natur nicht die goldenen Locken Balders geschenkt oder die Stärke Siegfrieds oder die hohe Stirne des Genies, den edlen Gesichtsschnitt des Aristokraten? Warum sind wir in der Bürgerstube geboren anstatt im Königsschloss? Wir würden es ebenso gut treffen, schön und vornehm zu sein wie alle, die wir jetzt darum beneiden müssen« (Freud, 1916a).

Einige von uns sind besser als andere dazu in der Lage, ihre reale Position zu akzeptieren und den Verlust des idealisierten Selbst mit seinen idealisierten Ansprüchen zu betrauern – es war schließlich immer eine Illusion –, aber Freud machte darauf aufmerksam, wie schwierig diese Trauer sein kann. Die »Ausnahme« in uns kann nicht trauern oder sich dem Verlust stellen. Sie fühlt sich berechtigt, von dieser schwierigen psychischen Arbeit ausgenommen zu sein und stattdessen »schnelle Lösungen« zu finden, die auf magischem Denken basieren.

Wenn wir ernsthaft annehmen, dass es in uns einen Ausnahme-Anspruch gibt, kann das unser Verständnis für das schärfen, was Freud mit Realität meinte. Realität ist ein umstrittener Begriff, und verschiedene Dis-

ziplinen (Philosophie, Naturwissenschaften) nähern sich ihm auf unterschiedliche Weise. Für Freud war die Wirklichkeit im Wesentlichen das, was durch ihr Vorhandensein unserer Wunschfantasie im Wege steht, sie behindert und stört (siehe Freud, 1911). Die Realität in diesem Sinne ist der Ausnahme mit ihrem verqueren Glaubenssystem ein Dorn im Auge.

3 Die Ausnahme (in verantwortlicher Position und schrankenlos)

Das fürsorgliche Selbst der meisten Menschen ist stark genug, um ihre innere »Ausnahme« in Schach zu halten. Ich stelle nun in die Situation dar, in der diese die Gesamtverantwortung innerhalb der Psyche übernimmt. Die »Ausnahme« (engl.: Exception, mit Großbuchstabe E, um diese Machtverschiebung zu signalisieren) hat jetzt das Sagen, das heißt, sie hat die Macht, ihren übertriebenen Anspruch darauf geltend zu machen,

- sich selbst als ideal zu sehen,
- alle Macht und alle Besitztümer zu haben, nach denen sie sich sehnt,
- sich deswegen nicht moralisch beunruhigt zu fühlen.

Mein erstes Beispiel für eine ausgeprägte »Ausnahme« ist die Darstellung des Psychoanalytikers Karl Abraham (1935) über Amenhotep IV., einen ägyptischen Königsknaben, der vor über 3000 Jahren lebte.¹³ Es wäre zwar unsinnig und unanständig zu behaupten, wir könnten die Psyche von jemandem analysieren, der vor Tausenden von Jahren lebte, aber Abrahams Bericht ist wertvoll, da er ein besonders klares Licht auf die psychologischen Prozesse wirft, die ablaufen, wenn sich das »e« (exception) in ein »E« (Exception, dt. »Ausnahme«) verwandelt.

In Abrahams Erzählung glaubte Amenhotep IV., ein verwaister Königsknabe, er sei der Sonnengott Re. Zwar glaubten viele antike Herrscher, sie seien Götter, aber Amenhotep IV. ging noch weiter. Er ordnete an, alle

13 Ich habe Abrahams Darstellung des historischen Amenhotep IV. akzeptiert, obwohl ich mir dessen bewusst bin, dass ich nicht in der Lage bin, sie im Lichte der klassischen Wissenschaft zu bewerten. Ich habe dieses Beispiel gewählt, um (a) deutlich zu machen, dass der Exzeptionalismus so alt ist wie die Menschheitsgeschichte, und (b), weil Abrahams Darstellung dessen, was psychologisch mit dem Allmachtsdenken zusammenhängt, meiner Ansicht nach besonders klar und sehr gut auf moderne Beispiele anwendbar ist.

Hinweise auf das Leben seines echten Vaters aus dem Königreich zu entfernen. Er verbot die Verehrung des Gottes, den sein Vater verehrt hatte, und befahl, stattdessen einen neuen Gott, Re, zu verehren. Zunächst errichtete er Statuen von Re, dann verkündete er, Sohn des Re zu sein, und schließlich behauptete er, er selbst sei der Gott Re. Als Re war er die Quelle allen Glanzes, des Lichts und der Wärme in seinem Reich.

Hier sehen wir Selbstidealisierung, und Abraham erörterte, dass sie folgende Schritte beinhaltet:

- Nimm einen tatsächlichen anderen,
- spalte ihn in Teile auf (z. B. in gut/schlecht),
- idealisiere jeden Anteil (das Gute wird perfekt und das Schlechte wird schrecklich, d. h. perfekt schlecht),
- sei in der Vorstellung der idealisierte Teil.

Die These ist, dass Amenhotep IV. die guten Seiten seines Vaters übernahm und sie zu einem Gott idealisierte. Er glaubte dann (durch Identifikation), selbst dieser Gott zu sein.

Dies ist ein Beispiel für das, was in der Psychologie als »omnipotente Identifikation« bezeichnet wird. Gewöhnliche Identifikation bedeutet zum Beispiel aufzuwachsen, um *wie* die bewunderten Teile eines Elternteils zu sein. Der Gedanke ist, dass man mit der Zeit wie die Eltern sein kann, die man bewundert und beneidet. Omnipotente Identifikation ist etwas anderes. Hier glaubt das Kind fälschlicherweise, dass es der Elternteil *ist*, und zwar *genau jetzt* – außerdem ist es normalerweise nicht der Elternteil, wie er tatsächlich ist, sondern ein sehr idealisierter.

In der omnipotenten Identifikation *ist* Amenhotep IV. der Vater, den er bereits idealisiert und in einen Gott verwandelt hat. Später werde ich argumentieren (Kapitel 37), dass bestimmte Führungspersönlichkeiten die omnipotente Identifikation anregen, um unsere Stimmen zu gewinnen; dass, wenn zum Beispiel Trump wiederholt sagte: »Ich bin deine Stimme«, dies eine Einladung war, Trump selbst *zu sein*, genau jetzt, in diesem Moment. Er stimulierte die omnipotente Identifikation mit der ganzen damit verbundenen Aufspaltung in »perfekt und mächtig wie ich« und »sehr böse wie diese ›Hombres‹, die wir einsperren werden«. ¹⁴

14 Eli Zaretsky (2018) hat in einem Beitrag mit dem Titel »The mass psychology of Trumpism« Adornos Arbeit über den Aufstieg des Faschismus in Deutschland herangezogen, um darauf hinzuweisen, dass es nicht nur um eine allmächtige Identifikation mit dem

Zurück zu Amenhotep IV.: Um seine Fantasie aufrechtzuerhalten, hätte er jedes Bewusstsein dafür auslöschen müssen, dass er jemals wirkliche Eltern hatte. Die größte Bedrohung für die Selbstidealisierung ist das Wissen, dass es Dinge gibt, die wir nicht kontrollieren können, und dass wir Bedürfnisse haben, die wir nicht selbst befriedigen können. Die »Ausnahme« kann heftigen Hass auf den bedürftigen Teil des Selbst und auf bedürftige andere empfinden.

Amenhotep IV. war ein Waisenkind, das seine Eltern in jungen Jahren verlor. Könnte die Erkenntnis, dass er wirkliche Eltern brauchte, ihn mit seiner Fragilität und seinem Verlust-Trauma in Berührung gebracht haben? Wir können es nicht wissen. Die Selbstidealisierung kann aus allen möglichen Gründen erfolgen, einer davon ist der Schutz vor dem Gefühl von Verlassenheit und/oder der Traumatisierung.¹⁵ Auf dieses Thema werden wir später zurückkommen.

Es geht hier nicht darum, eine historische Figur zu »psychoanalysieren« (das war auch nicht Abrahams Absicht). Es geht darum, die mentale Verfassung, wie sie im Zentrum der Argumentation dieses Buches steht, vorzustellen und zu erforschen. Abraham hat die für die Selbstidealisierung erforderlichen Stufen klar umrissen. Um sie zu wiederholen,

- nimm einen tatsächlichen anderen,
- spalte ihn in Anteile auf (z. B. in gut/schlecht),
- idealisiere jeden Teil (z. B. zu perfekt/schlecht),
- stelle dir vor, du könntest der idealisierte Part *sein*, mit dem du dich identifizierst.

»Ausnahmen« neigen dazu, sich entweder als sehr überlegen und untadelig oder als sehr schlecht und tadelnswert zu sehen. Auf diese Weise können

Führer geht: Es geht darum, dass diese Art von Führer »dem Gefolgsman ähnlich und als seine »Erweiterung« erscheinen muss«. »Der Anführer »vervollständigt« das Selbstbild des Gefolgsmanns [...]. Die ständige Verunglimpfung von Trump in der *New York Times* oder auf MSNBC ist [...] kontraproduktiv, wenn es darum geht, die Trump-Koalition aufzubrechen. Seine Anhänger nehmen jeden Angriff auf ihren Anführer als Angriff auf sich selbst. »Die verblüffenden Symptome von Minderwertigkeit des faschistischen Führers«, schreibt Adorno, »seine Ähnlichkeit mit Schmierenskomödianten und asozialen Psychopathen«, erleichtern die Identifikation, die die Grundlage des Ideals ist« (Übers. H. L.). Dieses Thema wird später in Kapitel 38 untersucht.

- 15 Wer sich mit der Psyche befasst, weiß, dass Menschen, die sich verlassen und ungeliebt fühlen, besonders anfällig für Selbstüberschätzung sind.

sie den Glauben aufrechterhalten, besonders und nicht gewöhnlich zu sein.
»Ausnahmen« sind niemals gewöhnlich!

»Ausnahmen« neigen dazu, Fetische zu schaffen. Ein Fetisch ist eine Person, eine Idee oder eine Sache, die so idealisiert wird, dass sie zu einem verherrlichten Attraktor wird. Ein Beispiel dafür wäre, dass Amenhotep IV. seinen eigenen Körper als Fetisch behandelte, der angebetet werden sollte: nicht mehr ein gewöhnlicher menschlicher Körper, sondern der goldene Körper eines Gottes. Infolge der Fetischisierung zieht der Fetisch an, und das, was wirklich ist, erscheint trist und uninteressant. Dieser mentale Zustand kann dazu führen, dass man sich dafür schämt, gewöhnlich zu sein, und dafür, ein wahrheitsgetreues, ungeschöntes Bild zu schätzen.

Omnipotentes »Schnellschuss«-Denken¹⁶

Die Ausnahme fühlt sich berechtigt, omnipotentes Denken einzusetzen. Die Fantasien, die dem allmächtigen Denken zugrunde liegen, bestehen darin, »allmächtig« zu sein und mit gottähnlichen Kräften die Realität zu »erschaffen«. An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass die geistigen Kräfte des Menschen, der von allmächtigem Denken ergriffen ist, die Kräfte etablierter Gottheiten scheinbar weit übersteigen. So brauchte Gott beispielsweise sechs volle Tage, um die Welt zu erschaffen. Omnipotentes Denken kann eine imaginäre Welt in einem Wimpernschlag mit Warp-Geschwindigkeit erschaffen. Gott musste sich am siebten Tag ausruhen, während die Fantasie, um die es hier geht, besagt, dass die Schaffung und Aufrechterhaltung idealisierter Weltbilder mühelos möglich ist.

Die Täuschung aufrechtzuerhalten, dass man perfekt ist, ein Gott mit gottähnlichen Kräften, ist nur *scheinbar* mühelos. In Wirklichkeit erfordert es ständige harte psychische Arbeit. Man muss eine falsche Realität konstruieren, Evidentes im Geiste zerstören und immer wieder den realitätsbezogenen Teil des Verstandes angreifen, der die Fälschung erkennt.

Psychiatrischen Fachkräften wird geraten, keine Diagnosen bei Perso-

¹⁶ Es liegt umfangreich psychoanalytische Literatur zur Erforschung des Allmachtsdenkens vor, darunter Rosenfeld (1971) über destruktiven Narzissmus, Bion (1957) über den Kampf zwischen dem psychotischen und dem nicht-psychotischen Teil des Selbst, wobei der psychotische Teil sich der Erfahrung entzieht, Steiner (1993) über seelische Rückzüge, Arbeiten über Dissoziation in traumatischen Zuständen usw.