

Ich liebe Dich. Was ist, das Ich?

Würde man zählen, wie oft man in seinem Leben "ich" sagt, käme man auf eine unglaublich große Zahl. Das lässt mich an den großartigen Science-Fiction-Autor *Isaac Asimov* denken, der in dem Essay *Caesars letzter Seufzer*, berechnet hatte, dass in jedem derzeit lebenden Menschen, mindestens ein Atom aus dem letzten Atemzug dieses Römers an unserer Zellreproduktion beteiligt ist.

Wie oft oder wenig oft man zu sich *ich* gesagt hat oder sagt, hat allerdings keinen Einfluss auf die Tatsache, dass wir mit der Vorstellung, ein *ich* zu haben bzw. ich zu sein, leben. Schließlich bin ich ein anderer als Sie und Sie sind ein anderer als alle anderen. Es ist trivial, dass Sie nicht dort sein können, wo ich bin und umgekehrt. So selbstverständlich wie diese drei Buchstaben daherkommen, ebenso selbstverständlich ist, dass jeder Konflikt, in dieser Welt, auf ein Ich zurückgeführt werden kann. Die Freuden und Leiden des Menschen sind Freuden und Leiden des ich oder anders gesagt, am Ich. Das hatte *Siddhartha Gautama Buddha* vor 2.500 Jahren erkannt und deshalb die Lehre von der Ichlosigkeit in die Welt gebracht. Seitdem meditieren viele Menschen, weil sie meinen, glücklicher sein zu können, wenn sie ihr Ich aufgeben. Das ist natürlich Unsinn, weil man nicht aufgeben kann, was man nicht hat, weil man es ist.

Hört man aufmerksam hin, was *Buddha* sagt, wird man erkennen, dass er in keiner seiner Lehrreden von einem Ich spricht bzw. gesprochen hat, das man aufzugeben hätte. Die grundlegende Einsicht, die allen seiner Lehrreden zugrunde liegt, lässt sich auf die *Kausalkette des bedingten Entstehens* zusammenfassen: Wenn dieses ist, ist jenes und wenn dieses nicht ist, gibt es jenes nicht. Dieses und jenes, das kann alles sein, was man denkt und empfindet, wie man handelt und sich verhält. Daraus folgt, dass man als Individuum ein sich stets verändernder Komplex wechselnder Bedingungen ist, denen man einen Vor- und Nachnamen gegeben hat. Und weil es etwas umständlich ist, seinen Namen zu sagen, wenn man sich meint, hat man das kleine, aber geniale Wort "ich" erfunden. Daraus entsteht eine interessante Paradoxie. "Ich" ist nämlich ein abstrakter, aus drei Buchstaben zusammengesetzter Begriff, der sich nicht ändert und keinerlei Bedeutung hat. Eine vorübergehende Bedeutung bekommt das Ich erst dadurch, dass man es zum Komplex einer Kausalkette wechselnder Bedingungen in Beziehung setzt und sich dadurch beständig, die Illusion einer gleichbleibenden Individualität suggeriert. Man sagt, ich denke, *ich* empfinde, *ich* schreibe, *ich* habe Gefühle, *ich* bin krank. Vor allem sagt man gerne, *ich* liebe dich. Was ist dieses *ich*, welches zu lieben behauptet?

Hätte man kein Gehirn, würde es auch keine Icherfahrung geben. Nicht nur, dass man kein ich erfahren würde, man könnte gar nichts erfahren. Wenn man sich aber aufgrund eines Gehirns als ein ich erfahren kann, was ist dann dieses ich? Brauchen wir es überhaupt? Der Mensch ist nicht das einzige Lebewesen mit einem Gehirn. Auch Ameisen und Fruchtfliegen, Gänse und Schweine leben mit einem Gehirn, ohne sich als ein Ich zu verstehen.

Kein Lebewesen, außer dem Menschen, erfährt sich als ich, durch das er sich von einem anderen Ich, dem du, unterscheidet. Diese Ausnahme kann man zwar nicht beweisen, aber es ist vernünftig, sie vorauszusetzen. Ebenso vernünftig scheint mir die Annahme zu sein, dass es ohne Sprache und einem damit zusammenhängenden Denken, in Begriffen, keine Icherfahrung geben würde. In einer wissenschaftlichen Untersuchung mit Schweinen hat man beobachtet, dass diese Tiere ihre Befindlichkeit über variierende Grunzlaute zum Ausdruck bringen. Bevor man dies, wie geschehen, als Sprache der Schweine interpretiert, wäre es besser, zu definieren, was man als *Sprache* bezeichnen möchte. Grunzlaute bei Schweinen oder variierende Attribute von Ausdruckslauten bei Babys, sind Ausdrucksformen des Befindens, die man intuitiv "verstehen", das heißt, mitempfinden kann. Damit solche bei Schweinen non-verbale, bei Babys präverbale Ausdrucksformen zu einer Sprache werden, kommt etwas Entscheidendes dazu. Beim Menschen differenzieren sich die Ausdruckslaute und werden mit den sensorischen Wahrnehmungen der Weltobjekte und Körperzustände in Zusammenhang gebracht. Dabei entstehen sozial verbindliche Formen des auditiven Ausdrucks, die mit den sensorischen Wahrnehmungen in Übereinstimmung gebracht werden und die Erfahrungen begrifflich markieren. Menschen können das, Tiere nicht.

Im Unterschied zu den nichtmenschlichen Lebewesen, hat das menschliche Gehirn, eine auf abstrahierendem Denken und aus Begriffen bestehende Sprache entwickelt, die es ihm ermöglicht, seine Erfahrungen mit materiellen Objekten und nicht materiellen Zuständen zu benennen. Ein mehrere hunderttausend Jahre dauernder Prozess der Hirnentwicklung hatte vor annähernd 40.000 Jahren die Voraussetzungen für einen kontrollierten auditiven Ausdruck geschaffen. Man musste die Motorik der Zungen- und Mundbewegungen willkürlich beeinflussen können, um Laute zu formen, zudem musste man sich auch an die Laute, die in einem bestimmten Kontext geäußert wurden, erinnern und außerdem war es erforderlich, wahrgenommene Laute imitieren können, damit man sie wiederholen konnte. Aber das für die Sprachentwicklung entscheidende war der abstrahierende Zusammenhang von Lautfolge, Objektwahrnehmung und Bedeutung. Es war ein weiter Weg zum Ich.

Es gibt keine Möglichkeit, nachzuweisen, welches das erste gesprochene Wort war, mit dem man eine Erfahrung der Außenwelt benannt hatte. Aber menschliche Babys gab es auch damals schon und der Lautausdruck eines schreienden Babys "aaaaaaaaaaaaaaaa" bis zur Silbe "ma" und weiter zu "mama" scheint mir ein naheliegender Prozess (gewesen) zu sein, wenn

man bedenkt, dass sich diese Silbe, in Zusammenhang mit Mutter, in vielen Sprachen nachweisen lässt. Hier sind einige Beispiele: Lateinisch *mater*, Griechisch *mētēr*, Sanskrit *mātr*, Deutsch *Mama*, Spanisch *madre*, Italienisch *madre*, Russisch *mat*, Hindi *Maa*, Chinesisch *mā*, Japanisch *mama*, Hebräisch *imma*, Französisch *maman*, Rumänisch *mama*. Diese sprachübergreifende Tendenz zeigt, dass *ma* ein universaler Ausdruckslaut zu sein scheint, der intuitiv mit der Muttererfahrung verbunden ist.

Von den Anfängen, einer auf Silben beruhenden, begrifflichen Markierung der Muttererfahrung, bis zum Ichbegriff, war es ein langer, verglichen mit der Menschheitsgeschichte, jedoch sehr kurzer Weg. Das Wort "ich" lässt sich in der deutschen Sprache bis ins Althochdeutsche zurückverfolgen, das man etwa vom 6. bis zum 11. Jahrhundert gesprochen hatte. Die frühesten schriftlichen Belege finden sich in althochdeutschen Texten, etwa den Merseburger Zaubersprüchen, die in der zweiten Hälfte des 10. Jahrhunderts verfasst wurden. Die älteste bekannte Sprache wurde von den *Sumerern* in Mesopotamien gesprochen, deren früheste schriftliche Belege man auf Tontafeln aus dem 4. Jahrtausend v. Chr. gefunden hatte. Die sumerische Schrift ist vermutlich das erste Schriftsystem der Menschheit. Tatsächlich gibt es bereits hier ein Wort für *ich*, das *en* geschrieben wird. Es weist darauf hin, dass bereits in dieser alten Sprache abstrakte Strukturen des Denkens zum Ausdruck gekommen waren. In einer anderen, ebenfalls weit zurück reichenden Sprache, dem Pali und Sanskrit, bedeutet *aham*, ich. Damit sind aber ein weltliches und ein geistiges, man könnte auch sagen inferiores und superiores ich gemeint und nicht das umgangssprachliche ich, wie wir es kennen. *Aham* wird in philosophischen und spirituellen Texten verwendet und bezeichnet einerseits, das individuelle, in den Erscheinungen der materiellen Welt verstrickte ich und andererseits, ein transindividuelles, von den Fesselungen an die Außenwelt befreites, geistiges Ich. *Aham* ist in beiden Sprachen von weitreichender Bedeutung und wird im Zusammenhang mit der Unterscheidung und Beschreibung niederer oder höherer Bewusstseinsstufen verwendet.

Was hat es also zu bedeuten, wenn man "ich liebe dich" sagt? *Ich* bedeutet nichts, weil der oder diejenige gar nicht weiß, wer oder was damit gemeint ist. Ich, das ist eine Summe blinder Suggestionen, die sich in einem häufig ebenso blind gelebten Lebens, zu einem psychischen Konglomerat verschmolzen haben. Es gibt ein relativ einfaches, jedoch nachhaltiges Experiment, das jeder mit ausreichendem Interesse an sich selbst, im privaten (keinesfalls beruflichen) Kontext durchführen kann. Stellen Sie sich vor, dass sie das Wort "ich" nie kennengelernt haben, sodass sie es im Kontakt mit Menschen auch nicht anwenden können. Wenn sie sich in einer Beziehung befinden und meinen, dass sie lieben würden, dann gehen sie in einen virtuellen Zustandsraum und sagen ihm oder ihr, wie sehr sie ihn oder sie lieben, ohne dabei *ich* zu sagen. Wer oder was ist das, was mit den drei Buchstaben I C H benannt wird? Es ist ein unbewusster Komplex aus Gedanken, Gefühlen, Emotionen, Erinnerungen, Meinungen und Absichten. Es zeigt sich in Attributen des Verhaltens und in Wirkungen, also

der Art und Weise, wie man sich auf die objektive und subjektive Welt bezieht. Da ist *etwas*, das denkt, empfindet und handelt. Der Begründer der Psychoanalyse *Sigmund Freud* hat diesen Zustandsraum *Es* genannt. Sein Kollege, *C. G. Jung*, Begründer der analytischen Tiefenpsychologie, hatte das psychoanalytische *Es* als ein *kollektives Unbewusstes* verstanden, in dem die geistigen Attribute der psychischen Dimensionen des Menschen subsumiert sind. Bei *Freud* ist das Ich eine regulierende Instanz, die es ermöglicht, die Autonomie des *Es* und dessen archaische Tendenzen regulierend zu beeinflussen. Während das Ich bei *Freud* eine vermittelnde Instanz zwischen den biologischen Trieben und den sozialen Normen ist, die ein soziales Zusammenleben ermöglicht, ist es bei *Jung* der Aspekt eines größeren Ganzen, dem Selbst und er betont deshalb dessen Notwendigkeit für eine geistige Verwirklichung des Menschen.

Wenn es in den Lehrreden des *Gautama Buddha* heißt, "das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Ich", kann man das so interpretieren, als würde man im Ich, dem Verständnis von *Freud* zufolge, an die materielle Welt der Triebregulierung gebunden sein. *Jung* hingegen hatte erkannt, dass es auch ein geistiges, von den Bindungen an die Welt der Objekte und Zustände befreites Ich gibt, von dem Buddha bereits vor 2.500 Jahren gesprochen hatte.

In einem Gedicht heißt es, "wir haben, wo wir lieben, ja nur dies: einander lassen; denn, dass wir uns halten, das fällt uns leicht und ist nicht erst zu lernen." Das Ich, das etwas für sich haben will und nicht verzichten kann, ist der Liebe nicht fähig. Leiden an der Liebe ist ein Leiden am Ich, weil es nicht zu erkennen gelernt hat, dass Bindung Liebe verhindert und die Schmerzen der Entbindung von der Welt der Objekte und Subjekte, die psychische Geburt des geistigen Ichs begleiten. Deshalb ist die Liebe nichts, was man bekommt, wenn man besonders nett und anhänglich ist; man erfährt sie in Momenten, in einem Prozess des Bindens und Lösens, der ein sich Einlassen in die Imponderabilien des Lebens ist.