



Die 5. Lebensaufgabe in der Individualpsychologie (IP) – eine Würdigung

Veronika Seiler (Dipl. Sozialpädagogin, Individualpsychologische Beraterin und Familientherapeutin (Telos®))

Telos-Akademie
 Bergmannstr. 7
 97688 Bad Kissingen
www.telosgesellschaft.de

Der Mensch ist eine Ganzheit, bestehend aus Körper, Geist und Seele. Jeder dieser Aspekte ist mit dem anderen verbunden, auf den anderen angewiesen. Jeder dieser Aspekte beeinflusst, inspiriert oder schädigt den anderen. Diese Grundtatsache ist weitgehend anerkannt.

Die Menschheit insgesamt ist eine Ganzheit, bestehend aus vielen einzelnen. Jeder einzelne Mensch ist mit dem anderen verbunden, auf den anderen angewiesen. Jeder Mensch beeinflusst seinen nächsten Mitmenschen, inspiriert oder schädigt den anderen. Wir sprechen in der Individualpsychologie von Ermutigung und Entmutigung. Diese Grundtatsache ist weitgehend anerkannt.

Jeder Mensch beeinflusst auch die Gesamtheit aller Mitmenschen, so weit entfernt sie sich sowohl räumlich als auch zeitlich befinden mag.

Jeder Mensch beeinflusst ebenso das gesamte Leben auf der Erde.

Diese Tatsache ist bisher zu wenig bewusst, zu wenig anerkannt und gewürdigt worden. Die Notwendigkeit, diesen Aspekt wesentlich mehr hervorzuheben, ist Anliegen dieser kleinen Schrift.

Die Individualpsychologie nimmt an, dass sich das Leben jedes Menschen in fünf Verantwortungs-Bereiche umfasst, die es im Laufe des Lebens zu „bewältigen“, zu „bearbeiten“, zu „leben“ gilt – die sogenannten „Lebensaufgaben“.

Die erste dieser Aufgaben ist die Gemeinschaft: Jeder Mensch ist ein soziales Wesen. Zum einen ist er auf die Mithilfe des anderen angewiesen, um zu überleben (Säugling auf die Eltern; Aufgaben- und Arbeitsteilung in sozialen Lebensgemeinschaften). Zum anderen ist jeder Mensch aufgerufen, auch Verantwortung zu übernehmen, seinen persönlichen Beitrag für die Gemeinschaft einzubringen. Gemeinschaft ist die Familie, der Freundes- und Nachbarschaftskreis, die Gemeinschaft in Vereinen und Interessens-Gruppierungen, aber auch die Gemeinschaft der Menschheit insgesamt!

Damit ist ein Beitrag gemeint, der für JEDEN Mensch positiv wirkt, keinen Menschen ausgrenzt oder beschämt. Gerade im Zeitalter der sogenannten „sozialen Netzwerke“, in

der durch viele Einzelne mit einem einzigen Maus-Klick eine sogenannte „Gemeinschaft“ gegründet wird, indem (leichtfertig, unbedacht) eine einzelne Person abgewertet, diffamiert, zu tiefst „entmutigt“ wird, ist dieser Aspekt sehr hoch einzustufen!

Die zweite Lebensaufgabe ist die Liebe. „Liebe“, ein zutiefst religiöser Begriff¹, meint die grundsätzliche Annahme jedes Menschen als Mitmenschen. „Liebespaaren“ fällt es leicht, den Partner so zu akzeptieren, wie er/sie ist: Mögliche Schwächen oder „Makel“ werden zunächst nicht wahrgenommen. Ebenso ist es für Eltern von Kleinkinder (vor der Zeit der sogenannten „Trotzphase“) selbstverständlich, ihr Baby ganz grundsätzlich zu lieben. Vor allem gemeint ist in dieser Lebensaufgabe im ursprünglichen Sinne der IP der liebevolle, verantwortungsvolle Umgang mit dem Partner, den eigenen Kindern und den eigenen Eltern und Geschwistern. Die Lebensaufgabe „Liebe“ erfordert von jedem einzelnen Menschen, diese Annahme auf alle Menschen zu übertragen – auch und gerade in Zeiten, in denen es schwer fällt, in denen die „Fehler“ im Vordergrund stehen.

Die dritte Lebensaufgabe ist die Arbeit. Alles, was wir tun – sowohl zum Broterwerb, als auch ehrenamtlich, erfordert unseren ganzen Einsatz. Auch wenn es notwendige Auszeiten und Ruhephasen gibt, gilt es, sich immer wieder unaufgefordert zu engagieren und „anzupacken“, Verantwortung zu übernehmen wo und wann es nötig ist.

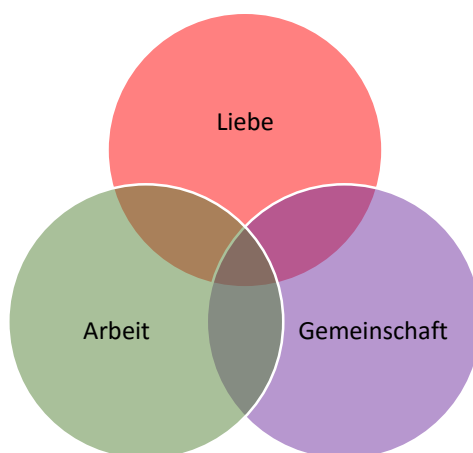
Diese drei (von Alfred Adler ursprünglich erkannten) Lebensaufgaben sind jede mit jeder anderen verknüpft:

Gemeinschaft findet sich in der Arbeit – auch als Allein-Selbständiger hat man einen „Kunden“; auch als dasjenige Elternteil, das zu Hause die Kinder und den Haushalt versorgt, pflegt man die Gemeinschaft der Familie.

Gemeinschaft erfordert unsere grundsätzliche Liebe und Zuneigung: Jedes Mitglied der Gemeinschaft grundsätzlich anzunehmen, wie es ist, mit all seinen Stärken und Schwächen, ist unsere Aufgabe.

Liebe leben wir in der Arbeit – sowohl unseren Arbeits-Kollegen und –kolleginnen gegenüber, als auch für das, was wir tun und wie wir es tun.

So stellt sich diese Verbindung nun dar:



¹davon sollten wir uns nicht abschrecken lassen – im Gegenteil: vor allem in der Pädagogik sollte diese Lebensaufgabe wieder den Wert bekommen, der ganz grundsätzlich damit gemeint ist

Rudolf Dreikurs hat zwei weitere Lebensaufgaben benannt.

Die Beziehung zu mir selber ist die vierte Lebensaufgabe – ich nenne sie der Einfachheit halber „Ich“. Spätestens in der Pubertät fängt der Mensch an, sich mit sich selber auseinander zu setzen: Was sind meine Ziele, was kann ich, welches sind meine Fähigkeiten und positiven Eigenschaften? Was kann ich (noch – im Sinne der IP und des „Strebens nach der Vollkommenheit“) nicht, was möchte ich lernen? Jeder Mensch jeden Alters ist aufgerufen, sich mit diesen Fragen bewusst auseinander zu setzen – und damit gezielt und gestalterisch Einfluss auf die weitere Richtung seines Lebens zu nehmen.

„Ich“ bin in Beziehung zu jeder der erstgenannten Lebensaufgaben.

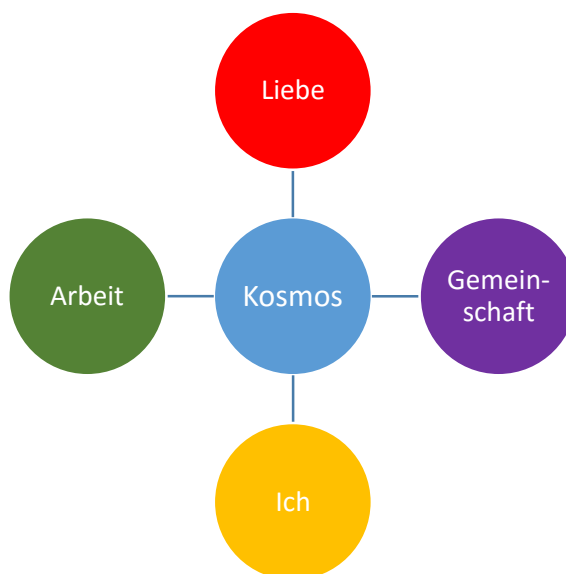
Wie verhalte ich mich in meiner Arbeit, in meinen Gemeinschaften? Wie und wen liebe ich? Warum so? Warum tue ich mich mit jemand anderem schwerer, sie/ihn einfach so zu akzeptieren?

Dazu reiht sich nun die sogenannte 5. Lebensaufgabe – die Beziehung zur Natur und zum Kosmos (und zur Religion, nach Rudolf Dreikurs). Alfred Adler hat sie gelegentlich angedeutet. Erst in seiner Nachfolge sind Rudolf Dreikurs und Victor Frankel darauf ausführlicher eingegangen

Kosmos (altgriechisch κόσμος *kósmos*) bezeichnet sowohl das *menschliche* Miteinander als auch die Ordnung des *Weltalls*². Miteinander in Einklang gebracht kennzeichnet die Lebensaufgabe „Beziehung zum Kosmos“ das Miteinander, das jeder einzelne zu dem ihm umgebenden Raum eingeht – sowohl räumlich als auch zeitlich betrachtet, sowohl den „belebten“ als auch den „unbelebten“ Raum betreffend. Wobei es darum geht, eine gewisse „Ordnung“ herzustellen, eine Symmetrie.

Eine Symmetrie kann schwerlich nur mit einem Teil alleine hergestellt werden: Stellen wir uns ein Muster, ein Mandala vor, so ist zwar auch der innerste Kreis oder Punkt ein Muster – vielfältig wird es jedoch erst, wenn davon ausgehend sich mehrere Muster anschließen.

Gerade die Lebensaufgabe Kosmos kann noch weniger als die vorhergenannten für sich alleine betrachtet werden: Sie steht immer in Beziehung zu den Lebensaufgaben „Gemeinschaft“, „Liebe“, „Arbeit“ und „Ich“. Und: Sie ist die Lebensaufgabe, die jedem *einzelnen* Menschen – und der *gesamten* Menschheit als Ganzes gestellt ist.

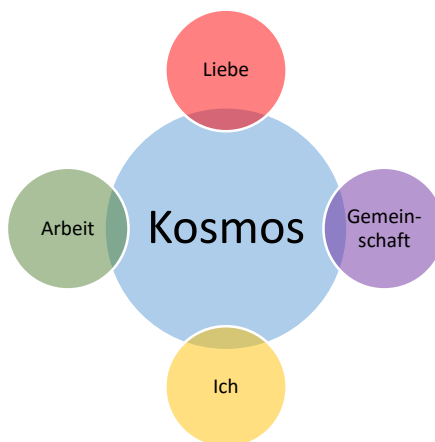


² (Welt-)Ordnung, auch Schmuck, Glanz, Ehre, ...

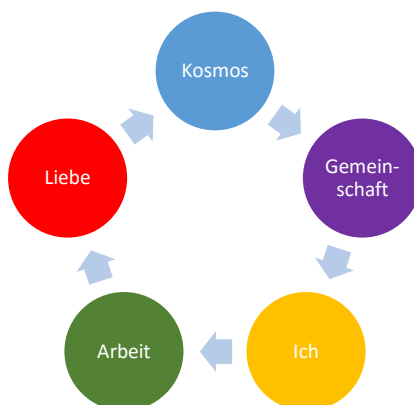
Folgende Fragen gilt es für jeden persönlich zu klären:

- Liebe ich den Kosmos? „Wer“ ist der Kosmos? Wie stelle ich ihn mir vor? Kann ich mich einlassen auf die Vorstellung der „Mutter Erde“, die uns nährt? Was empfinde ich angesichts der Unendlichkeit des Weltraums? Lasse ich mich ein auf die Vorstellung, das Universum nicht nur als „unbelebte Materie“ zu betrachten, die ausgebeutet wird, sondern als etwas, dem man Liebe entgegenbringen kann (auch, ohne es „personifizieren“ zu müssen)? Für das man Verantwortung trägt? Und natürlich auch: Wie gehe ich mit „Religion“, „Spiritualität“ ganz praktisch um? Welchen Stellenwert gebe ich „Gott“, „Allah“, „Buddha“ ... in meinem Leben, welchen Stellenwert gebe ich dem „Wunder des Lebens“ in meinem Leben? Und vieles mehr ...
- Wer bin „ich“ im Angesicht des mich umgebenden Kosmos? Welche Stellung, Wertigkeit, Position nehme ich ein im Laufe der Jahrtausende, die das Universum besteht? Lasse ich mich anrühren von der Unendlichkeit des Raumes, der Zeit...? Lasse ich mich vertrauensvoll ein auf die Vorstellung, JEMAND zu sein angesichts der überbordenden und unergründlichen Fülle von Raum und Zeit?
- Was leiste, arbeite ich für den Kosmos? Wie engagiere ich mich? Lasse ich es mich etwas angehen, wie es mit dem Planet Erde („Mutter Erde“) bestellt ist? Fühle ich mich aufgerufen, eine „Ordnung“ (wieder) herzustellen?
- Gehe ich eine Gemeinschaft mit dem Kosmos ein? Traue ich mir zu, zu einzelnen Teilen der Erde, des Kosmos eine Beziehung aufzubauen? Zu Tieren, Pflanzen, Steinen, Sternen...?

Kurz: Ist es mir ein Anliegen, die Beziehung zum Kosmos bewusst zu gestalten?

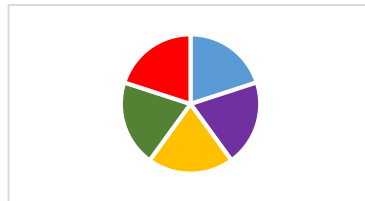


Stellen wir die Beziehung der fünf Lebensaufgaben anders dar, entsteht ein Kreis:

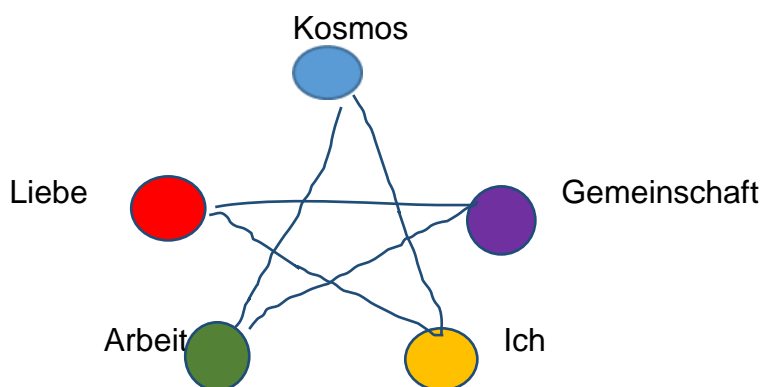


Jede Lebensaufgabe ist mit der anderen verbunden – der Kosmos steht in seiner Wichtigkeit oben. Die Beziehung zum Kosmos gibt den Schwung, stößt die Bewegung an, die die Beziehung zu den anderen Lebensaufgaben in Fluss bringen. Ohne Kosmos – keine Menschheit.

Ein Kreis dreht sich, ein Rad läuft sich in Schwung: Jede Lebensaufgabe hat den gleichen Wert, die gleiche Wichtigkeit – auch die Lebensaufgabe „Kosmos“!
Diese droht derzeit in ihrer Bedeutung jedoch derzeit unterzugehen, vergessen zu werden.

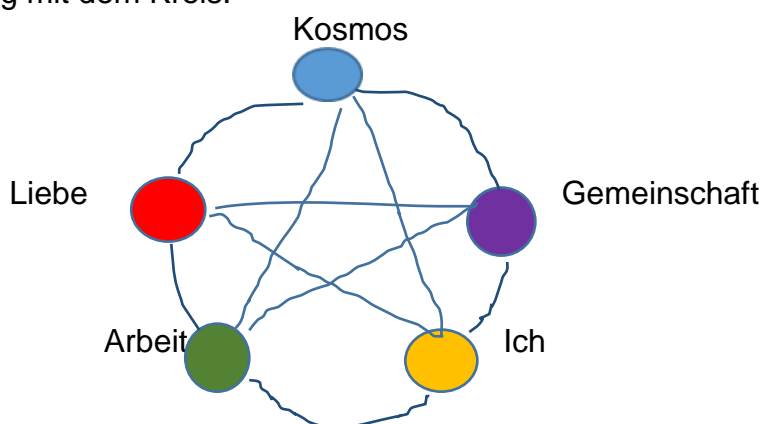


Kehren wir zurück zur Kreisdarstellung und verbinden wir die einzelnen Lebensaufgaben miteinander, entsteht zunächst die graphische Darstellung des Menschen nach Leonardo Da Vinci (s.u.) ...



Leonardo da Vinci: Der vitruvianische Mensch, Proportionsstudie nach Vitruv 1492

...und in Ergänzung mit dem Kreis:

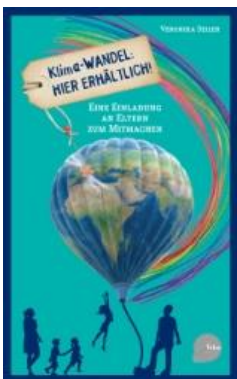


... „der Mensch im Lebensrad seiner Lebensaufgaben“.

In Zeiten von Ressourcen-Knappheit, Vergiftungen und Verschmutzungen von Wasser, Luft und Erde, in Zeiten von Elektrosmog, Zunahme von (chronischen) Krankheiten, Krankheitsrisiken und Volkskrankheiten durch Umwelt-Verschmutzung und erhöhtem Stress, in Zeiten von immer mehr Druck durch die Wirtschaft, die immer wachsen soll, in Zeiten von immer mehr Ausbeutung von Mensch und Erde, in Zeiten, in denen Menschen, die offenen Auges in die Zukunft sehen, nur mehr mit mulmigen Gefühlen die Zukunft ihrer Kinder und Enkelkinder ahnen – spätestens in diesen Zeiten, also heute (!) ist es an der Zeit, der bisher eher stiefmütterlich behandelten 5. Lebensaufgabe „Kosmos“ wieder den Stellenwert einzuräumen, den die gesamte Menschheit und der Kosmos insgesamt benötigt – um zu überleben!

Eine Not ist zu wenden! Bringen wir wieder „Glanz“ und „Ehre“ in unser gemeinsames Leben – indem wir der Lebensaufgabe „Kosmos“ den nötigen Raum geben. Für uns Menschen, für die Erde, für das Universum!

Ergänzender Lesetipp:



Klima-WANDEL: Hier erhältlich.
Eine Einladung an Eltern zum Mitmachen“

Veronika Seiler
ISBN 9783739206455,
€ 7,45 (pro verkauftem Exemplar gehen € 1,- als Spende an "plant for the planet").

Planet Erde – entmutigt!
Ermutigung tut Not.