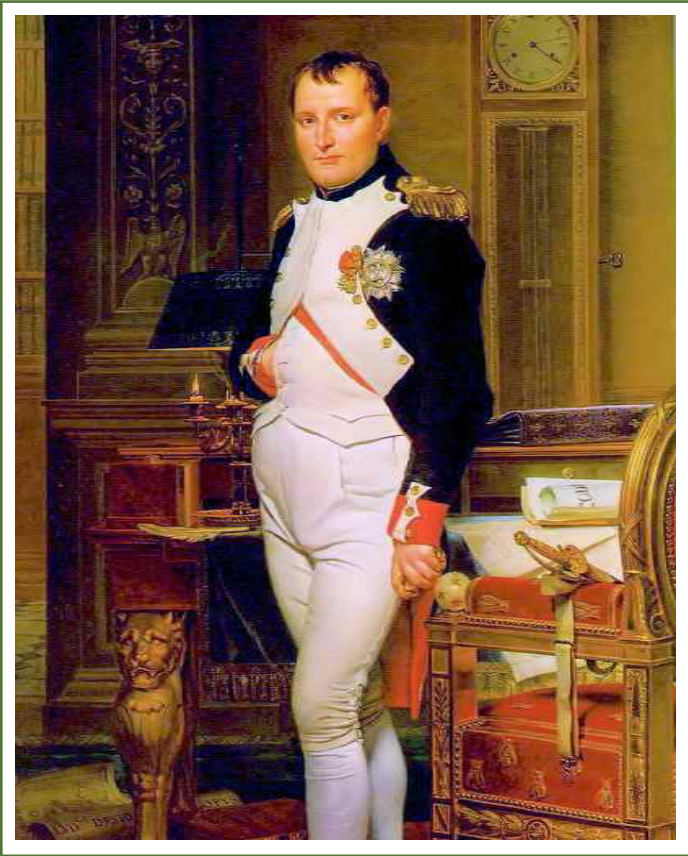


# Willenskraft

Von Dr. Detlef Eichberg



„Glaube versetzt Berge“ dieses nicht immer nachprüfbare geflügelte Wort wurde besonders in den 80er Jahren im Zuge der neuen Volksreligion „Positives Denken“ als Kochrezept für Erfolg und Glücklichein propagiert. Dem kann man insofern zustimmen, dass eine vertrauensvolle, zuversichtliche innere Haltung für das Erreichen bestimmter Ziele zuträglich ist. Eine Gewährleistungs-Garantie ist damit jedoch nicht verbunden. Umgekehrt kann man durch eine generell skeptische Einstellung zum Prophet werden. Schwarzseher, die nach dem Motto leben „Wenn ich das Schlimmste erwarte, werde ich nicht enttäuscht werden“, haben gute Chancen, dass ihre Befürchtungen auch tatsächlich eintreten. Insgesamt gesehen macht der Glaube an eine Sache Sinn.

Was aber ist nun mit meinem Willen? Bereits als Baby muss ich meinen Willen durchsetzen und schreien, damit ich nicht verhungere. Das setzt sich fort über die Trotz-Phase, das Schulalter, die Pubertät bis hin zum Erwachsenenalter. Aber auch der Wille hat seine Grenzen, er macht mich nicht allmächtig. Und er hat zwei Seiten: Ein starker Wille kann mich zur Hochform auflaufen lassen, so dass ich Karriere mache und allseitiges Ansehen genieße. Mein Wille kann mir aber auch genau so gut im Wege stehen, wenn ich mit Widerständen konfrontiert werde, die ich willentlich nicht zu überwinden vermag. Dann werde ich mir immer wieder die Nase anhauen. Mitunter gilt es zu akzeptieren, dass ich nicht mit dem Kopf durch die Wand kann. Das gilt auch für

die Frömmelnden, die meinen, wenn sie genügend Gebete in den Automaten oben hineinwerfen, so müsste Gott das gewünschte Produkt ausspucken. Wenn ich auch mal kapitulieren kann, aufhöre zu kämpfen, nichts mehr um jeden Preis erreichen will, dann kann das Hinnehmen sehr befreiend sein und neue Energien freisetzen, die ansonsten beim Hebeln mit der Brechstange blockiert werden. Der Gelassenheitsspruch drückt das einfach und genial aus: „Gott gebe mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“

Dass unser Willen manchmal fast schizophrene Kapriolen schlägt, sieht man am Beispiel des so genannten Sekundär-Gewinns von Krankheit: ohne es vorsätzlich zu wollen, können wir unsere Krankheit benutzen, um andere Menschen zu manipulieren. Beispiel: Seit Jahren kommen „die junge Laid“ nicht zu ihrem berechtigten Urlaub im Süden, weil jedes mal am Tag vor dem Abflug die Oma einen knackigen Herzkasper mit Tatütata, Intensivstation und allem drum und dran bekommt. Sobald die Reise storniert ist, geschieht das Wunder der spontanen Genesung. Oma ist wieder auf dem Posten und kann nach Hause. Es handelt sich dabei nicht um einen bewussten Vorsatz, geschweige denn Boshaftigkeit. Die Dinge geschehen unbewusst. Krankheit ist für einsame Menschen oft die einzige Möglichkeit, Zuwendung zu bekommen, auch wenn es nur das Blutdruckmessen ist.

Abschließend noch eine Verrücktheit aus meinem eigenen Erfahrungsbereich. Vor über zwanzig Jahren ging es mir seelisch miserabel. Obwohl mir das Wasser bis zum Hals stand, wollte ich keine fremde Hilfe in Anspruch nehmen. „Ich kenne doch meine Probleme. Wer soll mir denn da helfen? Ich muss das doch selber lösen.“ und so weiter. Ich bezeichne mein damaliges Baden im Selbstmitleid aus heutiger Sicht gerne als „gemütliches Elend“: Wenn wir etwas lange genug kennen, dann ist es uns vertraut. Auch wenn es Mist ist, so haben wir dennoch die Kontrolle darüber. Kontrolle wiederum bedeutet Macht. Unser Ego liebt die Macht. Was, wenn ich jetzt neue Wege beschreite, wo es zwar besser werden könnte, aber ich keine Kontrolle mehr darüber habe? Da schreckt der kleine Mann im Ohr, der mir immer einflüstert, wie die Welt zu gehen hat, zurück. Hier ist nun mein Wille und meine Entscheidung gefordert will ich wirklich gesund werden?