

Leseprobe aus:

Melanie Muehl



Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf

© Carl Hanser Verlag München 2018

HANSER



Melanie
Mühl
Mitfühlen
Über eine
wichtige
Fähigkeit in
unruhigen
Zeiten

Carl Hanser Verlag

1. Auflage 2018

ISBN 978-3-446-26023-8

© 2018 Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG, München

Umschlag: Anzinger und Rasp, München

Motiv: © Wuukasch, Zürich

Satz: Satz für Satz, Wangen im Allgäu

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany



MIX
Papier aus verantwortungs-
vollen Quellen
FSC® C083411

Für Luise

Eine Freundin begegnet jeden Abend auf dem Weg von der Arbeit nach Hause einem Bettler. Ein junger Mann, der im Sommer wie im Winter einen blauen Kapuzenpulli trägt und stets an derselben niedrigen Mauer kauert. Die Beine angezogen, den Blick gesenkt, vor ihm ein Pappbecher. Manchmal wirft sie ein paar Münzen in den Becher, selten spricht sie mit dem Mann. Im Dezember, der erste Schnee war gefallen, brachte sie ihm eine Decke. Oft aber, an zermürenden Tagen, wenn sie melancholisch ist, möchte sie den Bettler nicht sehen. Dann biegt sie eine Straße früher ab. Manchmal fragt sie sich, ob ihre Empathie jemals echt ist, wenn sie sie nach Lust und Laune dosieren kann. Aber tut das nicht jeder? Auf dem schmalen Grat zu balancieren zwischen dem, was man fühlt, und dem, was man tut?

Im vergangenen Sommer erreichte die politische Demonstration von Unmenschlichkeit einen neuen Höhepunkt: An der Grenze zu Mexiko ließen amerikanische Behörden Familien, die illegal einzureisen versuchten,

brutal auseinanderreißen. Kinder wurden von ihren Eltern getrennt. Die Bilder verzweifelt weinender Mädchen und Jungen lösten weltweit Entsetzen aus. Die Botschaft der öffentlich zelebrierten Grausamkeit: Bleibt uns bloß vom Leib, sonst nehmen wir euch eure Kinder weg.

Die wahre Tragödie Griechenlands verstand ich vor einigen Jahren beim Fernsehen. Es war nicht der erste Beitrag über die verheerenden Folgen der Finanzkrise, den ich sah, aber dieses Mal war etwas anders. Interviewt wurde ein alter Mann mit hellen Augen. Auf seinem Gesicht, das sich kaum regte, lag eine Traurigkeit, die mir die Kehle zuschnürte. Er hatte alles verloren, was einem Menschen Würde verleiht: Sein Bankkonto war gesperrt worden, seine Rente eingefroren, für die tägliche Ration Bargeld musste er sich stundenlang anstellen. Ich beschloss, nach Griechenland zu fliegen und über die Krise des Landes und das Elend der Menschen als Journalistin zu berichten. Warum ausgerechnet nach diesem Beitrag? Weil mich der Mann an meinen verstorbenen Großvater erinnerte? Weil er so einsam aussah? Ging es um ihn oder um mich? Kann man das überhaupt trennen?

Am 19. Dezember 2016 erschütterte ein islamistischer Terroranschlag das Land. Das Attentat auf den Berliner Breitscheidplatz kostete zwölf Menschen das Leben, mehr als siebenzig wurden verletzt, viele von ihnen schwer. In der Zeit nach dem Terrorattentat war sehr viel über den Täter zu lesen und so gut wie nichts über die Opfer. Während in Italien der Staatspräsident einem getöteten Landsmann die letzte Ehre erwies und der polnische Staatspräsident vor dem Sarg des erschossenen Lkw-Fahrers niederkniete, schickte Angela Merkel nicht einmal ein Kondolenzschreiben. Es dauerte fast zwölf Monate, bis die Kanzlerin die Hinterbliebenen traf. Kurz vor der Begegnung sagte sie: »Ich weiß, dass einige sich ein solches Treffen früher gewünscht hätten.« Warum es nicht früher stattfand, sagte sie nicht. Mit dem Jahrestag kam zudem das ganze Ausmaß des Behördenversagens ans Licht. Die menschliche Kälte, die hierzulande Hinterbliebene ertragen mussten, ist skandalös. Wie anders soll man es nennen, dass Hinterbliebene am Tag nach dem Anschlag nicht am Gedenkgottesdienst teilnehmen konnten, weil sie noch keine Todesnachricht erhalten hatten und in Krankenhäusern verzweifelt nach Eltern, Kindern, Geschwistern suchten? Dass eine Tochter die Zahnbürste ihrer Mutter, die

zu einem DNA-Abgleich benötigt worden war, zurückgeschickt bekam, ohne auch nur ein Wort der Anteilnahme: »Mit dem Ende der polizeilichen Ermittlungen möchten wir die Gegenstände Ihrer Angehörigen zurücksenden und bedanken uns höflichst für Ihre Mitarbeit.« Oder dass die Charité Rechnungen für die Leichenschau verschickt: 51 Euro, zahlbar innerhalb von dreißig Tagen.

Wie ist das möglich? Wie sehr muss jemand die bürokratischen Abläufe verinnerlicht haben, dass selbst der letzte Funke Mitgefühl stirbt? Oder ist der Dienst nach Vorschrift in so einem Fall schlicht die hilflose Antwort auf unsere unübersichtliche Gesellschaftsstruktur, weil Empathie immer ein Gesicht braucht, in das man blickt?

Es gibt ein Gedicht des englischen Lyrikers John Donne, in dem ein Satz steht, der viel mit Mitgefühl zu tun hat: »Niemand ist eine Insel«. Das ist ein inzwischen zwar redensartig gewordener Gedanke, der aber trotzdem schön ist, weil er uns über die Absurdität des Daseins hinwegtröstet, indem er auf die Verbundenheit des Einzelnen mit dem Schicksal aller Menschen verweist.

Einerseits. Andererseits kann man Donnes Du-bist-nicht-allein-Botschaft auch als Ermahnung verstehen: Wer sich als »ein Teil eines Ganzen« begreift und daraus ein Gefühl des Aufgehobenseins zieht, geht gleichzeitig eine Art moralische Verpflichtung ein: Die anderen dürfen ihm nicht egal sein. Aber was genau bedeutet das? Und ist das am Ende nicht zu viel verlangt?

Um all diese Fragen soll es in diesem Buch gehen. Denn ganz offensichtlich steht es um die Empathie, die seit der Entdeckung der Spiegelneuronen oft irrtümlich als eine Art Selbstläufer gilt, um den man sich nicht groß kümmern muss, im alltäglichen Miteinander nicht sonderlich gut. Von Mitgefühl und echter Anteilnahme ganz zu schweigen. Das gesellschaftliche Klima wird kälter, der Ton aggressiver. Der Populismus blüht. Antisemitismus und Islamfeindlichkeit erstarken. Die Hemmschwelle sinkt. Im Netz tobt ein Shitstorm nach dem nächsten, und der schiere Hass vieler Kommentare verschlägt einem die Sprache. Man wundert sich, wie irrsinnig schnell manche Leute wegen Lächerlichkeiten auf hundertachtzig sind, besonders im Straßenverkehr. Neulich rastete ein Fahrradfahrer völlig aus, nur weil

ein Auto den Radweg gestreift hatte. An der nächsten Ampel, wo Autofahrer und Radfahrer erneut aufeinandertrafen, schlug der Radfahrer mit der Faust auf die Motorhaube des Autos, als habe er seine ganze Frustration in diesen einen Hieb gesteckt.

Und erst die Angst vor Überfremdung. Sie grassiert gerade dort, wo es mit dem Fremden kaum Berührung gibt. Ängste vor Ausländern, Migranten, Geflüchteten vermischen sich mit Ängsten vor der Globalisierung, dem Abgehängtwerden und dem sozialen Abstieg durch eine sich immer weiter öffnende Schere zwischen Arm und Reich. Dieses Gefühl des Kontrollverlusts, die Furcht, das eigene Leben könnte einem entgleiten, erstickt jedes Mitgefühl im Keim. Und schafft einen idealen Nährboden für Ressentiments.

Würden diese Ängste nur irgendwelche Spinner umtreiben, alles wäre halb so dramatisch. Aber es sind längst Menschen vom Angstvirus und dem Gefühl der Machtlosigkeit infiziert, die man für tolerant, weltoffen und vernünftig gehalten hatte. Für die man die Hand ins Feuer gelegt hätte und die plötzlich erschreckend radikale Ansichten vertreten.

Vielen mag das Land lange Zeit wie im Halbschlaf erschienen sein, das nur kurz erwachte und sofort wieder einnickte, doch dieses Gefühl war ein Trugschluss.

Die Zeiten sind friedlich, aber die Ängste sind groß.

Der Niedergang des Mitgefühls, die soziale Verrohung, der unversöhnliche, polemische Ton, der uns in der Öffentlichkeit entgegenschlägt, betrifft uns alle, und es hilft zu versuchen, diese Entwicklung ein bisschen besser zu verstehen. Denn das, was gerade geschieht, sagt uns viel über das Wesen unserer kollektiven Mentalität, darüber, was es heute heißt, ein Mensch zu sein.

Mit dem Mitgefühl verhält es sich ja ähnlich wie mit dem Anstand, über den Axel Hacke in seinem Bestseller *Über den Anstand in schwierigen Zeiten und die Frage, wie wir miteinander umgehen* schreibt: »Über das Anständigsein habe ich, ehrlich gesagt, nie besonders nachgedacht, es war mir immer etwas selbstverständlich Gutes.« Jetzt aber stünden grundsätzliche Regeln menschlichen Anstands zur Disposition. Die des Mitgefühls tun es auch. Genau genommen kann es ohne Mitgefühl gar keinen Anstand geben.

Anders formuliert: Mitgefühl ist die Grundlage einer gelingenden sozialen Kultur. Sie ist das Bindemittel. Ohne Mitgefühl kein Miteinander. Die Globalisierung, sagt die Neurowissenschaftlerin Tania Singer, habe vorgelegt, jetzt müsse unser Bewusstsein folgen. Wir müssten den Blick weg vom »Ich« und hin aufs »Wir« richten. Das ist kein sonntagsrednerischer, pathetischer Appell: Die am Max-Planck-Institut Leipzig forschende Tania Singer ist überzeugt, dass das möglich ist. Mitgefühl, das hat sie in einem weltweit einzigartigen Projekt bewiesen, lässt sich wie einen Muskel trainieren, doch dazu später mehr. »So bin ich eben« gilt demnach nicht. Zur Kaltherzigkeit, dazu, seinen Mitmenschen gegenüber ein Wolf zu sein, ist niemand verdammt – auch wenn diese sozialdarwinistische Theorie jahrhundertlang Anhänger gefunden hat.

Der Ruf nach mehr Empathie wäre selbstredend naiv. Aber es ist an der Zeit, sich Gedanken darüber zu machen, was Empathie, was Mitgefühl eigentlich ist und was wir selbst tun können, um den tiefen Riss, der durch die Gesellschaft geht, zumindest ein bisschen zu kitten. Im Alltag vor allem, in der Art und Weise, wie wir miteinander umgehen, wie wir in Sekundenschnelle Ur-

teile fällen und uns von unbewussten Vorurteilen leiten lassen. Wann packt die Empathie unser Herz? Wann fühlen wir mit? Wann helfen wir, und wann verschließen wir uns? Wie gelingt es, den anderen im Anderssein besser anzuerkennen und in ihm zuallererst den Menschen zu sehen?

Zunächst einmal handelt es sich bei Empathie und Mitgefühl ja um diffuse Begriffe, die oft in einem Atemzug genannt werden, die aber nicht miteinander identisch sind. Jedenfalls dann nicht, wenn man unter Empathie mehr als das bloße Einfühlungsvermögen in andere Menschen versteht. Mehr als eine kurze, blauäugige Betroffenheit beim Blick auf Fotos von Flüchtlingskindern. Gibt man sich der Empathie nämlich nur passiv hin, läuft man stets Gefahr, im Moment der Rührung zu verharren, oder, angesichts des geballten Unglücks dieser Welt, in empathischen Stress zu geraten, sich Augen und Ohren zuzuhalten, bis zur Erschöpfung auszubrennen. Damit ist niemandem geholfen. Der Mitfühlende aber reagiert anders. Er will handeln. Paul Bloom, kanadischer Wissenschaftler und Autor, formuliert es so: »Empathie heißt, ich fühle das, was ein anderer Mensch fühlt. Mitgefühl bedeutet: Ich kümmere mich

um den anderen, ich Sorge für ihn.« Beim Mitgefühl trifft Herz auf Verstand. Dieses Zusammenspiel ist entscheidend.

Wer sich mit dem Empathie-Begriff auseinandersetzt, stellt fest, dass er eine Übersetzung des englischen Wortes *empathy* ist, das wiederum selbst auf eine Übersetzung zurückgeht: den Begriff der »Einfühlung«, der um 1900 in Philosophie, Ästhetik und Psychologie ziemlich populär war. Unauflöslich verbunden ist die Empathiegeschichte mit dem deutschen Philosophen und Psychologen Theodor Lipps (1851 bis 1914). Lipps, der Empathie als Instinkt bezeichnete, habe, so der Verhaltensforscher Frans de Waal, als Erster erkannt, dass wir einen sehr speziellen Draht zu anderen Menschen haben. »Wir können nicht fühlen, was außerhalb von uns vorgeht, doch durch die unbewusste Verschmelzung von Selbst und anderem klingen die Erfahrungen des anderen in uns nach.« Lipps glaubte nicht, dass sich eine solche Identifikation auf irgendwelche anderen Fähigkeiten wie Lernen, Assoziation oder Denken zurückführen ließ. Dass Einfühlung beziehungsweise Mitgefühl allerdings auch für den längst in Vergessenheit geratenen Lipps nicht ganz ohne kognitive Leistung

vonstattengeht, zeigt der Titel seines 1907 verfassten Aufsatzes »Das Wissen von fremden Ichen«.

Gerade heute, in Zeiten der emotionalen Ignoranz, kognitiven Kühle und des Optimierungswahns, der die eigenen Befindlichkeiten und Wünsche in den absoluten Mittelpunkt stellt, ist Lipps Theorie vom »Nachklingen« fremder Erfahrungen im eigenen Bewusstsein hoch aufregend.

Was bedeutet es, eine Gesellschaft zu sein, zusammenzugehören, sich respektvoll auseinanderzusetzen und auch Meinungen auszuhalten, die einem nicht passen, ohne das Gesagte sofort zu skandalisieren und den anderen moralisch zu verurteilen? Die neue, durch ein eigenes Ministerium befeuerte Sehnsucht nach dem alten Begriff »Heimat«, der unproblematischer, unbelasteter anmutet als »Volk« oder »Nation«, zeugt von einer in die Krise geratenen sozialen Identität. Das zwingt uns zu der Frage: Wer sind wir, wer gehört zu uns, mit wem wollen wir solidarisch sein – und wie kann zwischenmenschliche Nähe bewahrt werden?

Die bisweilen naive Empathie-Obsession unserer Zeit kann man nicht verstehen, ohne einen Blick in die Neunzigerjahre zu werfen. Für die Empathie-Forschung eine bahnbrechende Zeit, in der die Spiegelneuronen entdeckt wurden. Beteiligt war daran eine Gruppe Wissenschaftler unter der Leitung des italienischen Neurophysiologen Giacomo Rizzolatti an der Universität Parma. Die Sensation beruhte auf einem Zufall. Eigentlich wollten die Wissenschaftler erforschen, was im Gehirn von Makaken passiert, wenn sie nach Futter greifen. Einer der Forscher bekam während der Versuchsanordnung allerdings selber Hunger, weshalb er, beobachtet von einem Makaken, zu einer Erdnuss griff. Genau in diesem Augenblick knatterte der Messapparat. Die Wissenschaftler waren perplex, handelte es sich doch exakt um jenes an ein Maschinengewehr erinnernde Geräusch, das bislang ertönt war, wenn der Affe nach den Nüssen gegriffen hatte. Jetzt feuerten einige Nervenzellen in seinem prämotorischen Kortex allein deshalb, weil er die zielgerichtete Bewegung des Mannes beobachtete. Der Affe spiegelte das Verhalten des Menschen