

## Nur wenn es mir gut geht ... - Selbstliebe zwischen Egoismus und Selbstfürsorge Einführende Überlegungen zum 20. Philosophischen Café

(Autor Dr. Hans-Jürgen Stöhr)

Wenn Mütter sich aufopferungsvoll um ihre Kinder kümmern, wird das als selbstverständlich angesehen. Die Erwartung an sie ist unmissverständlich: Mütter und Väter haben für die Kinder fürsorglich da zu sein. Doch im zunehmenden Alter wird sich das Bild verändern (müssen). Die Kinder wollen (müssen!) erwachsen werden und die Verantwortung für ihr eigenes Leben übernehmen. Das Leben selbstbestimmt in die Hand zu nehmen, ist **die** nicht endende Lebensaufgabe. Sie haben letztlich für sich zu sorgen. Damit wird jeder Mensch sich seines ICHs mehr als bewusst, weil er sich um sein SELBST kümmern muss. Er wird unweigerlich zum Mittelpunkt seiner selbstsorgenden Lebenswelt.

Doch diese Verantwortungsübernahme für die Selbstsorge ist keine Robinsonade. Wir leben und arbeiten mit anderen Menschen in einem sozialen Gefüge. Wir haben Bekannte und Freunde. Der Mensch ist nicht nur ein um sein ICH kreisendes Individuum, das sich seines ICHs bewusst ist, sondern auch ein soziales Wesen, Teil einer Gemeinschaft. Dieses Spannungsfeld erleben wir schon sehr früh. Wir sind in permanenter Auseinandersetzung zwischen unserem Ich und dem anderen Du. Diese Erfahrung, bewusst wie unbewusst, begleitet uns seit dem dritten Lebensjahr Zeit unseres Lebens. Alles Leben ist ein Begegnen mit sich selbst und dem anderen. Diese Begegnungen sind geprägt von Interessen, Zielen, Wünschen und Erwartungen, die wir an uns selbst, aber auch an andere haben und umgekehrt. Das macht im Kern die Gestaltung unserer zwischenmenschlichen Beziehungen zueinander aus. Dieses Wechselspiel von Ich- und DU-Interessen und –Bedürfnissen prägen unser zwischenmenschliches Zusammen- und Miteinander-Leben. Es gehört zu unserem Alltag, der auch von Auseinandersetzungen mit sich und dem Gegenüber bestimmt ist.

Der Blick auf unsere Welt und auf uns selbst hat stets seinen Ausgangspunkt bei dem ICH. Das ICH in unserem Sein sorgt auf natürliche Art und Weise für sein existenzielles Wohl. Es sorgt für sein positives körperliches, geistiges und seelischen Befinden. Das menschliche Handeln ist letztlich stets davon bestimmt, für eben dieses Wohlbefinden zu sorgen. Dabei wird das selbstsorgende ICH nicht selten von dem anderen selbstfürsorgenden DU in Frage gestellt. Das geschieht, wenn unterschiedliche Interessen und Bedürfnissen zwischen dem ICH und dem DU aufeinander stoßen und wir unser ICH bedroht sehen. Dann kontern wir mit dem Vorwurf des Egoismus, der wiederum vom Gegenüber mit dem Anspruch auf Selbstsorge erwidert wird.

Zuweisungen von egoistischem Verhalten sind wechselseitig von Partnern schnell erhoben, wenn Hilfe oder Anerkennung oder die emotionale Aufmerksamkeit vermisst wird. Wir betrachten Menschen als egoistisch, wenn diese unsere Werte des alltäglichen Lebens nicht beachten oder gar diese bedrohen; z. B. wenn Unpünktlichkeit im Raum steht oder Vereinbarungen nicht eingehalten werden.

Die Vielzahl von derartig Erlebbarem ließe sich fortsetzen. Gegenstand dieser Betrachtung ist nicht nur die Klärung, was Liebe und Selbstliebe, Egoismus und Altruismus sowie Selbstfürsorge ist. Von besonderem Interesse ist hier die *Konstellation zwischen Egoismus und Selbstfürsorge*. Das deshalb, weil sich nach meinem Verständnis hierin die meisten Kontroversen des alltäglichen Miteinanders offenbaren und die Grenze des Verständnisses zwischen Egoismus und Selbstfürsorge derart dünn und durchlässig ist, dass es sich lohnt, dieser mehr Beachtung zu schenken und in den Diskurs zu schicken.

Im Alten Testament, Markus 12 finden wir den uns allbekannten Satz: „...Darum sollst du den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen und ganzer Seele, mit all deinen Gedanken und all deiner Kraft.

Als zweites kommt hinzu: *Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.* Kein anderes Gebot ist größer als diese beiden...“ Dahinter verbirgt sich das ethisch-moralische Normativ und die menschliche Aufforderung, deinen Mitmenschen eben so viel Achtung und Wertschätzung gegenüber zu bringen, wie du es für dich selbst tust. Die Botschaft ist klar umrissen und wird vor allem dann fragwürdig, wenn diese Aufforderung nach Gleichwertigkeit der Liebeszuwendung gegenüber dem anderen entweder über- oder unterschritten wird. Ist Liebe für den anderen zu wenig erhält der Mangel den Stempel des Egoistischen. Liebe als überhöhte Selbstliebe erfährt den Charakter des Narzissmus. Und Liebesgabe über das eignen Selbstmaß hinaus für andere geschenkt, macht sie altruistisch.

Hier zeigt sich das ganze Dilemma der Problematik und begrifflichen Verworrenheit, mit der wir es hier zu tun haben. Deshalb erfolgt hier der Versuch, ein wenig „Ordnung“ in die Welt der Selbst- und Nächstenliebe und in die damit einhergehenden Begrifflichkeiten zu bringen.

Im Philosophischen Cafés (C-17-2016) haben wir über die „Schönheit der Lebensdinge“ philosophiert“, in dem auch der Narzisst (Narzissmus) seinen Platz hatte. Ein Narzisst ist ein Mensch, der in sich selbst verliebt ist und versucht, die Aufmerksamkeit und alle Wertschätzung auf sich zu lenken. Es ist das selbsterzeugte Bild von der Eigenliebe, die mehr zählt, als die zum anderen Menschen.

Hier die Brücke zum Egoisten zu bauen ist nur gerechtfertigt, wenn das egoistische Verhalten das Bild des Narzisstischen berührt und es in einem Gegensatz zum Altruistischen gestellt wird. Egoismus (Egoist) und Altruismus (Altruist) sind ein Gegensatzpaar über die Verhältnismäßigkeit des ICHs und DUs hinsichtlich der Wahrung von Interessen und des Verhaltens zu den jeweiligen Bedürfnissen. Für einen Egoisten stehen seine Interessen im Zentrum seines Handelns; und die des anderen sind nachgeordnet. Ein Altruist ordnet seine Interessen den seines Partners unter. Seine Fürsorge gilt primär die des anderen als der eigenen. Das Motiv für ein altruistisches Verhalten kann aus einem gesunden Hilfebedürfnis entspringen, das sich nur zeitlich begrenzt zeigt. Egoistisches und altruistisches Verhalten wechseln sich ab; sie befinden sich langfristig in einem Gleichgewicht, auch wenn es zwischenzeitlich „gestört“ ist. Das altruistische Verhalten ist „ungesund“, wenn es in einem Ungleichgewicht verharrt und vor allem dann, wenn sich hinter diesem Altruismus ein versteckter Egoismus (Narzissmus) verbirgt. Diese Fremdfürsorge ist scheinbar, weil sie vom Sorgenden für seine Liebeszwecke, für bedürftige Aufmerksamkeit und Wertschätzung instrumentalisiert wird. Nicht wenige Menschen tun anderen etwas Gutes, um über sie die gewünschte Anerkennung zu erhalten und so für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Sie sagen: Mir geht es nur gut, wenn es anderen gut geht. Sie geben Hilfe für andere zum Zwecke von außen erwünschter Liebe. Sie ziehen ihren Wert über die ausgesprochene Wertschätzung andere über sie. Diese Menschen haben es nicht gelernt, sich selbst wertzuschätzen; sie haben nicht das Selbstwertgefühl entwickelt, das einen gesunden Egoismus und Altruismus ermöglicht. *Selbstfürsorge ist die Grundlage für ein gesundes, im Menschen bestehendes Verhältnis von Egoismus und Altruismus.* Egoismus und Selbstfürsorge haben einen jeweils besonderen ICH-Bezug.

Was macht sie sinngesund? *Mein Diskussionsangebot* ist: **Egoismus** ist ein ICH-Verhalten, eine Einstellung, die ausschließlich auf die Interessen und Bedürfnisse des ICHs fokussiert – auch die des anderen für sich aufsaugt. Der Sinn und die Nützlichkeit dieses Verhaltens sind durch dieses ICH bestimmt. Er ist Ausdruck von Selbstgenügsamkeit, Selbstgefälligkeit, die auch die Selbstliebe mit einschließt.

Die **Selbstfürsorge** ist eine Haltung, ein ICH-Verhalten, deren Denken und Handeln sehr wohl den Blick auf die Erfüllung der eigenen Interessen und Bedürfnisse hat, sich für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Doch dieses Selbstsorgen hinterfragt gleichsam dessen Folgen für mein Gegenüber, für meinen Mitmenschen. Selbstfürsorge ist dann gegeben, wenn diese die zwischenmenschliche Begegnung nicht schadet, sie nicht zum direkten Nachteil oder gar von Vorteil für den anderen wird.

#### Kontakt & Adresse

Dr. Hans-Jürgen Stöhr

Parkstr. 10 · 18057 Rostock

Tel.: 0381 – 44 44 103 · Fax: 0381 – 44 44 260

www.gescheit-es.de · info@gescheit-es.de