



Glaubenssachen

Sonntag, 12. November 2023, 08.40 Uhr

Vertrauen ist besser
Über ein Phänomen der menschlichen Existenz
Von Robert Schurz

Redaktion: Florian Breitmeier
Norddeutscher Rundfunk
Religion und Gesellschaft
Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22
30169 Hannover
Tel.: 0511/988-2395
www.ndr.de/ndrkultur

- Unkorrigiertes Manuskript -

Zur Verfügung gestellt vom NDR

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Autors zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Heute ist oft vom Vertrauensverlust die Rede. Das gilt insbesondere für das Verhältnis von Bürgern und Politikern. Man hat zwar in einer demokratischen Wahl seine Stimme abgegeben und damit Vertrauen geschenkt, gleichzeitig aber traut man den gewählten Repräsentanten nicht zu, es gut mit der Bevölkerung zu meinen. Und wenn eine Partei mal über die Maßen Stimmen verloren hat, heißt es gleich: man muss Vertrauen zurückgewinnen. Das gelingt aber nur selten und oft fühlt sich der Bürger wie das Lamm, das zu einer Art Schlachtbank der Steuerbehörden geführt wird.

Da sprach Isaak zu seinem Vater Abraham: Mein Vater! Siehe, hier ist Feuer und Holz: Wo aber ist das Schaf zum Brandopfer? Abraham antwortete: Mein Sohn, Gott wird sich ersehen ein Schaf zum Brandopfer. Und sie gingen beide miteinander.

Die Geschichte aus dem Alten Testament ist bekannt: Abraham, der nach langer Wartezeit endlich seinen Stammhalter Isaak bekommen hat, soll seinen Sohn opfern; einfach so, der Herr nennt keinen Grund. Abraham gehorcht, er vertraut wie das Schaf, das normalerweise geopfert wird, seinem Herrn, dass alles gut wird, dass Gott weiß, was er tut und nichts Böses im Spiel ist. Auch Isaak vertraut seinem Vater, obwohl er, vielleicht etwas irritiert, die Frage nach dem Schaf, nach dem Opfer stellt. In der Erzählung über Abraham liegt eine Ansammlung von Vertrauensleistungen. Das vertrauensselige Schaf läuft nicht vor den Menschen weg, der Sohn vertraut blind seinem Vater und Abraham wiederum gibt sich in seiner Vertrauensseligkeit dem Willen des Herrn hin. Würden die geschilderten Ereignisse heute stattfinden, so würde Abraham zweifellos in der Psychiatrie landen, wahrscheinlich auch in einer Sicherungsverwahrung. Und es gibt tatsächlich Fälle, da Mütter oder Väter ihre Kinder umbringen, weil es eine Stimme ihnen befohlen hätte. Solche Menschen, so heißt es, haben die sogenannte Realitätskontrolle verloren: sie können nicht unterscheiden, was wirklich ist und was sich bloß in ihrem Kopf abspielt. Oder besser: sie können die Wirklichkeit in ihrem Kopf nicht mit der Wirklichkeit der sozialen Welt, in der sie leben, in Einklang bringen. Sie vertrauen aber ihren Stimmen und tun dabei im Prinzip nichts anderes als Abraham. Damit jedoch begeben sie sich, anders als zu Abrahams Zeiten – in einen Bereich außerhalb der menschlichen Gemeinschaft, denn ihnen ist nicht zu trauen. Was also ist das eigentlich, das Vertrauen? Was ist das, was Abraham im Übermaß hatte und was der Bürger offenbar zusehends verliert, zumindest wenn es um die Politik geht, aber nicht nur um sie; auch die Kirchen hierzulande haben durch zahlreiche Skandale viel Vertrauen in der Bevölkerung verloren.

Es gibt eine psychische Erkrankung, in der ein grundlegendes Vertrauen verloren geht, das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung und damit auch das Vertrauen in die Welt. Das sogenannte Depersonalisations- oder Derealisationssyndrom. Kern dieser Erkrankung ist, dass man nichts mehr als selbstverständlich erfährt. Alles wird diesen Patienten zum fragwürdigen Phänomen: Warum haben wir fünf Finger? Warum gehen wir geradeaus? Warum steht der Tisch in der Ecke? Warum hat der Mitmensch einen Ohrring? Die Liste scheint unendlich. Kennzeichnend für diese Erkrankung, die sehr oft in Folge eines missbräuchlichen Drogenkonsums ausbricht, ist aber, dass die Betroffenen die Realitätskontrolle behalten. Sie wissen also, dass sie nicht richtig reagieren. Dennoch erleben sie die Welt und die Mitmenschen und sich selbst als

durch und durch fragwürdig, und das macht Angst. Sie haben jedes Vertrauen in ihre eigene Wahrnehmung und damit in die Welt verloren und sind schließlich voller Misstrauen. Auch gegenüber den einfachsten Vorgängen. Aus einem medizinischen Protokoll:

„Ich weiß, dass ich ganz normal gegangen bin. Aber meine Füße bewegen sich so, als würde ich rückwärts gehen. Die Beine rutschen nach vorne durch und mein Körper muss immer nachziehen. Ich bewege mich normal, keinem fällt es auf, dass ich irgendwie rückwärts gehe. Ich möchte das Ganze vergessen und einfach gehen können. Es ist aber so komisch, wie sich meine Beine bewegen.“

Der Effekt bei dieser Erkrankung ist letztlich der Rückzug in die Isolation. In einer Welt, der man nicht vertrauen kann, hat man nichts zu suchen. Man fühlt sich ständig gefährdet, ausgeliefert, kann nichts einfach so hinnehmen. Es scheint, als ob unsere Lebensfähigkeit von dem grundlegenden Vertrauen abhängig ist, dass uns nichts passiert, dass wir nicht fundamental bedroht sind. Daraus hat man das Konzept des Grundvertrauens entwickelt, das gleichermaßen in der Psychologie, in der Soziologie, in der Philosophie und in der Theologie thematisiert wird.

In ihrem Buch: „Grundvertrauen – Hermeneutik eines Grenzphänomens“ haben die Theologen Ingolf Dalferth und Simon Peng-Keller versucht, dieses ursprüngliche Vertrauen zu erfassen. Sie kommen zu dem Schluss, dass das Konzept des Grundvertrauens immer vor dem Problem des Ursprungs steht und dass seine Entstehung schwer zu fassen ist. So heißt es etwa:

„Grundvertrauen in diesem Sinn ist der stets verfügbare Hintergrundraum, in den hinein sich die Geschichten des Vertrauens, Misstrauens und Nichtvertrauens zurückverfolgen lassen, ohne auf bestimmte Anfänge stoßen zu müssen.“

Dieses Grundvertrauen kann stärker oder schwächer ausgeprägt sein. Menschen vertrauen mehr oder minder. Man kann etwa darauf vertrauen, dass einem die menschliche Umwelt prinzipiell wohlgesonnen ist und gleichzeitig Angst davor haben, dass eine Brücke einstürzt. Oder man kann auf einem Seil ohne Netz tanzen und gleichzeitig sich vor jedem Nachbarn fürchten, weil er ja Böses im Sinn haben könnte. Das alles sind Facetten des Phänomens des Vertrauens, die in unseren Alltag hineinwirken und bisweilen von großer Relevanz sind. Etwa lässt sich das Phänomen der Eifersucht gut von der Perspektive des Vertrauens her bestimmen. Wenn man eifersüchtig ist, misstraut man seinem Partner, und es gibt mutmaßlich viele Partnerschaften, in denen jemand schon einmal das Handy oder das Tagebuch des anderen kontrolliert hat. Das kann sich bis zum Eifersuchtswahn steigern, und viele Beziehungen scheitern genau an dieser Vertrauensfrage. Im Grunde aber misstraut man sich in der Eifersucht selbst, misstraut seiner eigenen Einschätzung des Partners. Wenn man sich darüber sicher wäre, wie der andere handelt, so bedürfte es keinerlei Kontrolle. Das ist nun ein weiterer Aspekt des Vertrauens: dass es immer zugleich auch Selbstvertrauen ist. Wenn etwa der russische Revolutionsführer Lenin einst gesagt haben soll, dass Vertrauen gut, Kontrolle aber besser sei, gesteht er damit ein, dass er sich selber nicht sicher gefühlt hat. Er hat jedem zugetraut, ein Verräter zu sein, weil er

sich selber nicht zugetraut hat, ohne Verrat auskommen zu können. Aber auch der Tyrann, der sich selbst an die Stelle Gottes zu setzen geneigt ist, kann nicht jenseits allen Vertrauens leben, auch er ist auf Vertrauen angewiesen und sei es zuletzt auf das Vertrauen in sein System der Bespitzelung und Kontrolle. Damit jedoch hat er gleichfalls teil an jenem Grundvertrauen, ohne das ein soziales Leben kaum vorstellbar ist. Doch was wiederum soll dieses Grundvertrauen sein? Es liegt nahe, hier eine biologische Verankerung zu vermuten: eine Ameise vertraut der anderen, wenn es um den Weg zum Futter geht. Aber auch die sogenannte Prägung könnte für das Urvertrauen stehen: Wie z.B. bei den Entenküken, die vertrauensselig jedem folgen, den sie als ersten sehen. Solche biologischen Tatsachen jedoch reichen an das Phänomen des Vertrauens nicht heran. Vertrauen ist weder reflexartig noch instinktiv, sondern in der menschlich-kulturellen Sphäre angesiedelt. Zumindest nach dem Soziologen Dieter Claessens, der neben der ersten, biologischen Geburt des Menschen auch eine zweite, eine sozio-kulturelle Geburt“ postuliert. In dieser entwickelt das Kind nach Claessens einen „sozialen Optimismus“. Der soziale Optimismus beinhaltet, dass man davon ausgehen kann, dass der andere sich in der Regel so verhält, wie man es erwartet und einen nicht arglistig täuschen will, ein soziales Urvertrauen also. Soziale Systeme ermöglichen beziehungsweise erzwingen Vertrauen oder anders ausgedrückt: ohne Vertrauen gibt es keine sozialen Systeme, also Systeme, deren Elemente so etwas wie Willensfreiheit besitzen. Dass der andere mich nicht arglistig täuschen will sagt aber noch nicht aus, dass er es gut mit mir meint. Der soziale Optimismus setzt darauf, dass der andere meine Existenz bejaht und vielleicht auch will, dass es mir gut geht. Das liegt daran, dass die ersten Erwartungen des Menschen als Säugling an seine Umwelt in der Regel auch erfüllt werden: nämlich genährt und geschützt zu werden. So entwickelt sich ein Grundgefühl: die Umwelt meint es gut mit mir. Damit aber ist man bei der Entwicklungspsychologie angekommen, insbesondere bei Erik Erikson, der mit seinem Konzept des „basic trust“ den Begriff des Urvertrauens weithin populär gemacht hat. Die Psychologin Brigitte Boothe fasst in dem vorhin erwähnten Sammelband über das Grundvertrauen die Position Eriksons so zusammen:

„Die entscheidende Phase für die Entstehung von Urvertrauen sieht Erikson in der ersten verletzlichen Zeit des Säuglings. Falls die mütterliche Instanz ein anregungsreiches Milieu des Nährens, Bergens, Pflagens schafft, entsteht die Haltung des Urvertrauens. Anders ausgedrückt: die Kinder nähern sich Personen und Dingen in der Haltung naiver Zutraulichkeit. Heranwachsende profitieren vom guten ersten Lebensjahr; es kommt zum unbeschwerten, kindlichen Spiel, zur Zuversicht in die eigene Möglichkeit, in Pubertät und Adoleszenz und womöglich zur heiteren Lebenslust. Ist die erste Lebenszeit jedoch durch Milieus der Misere und Gefahr, durch prekäre Elterlichkeit, Vernachlässigung oder Misshandlung geprägt, so entsteht Urmissvertrauen und ein Lebensgefühl der Unheilserwartung. Die Person neigt zu Depression, zu hoher Anfälligkeit für psychische Störungen, zu Antriebsarmut, fehlender Zuversicht, Kontaktarmut.“

Die Psychologen sehen im Vertrauen-Können eine wesentliche Voraussetzung für psychische Gesundheit, also für Lebensfreude, Genussfähigkeit und soziale Integrationsfähigkeit. Viele unterschiedliche psychologische Theorien kreisen um

dieses frühe Vertrauen, etwa das Konzept der Bindung von John Bowlby. Nach diesem bedeutet „gut gebunden zu sein“ die Fähigkeit, eine Trennung von der primären Bezugsperson, also in der Regel von der Mutter, gut verarbeiten zu können. Das wiederum hängt von der frühen Erfahrung der Verlässlichkeit der Mutter ab. Wenn die Bindung unvollständig ist, wird jede Trennung zur existenziellen Bedrohung und entsprechend entwickeln sich daraus diverse Angstformen. Das Bindungskonzept von Bowlby zeigt: im Vertrauen liegt auch die Fähigkeit, einen Mangel oder Ungemach erdulden zu können, ohne gleich zu verzweifeln. Man bleibt trotz des erfahrenen Leids zuversichtlich. Alle diese psychologischen Theorien, die sich mit der grundlegenden Fähigkeit des Vertrauens auseinandersetzen, haben eine unmittelbare Nähe zur Religion. Ersetzt man „Mutter“ durch „Gott“, dann hat man kurzerhand aus diesen psychologischen Theorien theologische gemacht. Das lässt sich gut nachvollziehen bei dem populären Psychotherapeuten Tilmann Moser, der in seinem Buch „Grammatik der Gefühle- Mutmaßungen über das erste Lebensjahr“ den Versuch unternimmt, das Gefühl des Getrennt-Seins von der Mutter zu beschreiben:

„Ich bin ein Teil von dir, und wenn du mich verlässt, bin ich wieder nichts, aber ein Nichts, das sich hasst. Entziehe mir nicht das Heilende deiner Nähe, es ist wie ein langsames Sterben, wenn du nicht bei mir bist. Es sind keine Stimmen in mir, die mich trösten. Wenn mich dieser Zustand überfällt, ist die Zukunft weg.“

Hört sich das nicht wie ein „de profundis“ an, wie jener Psalm, der den Ruf aus Not und Verzweiflung nach dem Erlöser intoniert? Sicher: im Begriff des Urvertrauens begegnen sich fast zwangsläufig theologische und psychologische Denkansätze. Das „Bejahtsein“ als Grundbefindlichkeit kann ebenso sehr auf die Mutter wie auf einen Gott zielen. Das legt den Gedanken nahe, dass Gott eine entwicklungspsychologische Notwendigkeit darstellt: da die Mutter nach der symbiotischen Phase eben nicht permanent präsent sein kann, tritt etwas anders an ihre Stelle: eine fürsorgliche, lebensspendende Instanz, die einen beschützt und der man unbedingt vertrauen kann. Einen unmittelbaren Zusammenhang von früher Bindung und Gottvertrauen postulierte der Arzt und Psychoanalytiker Victor von Weizsäcker im Begriff der Vitalbindung. Diese Vitalbindung meint Abhängigkeit und Gehorsam als Voraussetzung für jedes menschliche Verhalten. Zunächst ist das Kind von seinen Eltern abhängig: es gehorcht ihnen, weil es ihnen vertraut. Auf einer zweiten Stufe ist der Mensch von Autoritäten, oder anders: von Experten abhängig. Der Automechaniker sagt, dass die Bremsen erneuert werden müssen, und man tut es, weil man ihm vertraut. Eine dritte und letzte Stufe dieser Vitalbindung sieht Victor von Weizsäcker in der Bindung der Menschen an Gott.

„Denn jener tragende Atlas, jenes Vertrauen als erste Voraussetzung, es erwächst nicht aus Denken, sondern aus dem Sein, und so muß es auch nicht nur Vertrauen in den Geist, sondern ein Vertrauen zur ganzen Kreatur sein.“

Immer wieder kommt man also auf die gleiche Einsicht zurück, dass Vertrauen etwas ganz ursprüngliches sein muss, etwas, hinter das man nicht zurück kann. Ohne Vertrauen ist menschliches Leben nahezu unmöglich. Es ist eine Art letzte Instanz, und

damit einer Gottes-Idee zumindest nicht unähnlich. Wichtig aber ist, dass im Vertrauen zwei Pole enthalten sind; -zum einen die Anerkennung, dass es etwas Größeres und Mächtigeres als uns gibt, etwas, von dem und dessen Güte wir abhängig sind. Zum anderen aber auch die Einsicht, dass alles Vertrauen auch ein Selbstvertrauen ist. Wir sind eben nicht frei, sondern zurückgebunden an etwas, von dem wir herkommen. Und das Wissen darum gibt uns wiederum Selbstvertrauen. Letztlich kommt keine Einsicht weiter als die des Philosophen Hegels, der da sagt:

„Wem ich vertraue, dessen Gewissheit seiner selbst ist mir die Gewissheit meiner selbst.“

Theologisch gewandelt könnte dies heißen: gerade weil ich die höhere, vertrauenswürdige Macht anerkenne, an die ich gebunden bin, kann ich Selbstbewusstsein entwickeln. Der Unterschied im Vertrauen liegt dann nur noch in der jeweiligen Stärke dieser Bindung. Bei Eltern kann das sehr unterschiedlich ausfallen; nur bei einem Gott kann man von einer stetigen und konstanten Bindungskraft ausgehen. Nun existieren Bindungen ja nicht nur in der ursprünglichen Form einer völligen Abhängigkeit im Säuglingsalter oder in Form einer religiösen Bindung an Gott. Die Bindungskräfte, die unseren Alltag bestimmen, sind andere. Sie zeigen sich etwa in Partnerschaften, in Freundschaften, in Arbeits- und Wohnverhältnissen, in den kollektiven sittlichen Normen, in anerkannten Orientierungen und schlechterdings im Gewohnten. Nun besteht in unserer modernen Gesellschaft die Tendenz, fast alle diese Bindungen aufzulösen. Der Vertrauensverlust in unserer Gegenwart geht tiefer als die vielzitierte Politikverdrossenheit, die, mehr oder minder ausgeprägt, immer schon die repräsentative Demokratie begleitet hat. Die Auflösung von Bindungen in der modernen Welt kann einerseits zu einer Zunahme an Freiheit führen, andererseits aber auch zu einer Krise, die durch einen Mangel an Vertrauen gekennzeichnet ist. Freiheit geht offensichtlich auf Kosten von Sicherheit. Eine Abnahme von Sicherheit kann sich aber negativ auf unser Vertrauen auswirken. Überspitzt gesagt: ein Gefängnisinsasse kann großes Vertrauen in seine Zukunft haben, denn er weiß, was kommen wird. Unsere Freiheit, die im Kern auch die Freiheit des Konsumenten ist, geht auf Kosten vieler elementarer Bindungen: begonnen beim Arbeitsplatz, der nicht immer sicher ist, über Partnerschaften, die immer kurzlebiger werden, über die familiären Bindungen, die erodieren können, bis hin zu der Bindung an bestimmte Lebensstile. Auch viele Politiker können anscheinend ihre Klientel nicht ausreichend binden, und so entsteht das vorhin erwähnte tiefe Misstrauen in die Politik. Zwar ist die Weltgeschichte geprägt durch das stetige Auflösen von Bindungen, aber diese Auflösungen spielten sich früher viel langsamer ab: die Menschen hatten Zeit, sich daran zu gewöhnen und erneut Vertrauen zu neuen Bindungsangeboten zu fassen. Heute ist das Weltgeschehen nicht nur globalisiert, sondern auch immens beschleunigt und infolge dessen entsteht eine zusätzliche Gefährdung von Bindungen durch den raschen Wechsel der Verhältnisse. Der Verlust an Vertrauen scheint, und das wäre nun wirklich neu, auch das sogenannte Grundvertrauen zu berühren. Das sieht man vielerorts an der deutlichen Zunahme von Ängsten. Diese äußern sich nicht nur oberflächlich. Allgemein lässt sich sagen: eine Angststörung ist diejenige psychische Erkrankung, die nach den Statistiken der Krankenkassen in den letzten Jahren am

stärksten zugenommen hat. Damit sind nicht nur die Psychotherapeuten gefordert: es ergeht eine riesige Anforderung an die Religionen, die ja eigentlich die zentrale Aufgabe haben, Bindungen herzustellen und damit eine Basis für Vertrauen zu schaffen.

* * *

Zum Autor:
Robert Schurz, promovierter Philosoph und praktizierender Psychotherapeut