

Lebens-Kampf und Mit-Menschlichkeit

Referat zum Hochschulworkshop
des Deutschen Judo-Bundes in Hamburg zum Thema:
„Zweikampf als Beitrag zur (psycho)sozialen Entwicklung“
am 10. 09. 2011

I.

Wenn man vom „*Lebens-Kampf*“ spricht, dann weckt man vermutlich leicht Assoziationen zum „*Kampf ums Dasein*“, welcher nach darwinistischer Auffassung die Evolution prägt.

Auf das Menschliche übertragen bedeutet dies dann soviel wie den **individualistischen** Kampf jeder gegen jeden.

Im Auge hatte man bei diesem Gedanken allerdings die **sehr konkrete Tatsache**, dass unsere menschliche Gesellschaft immer egoistischer wird und nach individuellem Machtzuwachs strebt (wer heute mehr **Geld** hat, der hat auch mehr **Macht**), wobei in dieser Konkurrenz letztlich einer den anderen totschießt, bzw. ausbootet, was letztlich die Macht in den Händen weniger Menschen kumuliert.

Dies nannte KARL MARX auch das „**Wolfsgesetz**“ des Kapitalismus.

Nun hat aber diese menschliche Perversion der **Ausbeutung und Vernichtung des Schwächeren** gar nichts mit dem natürlichen Verhalten der in Gemeinschaft lebenden Wölfen zu tun!

Die DARWINISTEN tradieren nämlich nicht alles, was CHARLES DARWIN wirklich gesagt hat.

Sie verschweigen zum Beispiel, dass DARWIN auch auf die zweite natürliche Streben, nämlich auf die „**gegenseitige Hilfe innerhalb der Art**“ hingewiesen hat und diese sogar als **wichtiger für die Evolution** einschätzte.

Diese Tatsache hat **bereits 1890** PETER KROPOTKIN in seinem Werk „*Gegenseitige Hilfe in der Tier- und Menschenwelt*“ mit vielen Belegbeispielen anschaulich dargestellt.¹

Das „*Bezogen-Sein auf den Anderen*“ und auf das „*umfassende Ganze*“ ist **viel fundamentaler** als das „*individualistische Streben nach Belohnung oder Vermeiden von Schmerz*“.

Diese Tatsache hat im pädagogischen Zusammenhang JOHN LOCKE bereits im 17. Jhd. erkannt, als er die allerdings unmenschliche Meinung vertrat, dass man Kinder, um sie zu kultivieren, nicht schlagen, sondern ihnen **die Liebe entziehen** solle, **weil dies wirksamer sei**.²

II.

Im Leben stecken also beide Prinzipien:

- einerseits das Streben, die eigene Individualität zu fördern und zu schützen; dieses Streben geht der Frage nach, was einem nützt und wie man **als Individuum** durch Abwehr von Schäden überleben kann;
- andererseits das Streben, **den Anderen** zu helfen und ihnen schützend beizustehen, sowie letztlich auf **das Ganze** der Natur achtsam hinzuhören, damit das nährenden Umfeld erhalten bleibt, was bereits HERAKLIT forderte. HERAKLIT sagte: *"Klugsein ist die größte Vollkommenheit, und die Weisheit besteht darin, die Wahrheit zu sagen und zu handeln nach der Natur, auf sie hinhörend."*³

Diese beiden Prinzipien darf man aber nicht als sich bekämpfende Gegensätze auffassen, sondern als sich **ergänzende** Prinzipien, wie YIN und

¹ PETER KROPOTKIN: „*Gegenseitige Hilfe in der Tier- und Menschenwelt*“, Leipzig 1923, siehe auch: „*Ethik – Ursprung und Entwicklung der Sitten*“, Berlin 1976 (Erstauflage: Berlin 1923).

Die Notwendigkeit, von diesen von KROPOTKIN aufgezeigten Fakten der **äußeren Erfahrung** auf den **gutgemeinten** Ausweg der **Anarchie** zu schließen, teile ich aber nicht, da mir die **Innere Empirie** auch andere Wege aufzeigt.

Vgl. hierzu auch die **ausbalancierte** Ansicht des Begründers der „**Quantenbiologie**“ FRIEDRICH DESSAUER: „*Kooperative Wirtschaft*“, Bonn 1929, welche ebenfalls auch an betäublichen Fakten der äußeren Erfahrung Maß nimmt.

² Vgl. meinen Text: „*Die Bedeutung der Pädagogik der Aufklärung für die Leibeserziehung heute*“, zum Downloaden aus dem Internet www.horst-tiwald.de unter den Downloads im Ordner: „*Kritische Sporttheorie*“.

³ HERAKLEITOS zitiert nach AUGUST BIER: „*Die Seele*“, München-Berlin 1942 (1939).

YANG, die sich wiederum **in sich selbst** gegenseitig enthalten und sich bewegend selbst ins Gegenteil „wandeln“.

Jene beiden Strebungen des Lebens hat bereits im 5. Jhd. v. Chr. der chinesische Weise MOZI zur Grundlage seiner Philosophie gemacht, indem er das Fundament der Gesellschaft im „gegenseitigen Nützen“ (*Xiang Li*) und im Verbundensein in der „allseitigen Liebe“ (*Jian ai*) sah.⁴

Im „gegenseitigen Nützen“ war auch das kämpferische gegenseitige Eintreten für einander inbegriffen, so dass MOZI nur den Angriffskrieg verneinte.

Das „Eins-Sein mit dem Ganzen und mit dem Anderen“ ist also viel fundamentaler als das „Ich-Bewusstsein“ und die „individualistische Freiheit“.

Es ist also:

- nicht nur „das Du älter als das Ich“, was JOHANN WOLFGANG VON GOETHE aussprach;
- sondern „das Wir ist auch älter als das Du“, was VIKTOR VON WEIZSÄCKER aufzeigte.⁵

Im Sinne von VIKTOR VON WEIZSÄCKER geht es daher in der Theorie der Erkenntnis vorerst gar nicht darum, zu erklären:

- wie das Subjekt über sinnliche Vermittlung mit dem Objekt zusammenkommt;
- sondern unmittelbar zu schauen, wie sich ein fundamentales „Verbunden-Sein“ auseinanderlegt.

III.

So ist das „Eins-Sein“ im alles verbindenden „Dasein“ (als **Empathie**) viel fundamentaler als die „wertende“ **Sympathie** oder **Antipathie** gegenüber einem bereits **gegenstehenden** „Sosein“, welches dann als Vorstellung abgebildet wird.

⁴ Vgl. RALF MORITZ: „Die Philosophie im alten China“, Berlin 1990, sowie mein Buchmanuskript „Über die Tat-Sache Dao“, Seite 25 f, zum Downloaden aus dem Internet www.horst-tiwald.de unter den Downloads im Ordner: „Buchmanuskripte“.

⁵ Vgl. hierzu meine beiden Publikationen „Bewegen zum Selbst – diesseits und jenseits des Gestaltkreises“, Hamburg 1997, und „Im Sport zur kreativen Lebendigkeit – Bewegung und Wissenschaft“, Hamburg 2002. Beide Publikationen können kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden www.horst-tiwald.de unter den „Downloads“ im Ordner „Buchmanuskripte“.

Es geht aber auch hier nicht um einen unversöhnlichen Gegensatz von *Erkennen* und *Sein*, sondern um die Frage, **wo sich das achtsame Erkennen jeweils „empathisch verankert“**, nämlich:

- ob im **außen objektiv Seienden**;
- oder in der **objektiv innen seienden Abbildung** von ihm, im „fertigen“ Gedanken, bzw. in einer **losgelösten Vorstellung**.

Die Fähigkeit der achtsamen „*Empathie*“ hat aber auch noch nichts mit „wertenden **Gefühlen**“ oder mit „so-seiendem **Empfinden**“ zu tun.

Die *Empathie* liegt vielmehr dem bereits **wertenden** Gegensatz von *Sympathie* und *Antipathie* grundlegend (d.h. den „Grund“ legend) darunter.

Ich kann daher nicht nur mit etwas Erfreulichem *empathisch* eins werden, sondern auch mit einer Gefahr, was dann Grundlage dafür ist, sie gegebenenfalls auch kämpfend abwehren oder umgehen zu können.

Die Gefahren liegen eigentlich der *Empathie* viel näher als die Freuden, wie auch vor allem die Gefahr den Menschen **achtsam** macht und ihm **die Augen öffnet**.

IV.

Was nun für den Kampfsport von Bedeutung ist, das ist die Tatsache:

- dass ich sowohl mit liebgewonnenen **Gedanken** als Vorsatz;
- als auch mit **Vorstellungen** von Gefahren *empathisch* eins werden kann.

In beiden Fällen **fokussiert** sich dann die **Achtsamkeit** nicht mehr auf das tatsächliche äußere Kampfgeschehen, sondern auf eine **losgelöste** innere Symbol-Welt der Gedanken, was das Kämpfen auch stören kann.

Der „**Fokus der Achtsamkeit**“, von dem weg sich jeweils der Raum des jeweiligen „**Leibes**“ weitet, ist aber zu unterscheiden von der „**Körper-Mitte**“ und vom „**Körper-Schwerpunkt**“.⁶

Beim Erlernen des Umganges mit seiner **Achtsamkeit** nimmt man in der Regel Körper-Positionen ein, bei denen die „*Körper-Mitte*“ mit dem „*Kör-*

⁶ Vgl. hierzu meinen Lehrbrief Nr. 4 „Orientierung auf die Körper-Mitte“, in: „Lehrbriefe zum alpinen Skilauf – Von Mathias Zdarsky zum Taiji-Skiing“, zum Downloaden aus dem Internet www.horst-tiwald.de unter „Taiji-Skiing“.

per-Schwerpunkt" zusammenfällt und zwischen ihnen daher auch **keine Spannung** erlebbar ist.

Da man bei diesem Üben seine **Achtsamkeit** meist in der „*Körper-Mitte*“ fokussiert und dann vorerst seinen „**Leib**“ achtsam von dort in den „*eigenen Körper*“ hinein und dann über ihn hinaus in das Umfeld weitet, fällt einem der Unterschied zwischen „*Leib*“ und „*Körper*“ gar nicht auf.

Auch erlebt man hier nicht den Unterschied zwischen „*Körper-Mitte*“ und „*Körper-Schwerpunkt*“.

Man erlebt dann höchstens den Unterschied zwischen einem unbewusst „*bloß da-seienden eigenen Körper*“ und einem mit **Achtsamkeit** durchstrahlten, d.h. „*beseelten Körper*“, den man dann „**Leib**“ nennt.

Man meint dann, der „**Körper**“ sei bloß das, was ich auch ohne achtsames Zuwenden „**habe**“, während ich im „*Hier und Jetzt*“ (beim „*Durchstrahlen meines Körpers mit Achtsamkeit*“) im „**Sein**“ mein sog. „**Leib**“ erst „**bin**“.

Diese **rein gedankliche** Festlegung ergibt sich aber nicht in der **Inneren Empirie**, wenn man dort den „*bewegten Körper*“ beachtet und dort sehr wohl auch „**Körper sein**“ kann, ohne in eine von ihm **losgelöste** Vorstellung abzudriften.

Wenn sich nämlich der **Körper** (sich krümmend) bewegt und dabei seine Gestalt so ändert, dass die „*Körper-Mitte*“ sich nicht mehr mit dem „*Körper-Schwerpunkt*“ deckt, wie z.B. beim Snowboarden, dann lässt sich erst eine **genussvolle Spannung** zwischen beiden erleben und der „*Körper-Schwerpunkt*“ auch **achtsam fokussieren**, der nun aber **außerhalb des „Körpers“** im Umfeld liegt.

Das Zentrum meines „**Leibes**“ liegt daher nun ebenfalls außerhalb meines „*Körpers*“, denn der „*Leib*“ ist das räumliche Feld, das sich rund um den **ruhenden** „*Fokus meiner Achtsamkeit*“ weitet, der in diesem Fall mit dem „*Körper-Schwerpunkt*“ zusammenfällt.

Beim Walzertanz wird vom Tänzer die Partnerin gleichsam „*einverleibt*“ und der *Schwerpunkt* des im Bewegen „**vereinten Körpers**“ kann nun als Zentrum eines „**gemeinsamen Leibes**“ fokussiert werden.

Und es kann auch der „*gemeinsame Leib*“ in den Tanzraum hinein geweitet werden.

Ganz ähnlich ist es beim Raufen, wo man ein judoähnliches Anliegen realisiert, nämlich den Gegner zu Fall zu bringen.

Auch dort kann ich meinen Gegner „*einverleibend*“ umarmen und dann versuchen:

- den „*gemeinsamen Körper*“ zu Fall zu bringen,
- um dann „*meinen eigenen Körper*“ wieder rechtzeitig **abzukoppeln**.

Bei diesem Vorhaben ist es ebenfalls von Vorteil, wenn es gelingt, den „*gemeinsamen Körper-Schwerpunkt*“ zu fokussieren, um alle Reaktionskräfte des Bodens **dem Vorhaben entsprechend** kraftschlüssig durch den „**Körper**“ zu leiten.

In diesem Falle „*ist*“ man ganz konkret:

- nicht nur ein „**Leib-Sein**“;
- sondern auch ein „**Körper-Sein**“;
- nur darf man gedanklich nicht in ein isoliertes **Vorstellen** abrutschen und dann dort nur mehr ein (vom tatsächlichen Körper „*isoliertes*“) Bild von seinem Körper „**haben**“.

V.

So führen auch die beiden **in uns angelegten Strebungen** zu unterschiedlichem Fokussieren der Achtsamkeit.

Das unmittelbar auf den **individuellen Selbsterhalt** orientierte Streben orientiert:

- einerseits das **Wahrnehmen** auf das rechtzeitige Entdecken des Nützlichen und Gefährlichen im Umfeld;
- andererseits das eigene **Tun** auf das Erproben von eigenen Maßnahmen, geneigte Andere im Umfeld zu motivieren, einem zu nützen und zu schützen.

Hier geht es um das Früherkennen von äußerem Nutzen und von äußeren Gefahren, was wiederum auf das Gewahren von **Anzeichen** des Kommenden, bzw. auf auffällige **begleitende Merkmale** orientiert, wie es z.B. auch beim Symbol-Lernen bei sog. „**bedingten Reflexen**“ beobach-

tet werden kann; es entstehen hier also eher **vorurteilende Gewohnheiten** des Wahrnehmens.

Es dominieren hier die Fragen:

- „Wie kann ich Positives und Negatives im Umfeld früh erkennen?“
- „Wie kann ich mir positiv gesinnte Andere bewegen, für mich etwas zu tun, d.h. mich zu füttern und zu beschützen?“

In diesem Anliegen entsteht daher dominant ein „**Selbst-Wert Bewusstsein**“, welches dann steigt, wenn **möglichst viele Andere** etwas **für mich tun** und mir Achtung und Zuneigung entgegenbringen; das eigene **Können** besteht hier wiederum in der Fähigkeit, durch motivierende **Manipulation „Macht“** auf andere auszuüben; es entsteht daher ein „**Macht-Bewusstsein**“.

Bereits beim Säugling kann man dieses „**machtbewusste**“ Streben gut beobachten, welches bereits aktiv wird, bevor er selbst schon etwas für sich tun kann.

Ganz anderes geschieht, wenn später das „**Kümmern um Andere und um das Ganze**“ dominiert. Hier entwickelt sich wiederum:

- einerseits das **Wahrnehmen** dessen, was der Andere und das Ganze als Hilfe und Schutz brauchen;
- andererseits entwickelt sich das „**eigene Können des Helfens und Schützens**“, wobei insbesondere **Techniken des eigenen Machens** gelernt und durch ihre Brauchbarkeit „**verstärkt**“ werden, wie beim sog. „**operationalen Konditionieren**“; hier entstehen wiederum eher **routinierte Gewohnheiten** des Machens.

In diesem Anliegen entwickelt sich daher nicht dominant ein „**Selbst-Wert Bewusstsein**“ (welches ins überhebliche und oft auch tyrannische Eingebildet-Sein pervertieren kann), d.h. es entwickelt sich kein „**Macht-Bewusstsein**“, sondern ein Selbstbewusstsein der „**eigenen Stärke zu tun**“, also ein „**Stärke-Bewusstsein**“.

Ein „**Macht-Bewusstsein**“ von einem „**Stärke-Bewusstsein**“ zu unterscheiden, ist ganz wichtig und für die Analyse des Bewusstseins grundlegend!

Wobei aber auch zu sehen ist, dass dies keine sich gegenseitig absolut ausschließenden Gegensätze sind!

VI.

Da in jedem Streben auch das gegenteilige andere Streben enthalten ist, bleibt es daher nicht aus, dass sich:

- einerseits im (auf dem **Wahrnehmen** der Zuneigung der Anderen sich aufbauenden) „**Selbst-Wert Bewusstsein**“ auch hinsichtlich der **eigenen Tätigkeit** ein Bewusstsein der „**Macht des eigenen Manipulierens**“ ausbilden kann;
- andererseits kann sich im „**Selbstbewusstsein der Stärke des eigenen Helfen-Könnens**“ auch ein Bedürfnis nach Wahrnehmen von **rückkoppelnder Anerkennung** und **nach Gegenseitigkeit** regen.

Aber das ist nicht zwingend. Die Entwicklung kann sich auch einseitig festfahren:

- und entweder in ein „*Kumulieren der Macht über Andere*“;
- oder in ein „*demütig selbstvergessenes Kümmern um Andere*“ ausarten.

Jene:

- die das „*Kumulieren der Macht über Andere*“ pflegen, die lieben und suchen daher als **Werkzeuge** „*kräftige Andere*“;
- während die „*demütigen Kümmerner*“ letztlich „*mitlaufend*“ **Schutz** bei den „*Mächtigen*“ suchen.

VII.

Diese provokante Unterscheidung soll bloß das Prinzip verdeutlichen, keinesfalls aber dazu zu verleiten, alle Menschen in diese beiden Schubladen einzusortieren.

Wie viele unterschiedliche Variationen nämlich tatsächlich entstehen, das wird ja bereits im I GING aufgezeigt, wo der Unterschied von YIN und YANG bloß am **Muster von drei Variablen** und den diesen entsprechenden **Wandlungen** durchexerziert wurde.

Kombiniert man nämlich den Unterschied „YIN – YANG“ (entsprechend den Wandlungsphasen des in jedem YIN steckenden YANG, bzw. des in jedem YANG steckenden YIN) mit dem Unterschied „*Überwiegen – Schwäche*“ (bzw. „*stark – schwach*“ oder „*alt – jung*“), dann ergibt dies bereits **vier verschiedene Muster**.

Fügt man einen weiteren mit YIN und YANG markierten Unterschied hinzu, dann erhält man bereits **acht unterschiedliche Grund-Muster** (von jeweils mit YIN und YANG markierten Unterscheidungen), die sich in **64 verschiedenen Arten** in einander „**wandeln**“ können, was die Hexagramme verdeutlichen.⁷

In dem von mir dargelegten Gedanken wurden ebenfalls **bloß drei Unterschiede** aufgegriffen, wobei man die Erstgenannten jeweils mit YIN markieren könnte:

- *individueller Selbsterhalt – Kümmern um Andere;*
- *Wahrnehmen – Tun;*
- *positiv – negativ.*

Es gibt also für das Einsortieren der konkreten Einzelfälle eine erhebliche Anzahl von Schubladen.

Man sollte bei dieser Analyse auch vermeiden, die Alternativen zu bewerten, etwa in dem Sinne, dass man meint, das „*Kümmern um Andere*“ sei besser als das „*Streben nach Selbsterhalt*“.

Das „*Streben nach Selbsterhalt*“ ist nichts anderes als das „*Trägheits-Prinzip*“ der Physik.

Jedes „*Seiende*“ will „*sein*“!

Daran kann man gar nichts aussetzen.

Jedes Bewegen hat das Bestreben, sich fortzusetzen und es weicht von diesem Vorhaben nur ab, wenn es einem anderen ebenfalls beharrlichen Bewegen begegnet, also sich mit den „*Bedingungen*“, auf die es „*trifft*“, arrangieren muss.

Das jeweils „*umfassende Ganze*“ hat (in diesem „*bewegten Sinne*“) nun genau so eine „*beharrliche Trägheit*“, wie seine „*individuellen Elemente*“, bzw. wie seine „*Organe*“ sie haben.

Im umfassenden „*Ganzen*“ entsteht also ein „*Geflecht von Begegnungen*“, die sich gegenseitig ausbalancieren und nach einer

⁷ Vgl. RICHARD WILHELM (Übers.): „*I Ging - Text und Materialien*“, Diederichs Gelbe Reihe, 1977³, wobei ich aber nicht, wie dort (Seite 17) vertreten wird, das Hexagramm als einen „**Zustand**“ auffasse, sondern als „**Wandlung**“, d.h. als die „**Bewegung**“ von jenem „**Zustand**“, den das Muster der ersten drei Zeichen symbolisiert, in den Zustand, den das Muster der anderen drei Zeichen symbolisiert. Es geht als um die **64** „**Wandlungen**“ der **8** „**Zustände**“. Das Buch heißt ja auch: „*Buch der Wandlungen*“ und nicht „*Buch der Zustände*“!

sog. „*Harmonie*“ streben, die selbst wieder in ihrem Bewegen (in ihrer Entwicklung) beharren, d.h. „*sein*“ möchte.

VIII.

Unser heutiges gesellschaftliche Problem scheint nun von dem „*beharrlichen Trend*“ geprägt zu sein, den Fragen nachzugehen:

- „*Wie kann ich Andere für mich arbeiten lassen?*“
- „*Wie kann ich mir etwas von dem aneignen, was andere erarbeitet haben?*“
- „*Wie kann ich mir etwas ohne eigene Arbeit, aber dafür mit Risiko, aneignen, z.B. bei Wetten und Glückspiel?*“
- „*Wie kann ich jenen etwas von ihrer Beute abjagen, die andere ausgebeutet haben?*“

Dieser Trend provoziert aber gleichzeitig das diesem Trend entgegengesetzten Fragen nach den Möglichkeiten, diesen Trend zu bekämpfen.

In diese Auseinandersetzung spielt nun aber die Frage hinein, wie die unterschiedlichen Charaktere mit dem (diesen individualistischen Trend **begleitenden**) „*Liebesentzug*“ umgehen.

Der „**Umgang**“ mit dem Entzug der „*Bestätigung durch Andere*“ (die an sich ein „**Selbst-Wert Bewusstsein**“ aufbaut) ist nämlich unterschiedlich:

- der „**Kümmerer-Typ**“ kann Liebesentzug besser verkraften; er flüchtet in seine **sich selbst beständige** Helfer-Aktivität und redet sich dann, wenn die Anerkennung und Gegenseitigkeit ausbleibt, u.U. demütig ein, dass „*der Weg ja das Ziel sei*“;
- anders ist es bei dem dominant „**Ich-bezogenen Typ**“, der die Bestätigung durch Andere unbedingt braucht; dieser Typ kann Liebesentzug schwer verkraften; er buhlt daher letztlich auch **mit eigener produktiver Tätigkeit** um Anerkennung, um auf diesem Weg als **Entlohnung** zumindest „**Macht-Anteile**“ zu bekommen, die er dann kumulieren kann (z.B. Geld) bzw. er steigert sich in einen riskanten Übermut; gelingt ihm dies aber nicht, dann „*brennt er aus*“ oder er versackt (in seinem dominanten Individualismus) in **Untätigkeit** und sucht vielleicht als letzte Rettung noch seine **aktive Zuflucht** in der **Zusammenrottung Gleichbetroffener**, wodurch er seinen egoistischen Individualismus zu einem opportunistischen „**Gruppen-Egoismus**“ bündelt; hier geht es ihm dann aber nicht um „**Solidarität mit dem Ganzen, bzw. nicht mit jenen, denen es noch schlechter geht**“, sondern in einem „*gruppenegoistischen Kampf*“ um einen „**Anteil an der Beute**“ der Mächtigeren und Wohlhabenderen.

IX.

In der Sozialarbeit sollte man daher versuchen, einigermaßen ein Urteil darüber zu bekommen, wie der jeweilige konkrete Fall tatsächlich gelagert ist:

- Um welchen Typ geht es jeweils **als Einzelfall** ganz konkret?
- Geht es um ein Bedürfnis des „*aktiven Helfens*“ oder um ein „*schmarotzendes Ausnutzen Anderer oder des Ganzen*“?
- Geht es um die Bereitschaft, auch selbst etwas zu tun, oder nur um fordernde Anklage?

Letztlich ist das Schmarotzen bloß die Aktivität der zu kurz gekommenen und verhinderten Ausbeuter.

Es ist nicht einfach, mit solchen Problemen umzugehen.

Würde nicht der sog. „**sanfte Weg**“ gerade darin bestehen, im „*sozialen Kampf*“ (gegen **und für** Andere) danach zu streben, seine „**individuelle Balance**“ nicht zu verlieren; also gerade darin, auch in einem „**individuellen Kampf**“ (für sich selbst) dafür zu sorgen, sich die „*Mittel*“ zur „**Regelung der eigenen Balance**“ zu erhalten?

Wer nämlich seine eigene Balance verliert, der kann dann weder sich selbst, noch anderen helfen.

Und wenn es keine Anderen in Balance mehr gibt, dann kann man auch nicht mehr hoffen, dass einem geholfen wird.

X.

Kann es nicht sein, dass das Hauptproblem unserer Jugend heute darin besteht, dass immer mehr Jugendliche zu Recht oder (durch kulturelle Einflüsse manipuliert) nur vermeintlich in das Weltbild geraten, es gäbe keine Anderen mehr, auf die sie hoffen könnten?

Entweder, weil jene, die ihnen nahe stehen, ebenfalls ihre Balance bereits verloren haben und ihnen daher auch nicht mehr helfen können und/oder weil jene mit Balance nur mehr an sich denken?

Wodurch für jene „*fast-Gestürzten*“ dann in ihrer „**Gemeinschaft**“ der zusammenrottende Kampf als einziger Ausweg erscheint?

Besteht daher die „**friedfertige Mitmenschlichkeit**“ nicht auch darin, rechtzeitig auch **für Andere** zu kämpfen, wenn diesen die „Mittel zur Regelung ihrer eigenen Balance“ genommen werden?

Also **rechtzeitig** zu kämpfen, um in einer sog. „Zivilcourage“ Mitmenschen „*solidarisch*“ vor Angriffen zu schützen, wie es bereits MOZI im Auge hatte, als er bloß den Angriffskrieg verneinte?

Für den in der Sozialarbeit Tätigen ist es daher von Vorteil, sich vorerst selbst zu erkennen, sich also zu einer „**Empathie zu sich selbst**“ aufzuschwingen, um sich selbst in den Spiegel zu schauen.

Er kann dabei **in sich** bereits vieles erkennen, **was ihm die nötige Balance verschafft**, um in einer „Empathie“ auch **mit Anderen eins zu werden** und sich am „**mit-menschlichen Lebens-Kampf**“ beteiligen zu können.

VIKTOR VON WEIZSÄCKER schrieb:

*„Wir sagten:
Wer das Leben verstehen will, muss sich am Leben beteiligen.
Wir sagten aber auch, wer sich am Leben beteiligen will, muss es verstehen.
Von da stammt das Maß auch einer Forschung solcher Art.“*⁸

⁸ VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“, Leipzig 1943³, S. 156.