

Sonnenfinsternis:

Manifestationen der Wut am Enneagramm-Punkt VIER

Valentinstag. Barbara (alleinerziehende Mutter von drei Kindern) steht in der Küche und rührt in der Bolognese-Sauce auf dem Herd, den knapp einjährigen zahnenden und quengelnden Julian auf dem Arm. Die beiden Großen haben sich nach einem heftigen Zoff vor ein paar Minuten in ihre Kinderzimmer verdrückt. Martin, der Vater des Kleinen, steht – Überraschung!!! – mit einem Rosenstrauß in der Tür und sagt etwa 30 Sekunden lang gar nichts. Barbara: „Was machst du denn hier?“ Er dreht sich um, wirft die Tür hinter sich zu und knallt die Rosen draußen in die Biomülltonne¹.

Ein Versuch, diese Situation bei einem Treffen in ihrem Lieblingscafé zu besprechen und zu klären, führt leider in das bekannte Desaster: Er (wortgewandt und therapieerfahren) wirft ihr vor, sie habe keine Empathie für sein inneres Kind und auch als Mann fühle er sich ja nun – weiß Gott!! - nicht zum ersten Mal abserviert. Insofern sei sein Wutausbruch am Valentinstag nicht nur verständlich, sondern auch berechtigt und nicht einmal dafür könne sie Empathie aufbringen. Sie bemüht sich, ihre Schuldgefühle nicht überhand nehmen zu lassen, gerät dennoch in die bekannte Rechtfertigungs-Not, kämpft voller Ärger gegen ihr schlechtes Gewissen, vom sie meint, dass sie es gar haben sollte und nimmt die Rose, die sie für ihn gekauft hat, wieder mit nach Hause.

Wut hat viele Gesichter. Und wahrscheinlich hat der Münchener Psychotherapeut Serge Sulz² verdammt recht mit seiner These, dass wir in unserer Wut (wenn wir uns stärker wähnen) dem anderen Menschen am liebsten das antun möchten, wovor wir uns insgeheim selbst am meisten fürchten (wenn wir uns schwächer wähnen). Also: Wer Angst vor Zurückweisung und Verlust der Liebe hat, der straft mit Liebesentzug. Wer Trennungsangst hat, kennt auch Trennungsimpulse. Wer Angst vor der Hingabe hat, kennt die Tendenz, den anderen in die Unterwerfung zu zwingen. Und so weiter. Da wo wir uns am meisten als „Opfer“ erleben, erkennen wir, wozu wir als „Täter“ am ehesten in der Lage wären. Gleichzeitig mit dem Biss des Vampirs wachsen dem Opfer die Eckzähne.

Ich weiß nicht, ob Martins Enneagramm-Muster das Muster Nr. VIER ist. Auf alle Fälle lassen sich aber an seinem Beispiel charakteristische Wutformen des Enneagrammpunkts VIER illustrieren:

Narzisstische Wut

Die Wut der Menschen mit dem Muster VIER ist eine (oft blitzschnelle) Reaktion zur Abwehr eines intensiven Kränkungserlebens. Ich fühle mich nicht beachtet, nicht verstanden, fehlinterpretiert, in meiner guten Absicht nicht gewürdigt, in meiner Originalität verschmäht, in meiner Liebesbewegung zu dir hin gestoppt oder ignoriert oder lächerlich gemacht. Wenn eine solche Kränkung massive Reaktionen in Gang setzt, muss man davon ausgehen, dass die seelische Basis (eine gewisse

¹ Diese Geschichte hat mir heute eine Klientin erzählt. Namen und Umstände habe ich verändert.

² Sulz, S.: Als Sisyphos den Stein loslies. München 2012 (6.Aufl.)

Souveränität im Selbstwert-Erleben) schwach entwickelt und daher leicht erschütterbar ist. Der Schmerz dieser Verletzung ist dann heftig und (scheinbar) unerträglich. Entsprechend heftig fällt die wütende Abwehrbewegung aus: Wenn du meine Rosen verschmähst, dann klopfe ich unsere Liebe komplett und endgültig (zumindest in diesem Augenblick) in die Biomülltonne. Natürlich meint Martin es „nur gut“, natürlich kommt sein Valentinstagsgeschenk aus einem liebenden Herzen, natürlich schmerzt die Erfahrung, damit ungelegen zu kommen. Dass daraus (und nicht zum ersten Mal) eine „Majestätsbeleidigung“ wird, ohne Empathie für das Du und die Situation, und dass diese Dynamik auch im Nachhinein nicht besprechbar und verstehbar wird, das ist bedauerlich und auch bedenklich. Auch Barbara hat daran Anteile, auf die ich hier nicht näher eingehe.

Die narzisstische Persönlichkeit in der im Enneagramm am Punkt VIER beschriebenen Ausformung stellt das eigene Fühlen ins Zentrum der Wirklichkeit. Beziehungen zu anderen Menschen sind in der unbewussten Muster-Automatik nach dem Leitmotiv „das Zentralgestirn und seine Planeten in ihren Umlaufbahnen“ organisiert.

Nebenbei bemerkt: Dass Josefs Brüder im Alten Testament (1. Mose, Kap. 37) seine narzisstischen Ideen und Träume ziemlich unerträglich fanden und ihn um die Ecke bringen wollten, zeigt etwas von Wutreaktionen, die bei Menschen entstehen, die sich nicht auf den vorgeschriebenen Umlaufbahnen eines Zentralgestirns bewegen, sondern auch eigenen Impulsen, Wertvorstellungen und Ansichten folgen möchten

Die Wut des „Zentralgestirns“ mit dem Muster VIER formt sich als Reflex gegen den Eigenwillen und die Eigenheit des Du. Wer bist du, dass du es wagen könntest, mir zu widersprechen? Niemand hier sagt mir, was ich zu tun und zu lassen habe³.

Diese Wut formt sich außerdem als Reaktion auf die Verletzung einer intensiv gespürten Liebe, die aber weniger das Du als vielmehr die eigene gefühlte Intensität („Energie“) und Bedürftigkeit/Sehnsucht im Aufmerksamkeitsfokus hat. Plakativ gesagt: Menschen mit dem Muster VIER lieben (in der Unbewusstheit des Automatismus) *die Liebe selbst* viel mehr als den konkreten Menschen, den sie lieben. Und können reflexhaft sehr, sehr wütend werden, wenn „ihre“(!) Liebe verletzt wird!

Ödipale Wut

Die Theorie Sigmund Freuds über den sog. „Ödipuskomplex“ ist umstritten und in ihrer Einseitigkeit als Erklärungsmodell seelischer Störungen überholt – was nun aber nicht heißt, dass nicht genau an dieser Stelle eine wahre Fundgrube für das Verstehen von Wutphänomenen wäre. Nach meinem Eindruck ist es vor allem für Menschen der so genannten „sexuellen“ Mustervariante („subtype“) von VIER lohnend, hier genau hinzuschauen:

Das ödipale Beziehungsdreieck, kurz und knapp: Die Mutter braucht und missbraucht den Sohn als Partnerersatz, und ihr Mann zieht den Kürzeren. Der Vater bringt die Tochter in die Position einer der

³ Von Ken Wilber in seinem autobiografischen Roman „Boomeritis“ scharfsinnig als Kardinalsymptom der zu Ende gehenden Ära der sog. „Postmoderne“ beschrieben.

Ehefrau überlegenen „Geliebten“. Bei den in dieser Rolle geschmeichelten und überforderten Kindern formt sich eine emotionale Dynamik, die es in sich hat. Da ist ein heimlicher Triumph über den gleichgeschlechtlichen Elternteil (Tochter triumphiert über die Mutter, Sohn triumphiert über den Vater), der gleichzeitig als nicht besiegbare Rivale empfunden wird: Die Mutter bleibt ja weiterhin (Sexual-)Partnerin des Vaters. Der Vater bleibt ja (Sexual-)Partner der Mutter. Das ist eine Quelle intensiver kindlicher Wut auf den gleichgeschlechtlichen Elternteil (Naranjo markiert den „sexual subtype“ von VIER mit dem Begriff „Hass“, während Ichazo hier „Konkurrenz“ einsetzt). Mit diesen Begriffen ist gut charakterisiert, was ich hier „ödpale Wut“ nennen möchte. Und auch wer den theoretischen Konstruktionen Freuds skeptisch gegenübersteht, wird einfühlen können, dass diese intensiven Emotionen bei einem vier- bis fünfjährigen Jungen oder Mädchen mit erheblichen Schuldgefühlen verbunden sein *müssen*, denn schließlich *liebt* das Mädchen auch seine Mutter und findet es falsch, Vatis Geliebte zu sein (obwohl es sehr, sehr schön ist!). Denn schließlich *liebt* der Junge auch seinen Vater und fände es richtig, zu ihm aufzuschauen, statt (als Partner der Mutter) auf ihn herabzusehen (obwohl sich das damit verbundene Überlegenheitsgefühl nicht schlecht anfühlt).

Die kindliche Wut im (ödpalen) Beziehungsdreieck hat also erhebliche Risiken und Nebenwirkungen: Das tolle Gefühl des Triumphs über den Rivalen, der Hass und die Verachtung ihm gegenüber gehen Hand in Hand mit dem Gefühl, dass diese Überlegenheit grundsätzlich falsch ist und ein Anlass, sich zu schämen (einer der ganz anderen zentralen Affekte am Punkt VIER, v.a. beim „social subtype“). Hier wird dann die Aggression gegen den gleichgeschlechtlichen Elternteil zur Auto-Aggression. Aus Hass wird Selbsthass, und die gepflegte „Besonderheit“ von Menschen mit dem Muster VIER wird zu einer Besonderheit mit einem dicken Minus davor: besonders wertlos, besonders schuldig, besonders unzureichend, einfach ekelhaft.

Ob Martin die Rosen auch aus solchen, ihm nicht bewussten Gründen in die Tonne geklopft hat? Nicht nur wegen der „Majestätsbeleidigung“ (narzisstische Wut), sondern auch, weil er erotisch ins Hintertreffen geraten ist und in dem kleinen Sohn den potentiellen Liebhaber der Mutter zu erkennen meint (die sexuell eingefärbte Variante des Neids)? Und das vielleicht, weil in ihm (Martin) *selbst* ein von der Mutter als Partnerersatz missbrauchter kleiner Junge voller ödpaler Wut (Triumph und Scham inklusive) steckt? Würde das bedeuten, dass Martin seine eigene ungeklärte und noch nicht gut verstandene ursprüngliche Mutter-Vater-Sohn-Dynamik auf seinen Sohn Julian und seine Freundin Barbara projiziert?

Und nun?

Auch wenn wir nicht wissen, wie viel Selbstwertproblematik („Majestätsbeleidigung“, narzisstische Wut) und wie viel erotische Konkurrenz (ödpale Wut) hier im Spiel ist: Was wäre denn wünschenswert? Was würde denn helfen?

Es ist im Grund immer wieder dasselbe: Innehalten. Wahrnehmen. Verstehen (=tiefer schauen). Und dann Verantwortung übernehmen für die eigenen Reaktionen (statt jemand anderen zu beschuldigen). Die hier pointiert gezeichneten Wutreaktionen am Punkt VIER gehören sicher zu den besonders (!) dunklen Kapiteln dieses Musters, und zunächst erscheint es gar nicht attraktiv, sich genau damit zu befassen. Lohnt es sich dennoch? Ich denke ja. Vor allem deswegen, weil eine

Transformation unserer menschlichen Beziehungen hin zu mehr wirklicher Empathie, wechselseitiger befriedigender Bezogenheit, tiefem Respekt usw. an dem Durcharbeiten der dunklen Aspekte unserer Muster nicht vorbeikommt. Das gilt ganz gewiss für „alle Neune“ ...

Wenn unser Protagonist Martin lernen könnte, seine Verletzlichkeit in die Eigenverantwortung zu nehmen und seine (narzisstische, ödipale und sonstige) Wut bewusst zu fühlen, ohne sie sofort ausagieren zu müssen, dann könnte er beginnen zu *verstehen* - und das wäre genau das, wonach er sich verrückterweise am meisten sehnt! Die Kosten für die Entsorgung von Biomüll könnten auf diese Weise zugunsten sinnvollerer Investitionen minimiert werden.

Hans Neidhardt