

# Hat die Religion heute noch einen Sinn?

## Die Religion als eine Sinnquelle in der Logotherapie von Viktor Frankl

„An Gott glauben heißt sehen, dass das Leben einen Sinn hat.“ (L. Wittgenstein)<sup>1</sup>

### **1. Einführung**

Die Frage nach dem Lebenssinn ist typisch menschlich, und die Fähigkeit, sie zu stellen, unterscheidet den Menschen vom Tier, das nicht daran denken kann. Seit der Antike setzten sich viele Philosophen und Religionen mit diesem Problem auseinander und schlugen verschiedene Antworten vor. Darum haben wir heutzutage auch verschiedene Zugangsweisen zu dieser Problematik, die uns manchmal nur zu verwirren scheint, anstatt die Situation zu klären. Manche sagen, das Leben sei zu kurz, um sich mit dieser Frage zu beschäftigen, und man müsse sich darum kümmern, *wie* und nicht *wozu* man lebt. Wieder andere fragen, warum das Leben überhaupt einen anderen Zweck haben sollte, außer einfach da zu sein. Oder wenn wir schon eine solche Frage stellen, dann darum, weil der Lebenssinn schon verloren gegangen ist.

Schon die Tatsache, dass der Mensch sich eine solche Frage stellt, ist ein Merkmal dafür, dass dieses Problem für ihn einerseits wichtig zu sein scheint, und andererseits ist es noch unentschieden. Darum ist jede Forschung in diesem Bereich relevant und nützlich nicht nur für den Forscher, der hauptsächlich neue Ideen bringen kann, sondern auch für den Leser, der zumindest einmal im seinem Leben über dessen Sinn nachgedacht hat.

In diesem Artikel möchte ich mich nicht mit verschiedenen Definitionen und Sinntheorien beschäftigen, sondern die Position des Wiener Psychologen Viktor Frankl (1905-1997) bezüglich dieser Problematik darstellen und nicht nur die existentielle, sondern auch die psychologische Bedeutung des Lebenssinns für den Mensch aufzeigen. Da V. Frankl in seinen Büchern die Religion als eine Frage nach dem Sinn versteht, versuche ich besonders die Rolle der Religion als einer Sinnquelle im Frankl'schen Konzept klarzumachen, was sowohl für die Theologen als auch für die Gläubigen interessant und aktuell sein kann.

### **2. Worin bestehen Logotherapie und Existenzanalyse?**

Viktor Frankl, der Begründer von Logotherapie und Existenzanalyse, war zwei Mal in Konzentrationslagern und hat durch seine eigene Erfahrung bewiesen, dass das Leben seinen Sinn auch in extremen Situationen nicht verliert. In seinem Buch „Der Wille zum Sinn“ schreibt er, dass

---

<sup>1</sup> Wittgenstein Ludwig, Schriften 1, Suhrkamp Verl., Frankfurt am Main, 1960, 167.

der Mensch mehr denn je in einer überdrüssigen Gesellschaft unter einem Sinnlosigkeitsgefühl leidet. „Im Gegensatz zum Tier sagen dem Menschen keine Instinkte, was er tun muss; und dem Menschen von heute sagen keine Traditionen mehr, was er tun soll; und oft scheint er nicht mehr zu wissen, was er eigentlich will. Umso mehr ist er darauf aus, entweder nur das zu wollen, was die anderen tun, oder nur das zu tun, was die anderen wollen. Im ersteren Falle haben wir es mit Konformismus, im letzteren mit Totalitarismus zu tun.“<sup>2</sup> Der moderne Mensch hat genug, wofür es sich zu leben lohnt, aber trotzdem wissen viele Menschen leider nicht, wofür sie leben. Der Autor verweist auf den in der Wissenschaft herrschenden Reduktionismus, der den Menschen als nicht mehr als ein Tier und das Leben als nichts als einen Verbrennungsprozess betrachtet. Diese abendländische Ansicht über den Menschen und sein Leben ist einer der Gründe dieses „existenziellen Vakuums“ (Leeregefühl), das besonders bei den Jugendlichen vorherrschend ist und verschiedene psychische Störungen wie Aggression, Regression, Ablenkungstendenz, Fluchtreaktion zur Folge hat.<sup>3</sup> Die Sinnleere löst bei vielen Menschen auch Alkohol- oder Drogensucht aus, lässt sie depressiv werden und ist der Grund für die Steigerung der Kriminalitäts- und Suizidrate.<sup>4</sup>

Das psychologische Konzept von Viktor Frankl wurde rund um den Begriff „Sinn“ entwickelt, wobei er das Wort „Logos“ als Sinn versteht, weshalb die Logotherapie bei ihm eine Form der psychotherapeutischen Behandlung ist, mit der dem Patienten geholfen werden kann, den Sinn in seinem Leben zu finden. Die Existenzanalyse ist eben die Theorie über die Sinnfindung, aus der die Logotherapie als eine Behandlungsform hervorgeht.

### **3. Wo finde ich den Lebenssinn?**

Viktor Frankl ist der Meinung, dass der Sinn weder von jemandem gegeben werden kann, noch kann er von jemandem erzeugt werden, der Sinn kann vom Mensch nur gefunden werden. Aber wo kann der Mensch diesen Sinn finden? Der Autor antwortet auf diese Frage mit der Darstellung von drei Wertkategorien, durch deren Verwirklichung der Mensch sein Leben sinnvoll gestalten kann. Zur ersten Kategorie zählen die „schöpferischen Werte“, die wir bei der Erfüllung unserer Arbeit verwirklichen. Wir können dabei nicht sagen, dass unser Leben sinnlos ist, weil unser Beruf unwichtig ist. Das wichtigste dabei ist nicht, was wir tun, sondern wie wir unsere Arbeit erfüllen und ob wir sie gewissenhaft leisten. Darum ist ein kleiner Mensch, der alle seine Aufgaben wirklich erfüllt, größer als der Staatsmann, der seine Entscheidungen gewissenlos trifft. In diesem Wertebereich ist es wichtig, sich als Person und nicht nur als Arbeiter einzubringen, weil der

---

<sup>2</sup> Frankl, Viktor, Der Wille zum Sinn, Hans Huber Verl., Bern, 1972, 12.

<sup>3</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 11-19.

<sup>4</sup> Vgl. Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben, Herder Verl., Freiburg, 1978, 14-22.

Mensch so nicht nur die Arbeit erfüllen, sondern auch den anderen mit seiner Einzigartigkeit bereichern kann.<sup>5</sup>

Zu erwähnen sind auch die „Erlebniswerte“, die ihre Verwirklichung im Erleben der Natur oder in der Betrachtung der Kunst finden. Solche Erfahrungen – obwohl sie vorübergehend sind – geben unserem Leben Sinn, denn schon an der Größe eines Augenblicks lässt sich die Größe eines Lebens messen. Und wer einem solchen Menschen, der etwas wirklich Wertvolles in seinem Leben erlebt hat, die Frage nach dem Sinn seines Lebens stellt, wird natürlich zur Antwort bekommen, dass es schon relevant sei, nur wegen eines solchen Augenblicks zu leben, der irgendwann in der Vergangenheit geschah und seine ganze Existenz mit großem Wert und Sinn erfüllt hat.<sup>6</sup>

Allerdings muss mit der Aussage vorsichtig umgegangen werden, dass ein Mensch, der außerstande ist, die oben genannten Werte zu verwirklichen, auch keinen Sinn finden kann. Aber die dritte Wertekategorie hinterfragt diese Meinung, nämlich die „Einstellungswerte“ mit den Sinnmöglichkeiten, die sie in sich bergen. Diese Einstellungswerte erfüllt der Mensch dort, wo er im Leiden noch Tapferkeit zeigt und in der Bedrängnis seine Würde bewahrt, indem er sein Schicksal mutig trägt. Das sind die Werte, deren Verwirklichung davon abhängt, wie der Mensch zu seiner Not Stellung bezieht und eben dort, wo er nicht mehr im Stande ist, seine Situation zu verändern.<sup>7</sup> Die eigentliche Leistung des Leidens ist ein Reifungsprozess, wo der Mensch zu innerlicher Freiheit gelangt trotz äußerer Abhängigkeit. Der Autor behauptete immer, dass man dem Menschen im Konzentrationslager alles nehmen kann, nur nicht die geistliche menschliche Freiheit, sich zu den gegebenen Verhältnissen so oder so einzustellen und bei dieser Entscheidung bis zum letzten Atemzug zu bleiben.<sup>8</sup> Das Leiden macht das Sein durchsichtig, es zeigt dem Menschen, dass es zum Wesen des Menschen gehört, ein Leidender zu sein und dadurch vor die Wahrheit seines Daseins gestellt zu werden. Damit das Leid wirklich sinnvoll ist, muss immer um ein Etwas oder um Jemanden gelitten werden und nicht den Zweck in sich selbst haben, sonst wird es zum Masochismus.<sup>9</sup>

Die Werte existieren unabhängig davon, ob ich sie erkenne oder nicht, ihre Existenz braucht auch meine Anerkennung nicht, weil sie objektiv sind. Diese Werte eröffnen sich in täglichen Aufgaben, in konkreten Situationen, die der Mensch hier und jetzt zu erfüllen hat, sie sind situationsbezogen – und das macht sie subjektiv, was gleichzeitig ihre Objektivität nicht stört. Die Einzigartigkeit des Menschen so wie die Einmaligkeit der Situation macht jede Aufgabe relativ, weil ihre Aktualität

---

<sup>5</sup> Vgl. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, Franz Deuticke Verl., Wien, 1946, 32.

<sup>6</sup> Vgl. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 33.

<sup>7</sup> Vgl. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 34-35.

<sup>8</sup> Frankl, ... trotzdem Ja zum Leben sagen, Kösel Verl., München, 2. Aufl., 1978, 108-109.

<sup>9</sup> Vgl. Frankl, *Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie*, 323-325.

von konkreten Personen und Situationen abhängt, aber das gibt ihr auch die Absolutheit, weil der Mensch in einem Augenblick nur eine Aufgabe erfüllen kann, die unwiederholbar ist.<sup>10</sup>

Der Lebenssinn ist bei Frankl immer konkret und nicht generell, er ist ein Situationssinn, also von der Situation abhängig. Das Leben stellt dem Menschen eine Aufgabe, die er zu erfüllen hat. „Diese Spezialität der Aufgabe ist eine doppelte. Denn die Aufgabe wechselt nicht nur von Mensch zu Mensch – entsprechend der Einzigartigkeit jeder Person – sondern auch von Stunde zu Stunde, gemäß der Einmaligkeit jeder Situation.“<sup>11</sup> Diese Aufgabe macht ihren Träger unverzichtbar und verleiht seinem Leben den Wert des Einzigartigen. Aus diesem Aufgabencharakter des Lebens lässt sich folgern, dass, je schwieriger sich die Aufgabe entwickelt, umso sinnvoller das Leben wird. Die konkreten Situationswerte warten immer auf ihre Verwirklichung. Wenn die Person diese Möglichkeit versäumt, sind sie unwiederbringlich verloren. Wenn der Mensch gar nicht weiß, welchen Sinn er zu erfüllen hat, muss er dem Ratschlag von Goethe folgen: „Versuche, deine Pflicht zu thun und du weißt gleich, was an dir ist. Was aber ist deine Pflicht? Die Forderung des Tages.“<sup>12</sup>

#### **4. Was hilft mir, den Sinn zu finden?**

Viktor Frankl weist oftmals auf die Täuschungen hin, in die der Sinnsuchende geraten kann, und auch auf die Gefahr, durch ein falsches Verständnis des Lebenssinns enttäuscht zu werden. Wenn der Sinn des Lebens in Lust bestehe, sagt Frankl, dann soll es überhaupt keinen Sinn geben, weil die Lust ein Zustand und ein Vorgang im Gehirn ist. Deshalb ist es unlogisch, um dieses Vorgangs willen zu leben und zu leiden. Zudem ist schon bewiesen, dass der Mensch im Tagesdurchschnitt mehr Unlustgefühle bekommt als Lustzustände, darum kann die Lust auch aus diesen Gründen nicht als Zweck betrachtet werden.<sup>13</sup> Auch wenn die Lust nur die Nebenwirkung der Sinnerfüllung ist, ist die Macht ein Mittel zum Zweck, der an gewisse gesellschaftliche Bedingungen gebunden ist. Die Macht soll immer dort angestrebt werden, wo sie die Verwirklichung des Sinns fördert und nicht zum bloßen Selbstzweck werden.<sup>14</sup> Ähnliches gilt auch für die Selbstverwirklichung: Der Mensch verwirklicht sich selbst in dem Maße, in dem er einen Sinn erfüllt – draußen in der Welt, aber nicht in sich selbst. Der Mensch hat nach Frankl von Natur aus ein starkes Streben nach Sinn, was Frankl als „Wille zum Sinn“ bezeichnet. Wird dieser Wille frustriert, dann ersetzt der Mensch diesen Mangel durch den Willen zur Lust oder Macht.<sup>15</sup>

---

<sup>10</sup> Vgl. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 32.

<sup>11</sup> Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 43.

<sup>12</sup> Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 43-45.

<sup>13</sup> Vgl. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 27-31.

<sup>14</sup> Vgl. Frankl, *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*, Piper Verl., München, 1985, 101.

<sup>15</sup> Vgl. Frankl, *Der Wille zum Sinn*, 16-19.

Der Mensch schafft seine Existenz durch Verwirklichung von Werten, die ihm über das Leben hinaus angeboten werden, und niemand weiß Bescheid, wann er abberufen wird. Dies könnte bereits im nächsten Augenblick passieren. Und die Tatsache, dass das Leben kurz ist, mindert nicht seinen Wert, weil der Wert des Lebens nie durch die Anzahl von Jahren bemessen werden kann. Eben die Endlichkeit des Lebens zwingt uns, die Aufgabe, die wir zu erfüllen haben, gerade jetzt auszuführen und nicht der Versuchung nachzugeben, sie in die Ewigkeit zu verschieben. Der Wert des Lebens wird nicht an der Menge von Jahren beurteilt, wie der Wert eines Buches auch nicht an der Zahl seiner Seiten, sondern an seinem Inhalt bemessen wird.<sup>16</sup> Eben im Hinblick auf die Vergänglichkeit der menschlichen Existenz ist jede Person für ihr Handeln verantwortlich. Daraus entsteht die Lebensmaxime: „Lebe so, als ob du zum zweiten Mal lebstest und das erste Mal alles so falsch gemacht hättest, wie du es zu machen – im Begriffe bist.“<sup>17</sup>

Frankl leugnet auch die Meinung, dass der Lebenssinn in der Nachkommenschaft liegt, also nicht im Leben der Person selbst, sondern in der Existenz ihrer Kinder. Folgte man diesem Ansatz, wäre das Leben einer unfruchtbaren Frau sinnlos. Aber das ist nur die Verschiebung des Problems, weil wenn etwas sinnlos in sich selbst ist, dann kann es durch die Verewigung keinen Sinn erwerben, sowie etwas in sich Sinnvolles keine Verewigung braucht, um wertvoll zu werden.<sup>18</sup>

Sowohl der Tod, wie eine äußere Beschränkung, spricht dem Leben seinen Sinn nicht ab, als die innere Unvollkommenheiten des Menschen seiner Existenz den Sinn nicht nimmt, sondern sie sogar sinnvoller macht. „Wären alle Menschen vollkommen, dann wären alle einander gleich, jeder einzelne durch jeden beliebigen Vertreter also ersetzbar.“<sup>19</sup> Eben die Unvollkommenheit des Menschen macht ihn einzigartig, deshalb unersetzlich und dadurch wertvoll. Diese Einzigartigkeit der Person realisiert ihren Sinn in der Gemeinschaft, so wie die Gemeinschaft das Individuum braucht, um sinnvoll zu werden. Eben diese Eigenschaft unterscheidet die Gemeinschaft von der Masse, die keine Individualität erträgt, sondern sie als bedrückend empfindet. Und wenn der Mensch in die Masse flieht, so macht er das, um sich aus der Verantwortung zu ziehen, weil er sich in der Masse als Teil eines Ganzen fühlt, was die Last seiner Verantwortung übernehmen könnte.<sup>20</sup>

In einem Zeitalter, in dem die Zehn Gebote für so viele ihre Geltung zu verlieren scheinen, muss der Mensch imstande sein, die 10 000 Gebote zu vernehmen, die in 10 000 Situationen verschlüsselt sind, mit denen sein Leben konfrontiert ist.<sup>21</sup> Frankl ist sehr überzeugt davon, dass der Sinn immer

---

<sup>16</sup> Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 49-52.

<sup>17</sup> Frankl, Ärztliche Seelsorge, 49-51.

<sup>18</sup> Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 53-54.

<sup>19</sup> Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 54.

<sup>20</sup> Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 55-56.

<sup>21</sup> Vgl. Frankl, Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, 157.

gefunden werden kann und es keine ausweglose Situation im Leben gibt. Der Mensch kann nur den Sinn übersehen und dadurch sein Leben als sinnlos empfinden.

Und gerade das Gewissen ist etwas im Menschen, was ihm den Sinn offensichtlich macht und etwas, das in Frankls Büchern als Sinn-Organ bezeichnet wird. Dieses Sinn-Organ kann aber auch irreführen, darum kann niemand absolut sicher sein, ob er den Sinn gefunden und realisiert hat oder nicht. Beziehungsweise moralisch gut ist das, was die Sinnerfüllung fördert, und sittlich schlecht ist die Tat, die diesen Prozess hemmt. Darum wird bei Frankl die Moral nicht nur ontologisiert, sondern existenzialisiert, wobei er sagt, dass die Antwort auf die Sinnfrage nicht verbal, sondern existentiell gegeben sein muss. Eben diese Aufgabe ist nur dann zu erfüllen, wenn die Person ihre Verantwortlichkeit gegenüber ihrer Aufgabe versteht.<sup>22</sup>

## **5. Die Unbeweisbarkeit des Übersinns**

Obwohl Kirche und Theologie im Laufe des 20. Jahrhunderts einen sehr großen Autoritätsverlust erlebt haben und wir sagen können, dass unsere Generation in einer gottfremden bis gottlosen Welt lebt, ist heutzutage bemerkbar, dass der Mensch mehr nach den Gründen und Zielen seines Daseins fragt denn je. Und das ist noch ein Anlass dafür, dass man die Religion nicht nur als ein Dogmen- oder Normensystem betrachten darf, sondern als ein Konzept, das die menschliche Weltanschauung prägt und demnach auf das Leben einzelner Personen und ganzer Völker wirkt.

Wie schon dargestellt wurde, ist der Sinn bei Viktor Frankl ein zentrales Thema, und dieser Sinn ist immer konkret und auf die Situation bezogen. Doch spricht er auch über den Über-Sinn, der keinen geringen Platz in seinem Konzept einnimmt und der auch als „letzter Sinn“ oder als „Sinn des Ganzen“ bezeichnet wird. Und das ist ein Treffpunkt zwischen Logotherapie und Theologie, in der Gott nicht nur als letzter Sinn des menschlichen Lebens erscheint, sondern als derjenige, der auch verschiedene Aspekte der menschlichen Existenz (Leid, Moral etc.) sinnvoll macht.

In Grunde genommen ist die Logotherapie neutral zur Religion eingestellt, weil sie eine Art der Psychotherapie ist, und die Religion kann nur als ihr Gegenstand, aber nicht als ein Standort betrachtet werden. Die Querschnitte aus diesen beiden können nur dort sein, wo die Rede von Weltanschauung ist. Aber wenn wir vom Gedanken Albert Einsteins ausgehen, dass derjenige, der die Antwort auf die Frage nach dem Sinn gefunden hat, schon religiös ist, dann könnte man sagen, dass die Logotherapie sich insofern mit dem Willen zum Sinn auseinandersetzt, als sie sich auch mit dem Willen zu einem letzten Sinn befasst.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 26-29.

<sup>23</sup> Vgl. Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben, 95-96.

Soweit die Frage nach dem Sinn überhaupt gestellt wird, muss immer nach einer konkreten Person und Situation gefragt werden, denn falls diese Frage sich auf das Ganze verbreitet, wird sie sinnlos, da der Mensch außerstande ist, eine solche Frage zu beantworten. „Ebenso wenig wie das Tier imstande wäre, aus seiner Umwelt heraus den Menschen und dessen Welt zu verstehen, ebenso wenig ist es möglich, dass der Mensch Einblick hat in die Überwelt.“<sup>24</sup> Das Ganze hat keinen Sinn, es hat einen Übersinn, an den wir nur glauben, ihn aber nicht beweisen können. Die Existenz dieses Übersinns ist unbeweisbar, aber auch der Unglaube an solchen Sinn ist sinnlos, weil die Annahme, alles sei sinnlos, auch die eigene Existenz, die der einzige Sinnträger ist, impliziert. Aber die Präsenz des Übersinns braucht man auch nicht zu beweisen. „Denn wenn nichts Sinn hätte, dann müsste ich das irgendwie einsehen können; aber wenn alles Sinn hat, wenn überall Übersinn ist, muss ich das keineswegs einsehen können – ‚alles‘ kann ich ja niemals überblicken.“<sup>25</sup>

## **6. Die Befriedigung der Gottesehnsucht**

Viktor Frankl beschreibt Gott auch als einen Sprachpartner in einer Grenzsituation, wobei der Mensch nicht immer versteht, mit wem er sich tatsächlich unterhält. Denn religiöses Erleben ist nichts anderes als die eigene Bezogenheit auf das Absolute, das eigentlich „unbeziehbar“ ist. Diese Bezogenheit ist nichts anderes als das Geborgenheitsgefühl, das dem Menschen in Grenzsituationen hilft und dadurch therapeutische Relevanz besitzt.<sup>26</sup>

Viktor Frankl sagt über die Sehnsucht nach Gott, dass diese ein Zeugnis von der Existenz Gottes sein muss. Das zeigt uns auch, dass der Weg zu Gott nicht von einer rationalen, sondern von einer emotionalen Ebene ausgehen soll. Und eben das Gebet ist der Bereich, wo der Mensch zu Gott „Du“ sagen kann, sogar wenn dieses Gebet wortlos ist. Wenn das Gebet immer vergeht, weil es – so wie alle Akte des Geistes – flüchtig ist, dann ist das Symbol der Akt, der die göttliche Präsentation immer zu verjüngen vermag. Seine Aufgabe ist es, das Unfassbare fassbar zu machen, wobei man verstehen muss, dass die Analogie zwischen Geist und Symbol nicht als Gleichnis betrachtet werden soll.<sup>27</sup> Das heißt auch, dass das Gebet ein Streben nach der Beziehung mit dem Objekt dieser Sehnsucht ist, der alleine dieses Bedürfnis tilgen kann. Als wichtig betont V. Frankl, dass die echte und reife Religiosität dem Menschen Geborgenheit gewährt, wobei er zur Verankerung in der Transzendenz fähig ist. Demnach befriedigt sie ein tiefes menschliches Bedürfnis, das die heutige Gesellschaft mit ihrem Fortschritt kaum zu befriedigen fähig ist. Darum kann bei der Betrachtung der Religion aus einer solchen Perspektive ihre therapeutische Wirkung nicht übersehen werden.<sup>28</sup>

---

<sup>24</sup> Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben, 92.

<sup>25</sup> Frankl, Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie, 307-308.

<sup>26</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 73-74.

<sup>27</sup> Frankl, Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie, 364-372.

<sup>28</sup> Vgl. Kreitmeir Christoph, Sinnvolle Seelsorge, St. Ottilien: EOS-Verl., 1995, 242.

Frankl ist überzeugt, dass der Mensch von Natur aus unbewusst an Gott glaubt, sogar wenn er dies nicht ahnt, und je mehr die Religion durch die Vernunft verdrängt wird, desto mehr wird sie zum Aberglauben oder Ähnlichem.<sup>29</sup> Uwe Böschmeyer hat diese Meinung durch die Theorie Frankls über den „unbewussten Gott“ weiterentwickelt. Von seiner klinischen Erfahrung her meint er, dass – obwohl es üblich geworden ist, auf die Spitze der Wertehierarchie solche Werte wie Erfolg, Anerkennung, soziale Sicherheit, gute Familie, etc. aufzustellen – der Mensch trotzdem versteht, dass diese Liste nicht ausreichend ist, und dass er sich tatsächlich nach tieferen Grundbedürfnissen wie Sinngefühl, Geborgenheit und Geliebt werden sehnt. Er ist der Meinung, dass viele Imaginationen, die beim Menschen aus seinem Unbewussten entstehen und einen religiösen Charakter haben, nichts anderes sind als Ausdrücke der zuvor erwähnten Grundbedürfnisse, die tief aus dem Inneren der Menschen kommen. Allerdings weist die Anwesenheit dieser religiösen Symbole darauf hin, dass die Person, ob religiös oder nicht, Sehnsucht nach Befriedigung dieser Bedürfnisse mittels der Begegnung mit dem „unbewussten Gott“ hat.<sup>30</sup>

## **7. Der Glaube zur Prävention von Verzweiflung**

Gott ist bei Viktor Frankl der Schiedsrichter und ein absoluter Wert, den wir immer schon voraussetzen, wenn wir etwas bewerten, er ist derjenige, der den relativen Dingen ihren Wert verleiht. „Wert und Sinn ist den Dingen in dem Maße gegeben, als sie hergegeben werden können für etwas Anderes, als sie hingegeben werden können an etwas Höheres, als sie aufgeopfert werden können um jemandes willen: dies ist es allein, was die eigentliche Relativität der Werte ausmacht.“<sup>31</sup> Das heißt, das Ding erwirbt seinen eigentlichen Wert und Sinn nur dann, wenn es um eines höheren Willens geopfert wird, was den Preis eines jeden Dinges bestimmt. Das Problem des Menschen besteht darin, dass er sehr oft geneigt ist, sich selbst an Dinge zu klammern und auf diese Opfergabe zu verzichten, und eben diese Vergötzung der Dinge ist der Grund der Resignation. Denn derjenige, der etwas opfert, erkennt an, dass etwas Höheres als diese Sache existiert und nimmt die gegebene Werteordnung wahr. Andererseits gerät die Person, die wegen der Verabsolutierung der Dinge nicht verwinden kann, dass sie etwas verlieren muss, in Verzweiflung.<sup>32</sup>

Das Gleiche geschieht mit der Vergötzung eines Wertes (z. B. der Gatte oder die Kinder für die Frau) und der Verabsolutierung der Vernunft, nämlich die Ratio als einzige Möglichkeit der Sinnfindung und Sinndeutung, statt sich im Selbstvertrauen zur tiefen Weisheit des Herzens anheimzugeben. Der Mensch, der darauf verzichtet, seine Ratio zu verabsolutieren, findet sich gar nicht mit der Absurdität des Seins ab, er gesteht nur die Uneinsehbarkeit des Übersinns ein und

---

<sup>29</sup> Vgl. Frankl, *Der unbewusste Gott*, Kösel Verl., München, 1974, 55-64.

<sup>30</sup> Vgl. Böschmeyer Uwe, *Dein Unbewusstes weiß mehr, als du denkst*, Herder Verl., Freiburg, 1996, 99.

<sup>31</sup> Frankl, *Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie*, 348.

<sup>32</sup> Frankl, *Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie*, 349-352.

vertraut auf einen verborgenen Übersinn, was ihm die Verzweiflung erspart.<sup>33</sup> Das heißt, die wahre Religiosität, die eine richtige Stellungnahme zu den irdischen Dingen voraussetzt, bewahrt den Mensch vor der Angst, etwas zu verlieren und vor der Lebensresignation, wenn er schon etwas verloren hat, weil das Wertvollste in seinem Leben nie verloren gehen kann.

## **8. Gott als Objekt der Verantwortung und Selbsttranszendenz**

Wie schon erwähnt, ist das Gewissen bei Frankl ein Sinn-Organ, das dem Menschen stets zu zeigen vermag, wo der Sinn verborgen ist für die Realisierung dessen, wofür der Mensch verantwortlich ist. Das Gewissen, das eine transzendente Herkunft hat, zeigt in diesem Fall, wofür das Subjekt seine Verantwortung trägt, aber nie, was er selbst entscheiden soll. Die Existenzanalyse kennt drei Instanzen, vor denen der Mensch sich verantwortlich fühlen kann: Gott, menschliches Gewissen oder die Gesellschaft.<sup>34</sup> Als eines von solchen „*wovor*“ kann auch Gott erscheinen, der die Person zu einem guten Gewissen ermutigt, aber auch wegen eines schlechten Gewissens nicht wegschickt.<sup>35</sup> Denn viele solcher Instanzen wie Gesellschaft oder eigenes Gewissen können für die Verantwortung als nicht ausreichend erscheinen. Viele Leute schätzen ihr Gewissen zu gering, um sich vor ihm verantwortlich zu fühlen oder sie glauben, dass es subjektiv, relativ und sehr oft irreführend ist. Was die Gesellschaft anbelangt, so ist es sehr oft der Fall, dass sie manchmal in den Augen des Subjekts als untauglich zu solcher Verantwortung betrachtet wird. Die Gesellschaft besteht aus einzelnen Individuen, von denen jedes in allen Bereichen unvollkommen ist und sehr oft unverantwortlich handelt. Der Mensch benötigt ein würdiges Objekt, das ihn in seiner Vollkommenheit übersteigt und das dieser Verantwortung würdig wird. Gott ist für den Gläubigen immer jemand, der höchste Autorität und Würde besitzt und jemand, der nichts übersieht und vergisst, sondern alles bewahrt, damit nichts vom Geschehenen und Gemachten verloren geht.

Viktor Frankl erwähnt oft, dass der Mensch zur Selbsttranszendenz fähig ist, d.h. er ist auf etwas oder jemanden anderen hin orientiert, sei es ein Werk, eine geliebte Person oder Gott. Diese Selbsttranszendenz ist eine typisch menschliche Fähigkeit und für die personale Entwicklung sehr wichtig, weil der Mensch sich in dem Maße entfaltet, in dem er diesen geistigen Akt ausüben kann.<sup>36</sup> Daraus folgt, dass die Religion, zu der sich der Mensch bekennt, eine große Möglichkeit für die Selbsttranszendenz bietet, was auch die Geschichte beweist, in der Menschen zu allen Zeiten dieses Bedürfnis auf verschiedene Weise durch Gebete und Rituale befriedigten. Gott wird für den Gläubigen als derjenige präsentiert, der diese Selbsttranszendenz überhaupt möglich macht und auch als Objekt, auf das hin der Mensch ausgerichtet ist.

---

<sup>33</sup> Vgl. Frankl, Die anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie, 353-363.

<sup>34</sup> Vgl. Frankl, Der unbewusste Gott, 45-50.

<sup>35</sup> Vgl. Böschmeyer, Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie, Walter de Gruyter Verl., Berlin/New York, 1976, 92-95.

<sup>36</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 155.

Damit die Religiosität wirklich eine Quelle der Selbsttranszendenz wird, sollte der Mensch aufpassen, damit sie keinesfalls zum Gelingen des seelischen Gleichgewichts oder zur Tilgung eines schlechten Gewissens dient, sonst verliert sie ihre Echtheit.<sup>37</sup> Es ist dasselbe, wenn man Lust oder Glück intendiert, statt Werte zu verwirklichen und dadurch Lust zu empfangen und glücklich zu sein.

Die Religion vermittelt tatsächlich dieselben Werte wie die Existenzanalyse, weil sie die Person zur echten Hingabe an eine Aufgabe oder an einen anderen Menschen erzieht und einen Sinn des Leidens aus der theologischen Perspektive verkündet. Sie sieht den Menschen als frei, die Verantwortung für seine Taten zu übernehmen und fördert seine Selbsttranszendenz nicht nur gegenüber Gott, sondern gegenüber anderen Werten, die der Gläubige im Lichte seines Glaubens für sinnvoll erachtet.<sup>38</sup>

## **9. Das positive anthropologische Konzept**

Die Logotherapie behauptet, dass der Mensch ein Teil der Wirklichkeit sei, die sein Begriffsvermögen übersteigt. Sie zeigt auch, dass sein Erfolg nicht im Sichtbaren besteht, sondern in der Ausrichtung auf den letzten Sinn hin liegt. Und derjenige, der den Sinn seiner täglichen Aufgaben in konkreten Situationen erfüllt, der nimmt auch Teil am letzten Sinn.<sup>39</sup> Die Religion bringt den Menschen dazu, das Leben nicht als bloßen Zufall, sondern als Folge der Schöpfung zu verstehen. Und nicht nur dies, sie lehrt ihn auch zu verstehen, dass die Entfremdung des Menschen vom Grund seines Seins durch Gott überwunden worden ist, der alles zur Vollendung bringt, an der jeder Mensch Anteil hat.<sup>40</sup>

Wie bereits erwähnt, behauptet V. Frankl, dass einer der Gründe des existentiellen Vakuums der in der Wissenschaft herrschende Reduktionismus sei, für den das menschliche Leben nicht mehr als ein Oxidationsvorgang und der Mensch nicht mehr als ein Biomechanismus ist.<sup>41</sup> Diese Abwertung des Menschen verbreitet sich auch in Form des Pan-Determinismus, wobei gemeint wird, dass der Mensch nur ein Produkt seines Erbes oder seiner Umgebung ist und demnach keine Freiheit besitzt.<sup>42</sup> Solche Ansichten, die vom Autor bestritten werden, schaffen ein verzerrtes Menschenbild und stellen ihn als ein niedriges und determiniertes Wesen dar, dessen Leben kein höheres Ziel als nur die Befriedigung seines Triebes hat. Die christliche Religion, die den Menschen als Ebenbild Gottes präsentiert und dadurch seinen Wert verkündet, kann eine Art von Prävention vor

---

<sup>37</sup> Frankl, Gottsuche und Sinnfrage, Gütersloher Verl, Gütersloh, 2005. 90.

<sup>38</sup> Vgl. Böschmeyer, Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie, 147.

<sup>39</sup> Vgl. Fabry, Das Ringen um Sinn, 191.

<sup>40</sup> Vgl. Kurz, Suche nach Sinn, 13-14.

<sup>41</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 13.

<sup>42</sup> Vgl. Frankl, Der Wille zum Sinn, 156-160.

Depression, Minderwertigkeitsgefühl und Verzweiflung sein, die in der Folge von solchen Theorien entstehen. Der Mensch in der Bibel ist ein Wesen, das einen freien Willen besitzt und die Verantwortung gegenüber Gott trägt, er ist der Herr seiner Taten, weil die Gnade Gottes ihm dabei hilft. „Er schuf am Anfang den Menschen und überließ ihm die Macht der eigenen Entscheidung. Wenn du willst, kannst du die Gebote halten, und Treue zu üben liegt in deiner Macht.“<sup>43</sup>

## **10. Der Glaube als Ermutigung in Krisensituationen**

Die heilende Dimension des Glaubens besteht darin, dass er den Glaubenden zum Durchbruch verhilft, indem er sich der Liebe und Gnade Gottes öffnen kann und dadurch alles, was in seinem Leben verdunkelt oder zerstört ist, einfach loszulassen vermag. So werden von solchen Menschen schicksalhafte Ereignisse (Krankheit, Schwäche, Leiden, Armut, Tod) nicht mehr als fremd betrachtet, sondern der Glaube erlaubt es ihnen, solche Ereignisse als sinnvoll anzunehmen, sie zu verwandeln und in die menschliche Welt einzubeziehen.<sup>44</sup> Im Lichte des Glaubens erwirbt der Gläubige das Verständnis, dass Gott derjenige ist, der den Menschen ermutigt, Angst zu überwinden, Schuld als etwas Vergebenes anzunehmen und die Endlichkeit als überwunden zu betrachten.<sup>45</sup> Allerdings ermutigt nicht nur das Vertrauen auf die Hilfe Gottes den Menschen, in Krisensituationen des irdischen Lebens nicht zu verzweifeln, sondern die Hoffnung auf das himmlische Leben gibt dem Mensch die Kraft, die leidvolle Gegenwart zu ertragen.<sup>46</sup> Der Autor der Existenzanalyse hat selbst die helfende Wirkung des Glaubens im KZ geprüft, als er einen Pakt mit dem Himmel geschlossen hat, um mit seinem bisherigen Leid und vielleicht seinem Tod seiner Mutter das Leben zu erkaufen. Und schon nach dieser Vereinbarung und Betrachtung des Daseins als Opfer, erschien ihm sein Leid tragbar, weil er nicht nur den Sinn des Leidens, sondern auch seines Todes gesehen hatte.<sup>47</sup> Dieses Ereignis beweist nur, dass die Werte, die dem Subjekt vom Leid vermittelt werden, in einigen Fällen nicht hinreichend erscheinen können, insbesondere wenn der Tod an die Tür klopft und den Menschen zwingt, nach seinem Sinn zu fragen. In diesem Fall kommt Gott wie ein Retter, der den Leidenden von seiner Verzweiflung befreit und den Sinn allen bisherigen Lebens bzw. Todes klarmacht.

Wolfram Kurz weist darauf hin, dass der Mensch sein Leben dann als sinnvoll erlebt, wenn er die Wirklichkeit, in der er existiert, immer zur Verbesserung führt, wenn er aus Möglichkeiten, die er hat, eine neue und bessere Wirklichkeit für sein Leben schafft. Auf diesem Weg sieht das Subjekt, dass es manchmal nicht imstande ist, die Probleme, die zu lösen sind, wahrzunehmen oder

---

<sup>43</sup> Die Bibel, hg. von: Diego Arenhoevel, Alfons Deissler, Anton Vögtle, Herder Verl., Freiburg/Basel/Wien, 1968, Sir 15, 14-15.

<sup>44</sup> Vgl. Kreitmeir, Sinnvolle Seelsorge, 258-259.

<sup>45</sup> Vgl. Kurz Wolfram, Suche nach Sinn, Stephans-Buchhandlung, Würzburg, 1991, 57.

<sup>46</sup> Vgl. Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Die an Angst leiden ..., Tagungsberichte Nr. 1 und 2, GLE, Wien, 1987, 86.

<sup>47</sup> Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, 106.

die Möglichkeit zu erkennen, seine Anliegen zu realisieren. Diese Erfahrung bringt den einzelnen Menschen oder die ganze Gesellschaft zur Vermutung, dass sie außerstande sind, die Welt in die richtige Verfassung zu bringen. Dadurch taucht das Verlangen nach einer Macht auf, die alle menschlichen Schwächen und sogar die Vergänglichkeit endgültig zu überwinden vermag und die in der menschlichen Geschichte als Gott bezeichnet wurde.<sup>48</sup>

Viktor Frankl hat oftmals betont, dass der Mensch sein Leid in Leistung verwandeln kann, wenn er den Sinn seines Leides erblickt hat. Der Glaube kann in diesem Fall ein großes Hilfsmittel sein, weil die leidvolle Erfahrung uns zu den Wurzeln unseres Lebens zurückführt und dadurch zu einem Wendepunkt werden kann, an dem wir einsehen können, was in unserem Leben wirklich wesentlich und was nur oberflächlich war.<sup>49</sup> Der Gläubige kann immer sehen, dass – abgesehen von seiner leidvollen Vergangenheit – Gott immer auf seiner Seite war und ihn trotzdem vor dem Schlimmsten bewahrte, und dass er ohne ihn dies alles nie ertragen hätte können. Dadurch kann er verstehen, dass solche Dinge wie Geld, Erfolg, Ruhm, Macht, Lust und sogar die Menschen wie auch alles andere im Leben vergänglich sind und ihm das Leid dies deutlich gemacht hat. Nur sehr wenige Dinge, die ihn während all dieser Zeit begleitet haben und ihre Aktualität und ihren Wert nicht verloren haben, verdienen das Recht, wirklich bedeutsam genannt zu werden.

## **11. Fazit**

Der Autor der Logotherapie behauptete, dass die Religion als ein Wille zum letzten Sinn betrachtet werden könne, und er zitiert auch P. Tillich, der sagt: „Religiös sein heißt, leidenschaftlich die Frage nach dem Sinn unserer Existenz zu stellen.“<sup>50</sup> Dieses leidenschaftliche Streben des Menschen, in der Religion den Sinn zu erblicken, verweist auf die Tatsache, dass sie nicht auf Normen, Dogmen und Ritus beschränkt ist, sondern ein Bereich ist, wo der Sinn verborgen sein kann, obwohl der Mensch nicht immer imstande ist, ihn zu finden.

In diesem Artikel habe ich mir nicht das Ziel gesetzt, alle Argumente über die Relevanz der Religion herauszufinden, sondern habe mich im Rahmen der Existenzanalyse beschränkt, die dazu nur auf einige Aspekte hinweist. Für mich war es wichtig zu zeigen, dass der Glaube, der die Weltanschauung des Gläubigen prägt, nicht nur theologische Relevanz besitzt, sondern auch in vielen Fällen therapeutischen Charakter hat und dem Menschen dazu verhilft, sich richtig zu entfalten. Die Religion als ein weltanschauliches Konzept weist das Subjekt nicht nur auf ein außerirdisches Leben hin, das von ihm als sinnvoll bewertet sein kann, sondern gibt ihm auch die Möglichkeit, Relevanz, Aufgaben und Situationen der irdischen Dinge im Lichte des Glaubens ganz anders einzuschätzen. Die echte Religiosität macht die richtige Einsicht auf den Menschen als

---

<sup>48</sup> Vgl. Kurz, Philosophie für helfende Berufe, Verl. Lebenskunst, Tübingen, 2005, 515-518.

<sup>49</sup> Vgl. Fabry Joseph, Das Ringen um Sinn, Paracelsus Verl., Stuttgart, 1973, 59.

<sup>50</sup> Frankl, Der unbewusste Gott, 78.

Person aus, sie bestimmt die Einstellung zum Lebenssinn, baut eine richtige Werthierarchie, sie macht die Person reif und stark, Schwierigkeiten zu überleben und das Leid in Leistung zu verwandeln.