

1

Gefühle sind somatisch sich anzeigende Alteritätsverhältnisse. Die Beziehung des Anderen zu mir finden einen Projektionsort: meinen Leib. Gefühle überkommen mich. Immer, wenn ich fühle, erwarte ich zugleich das ›mich gefühlt haben‹ eines anderen Menschen. Ich bin überzeugt davon, dass der Andere mich und mein Fühlen adäquat versteht, wohlwissend, dass ich sogar mir selbst unverständlich bin. Ich verlange also etwas Unmögliches. Und ebenso der Andere. Auch er erhebt den Anspruch, ich solle seinem Fühlen adäquat antworten.

2

Weil das Somatische der Wahrnehmungsort von Gefühlen ist, wähnt man diese oft als *vom Körper ausgehend*. Hunger, Lust, Müdigkeit, Aggressivität sind Regungen, die ihr sensorisches Zentrum in meinem Leib haben, aber die – sieht man genauer hin – doch Beziehungen zum Anderen sind, man kann sie als existenziell bezeichnen.

3

Im Alltag lebend navigieren wir in einem vieldimensionalen Universum von Gefühlen, in das wir eingelassen sind. Wo und wann die Gefühle von uns selbst wahrgenommen werden, hängt von den jeweiligen Konstellationen ab. Manchmal nehmen wir Gefühle verspätet wahr, manchmal sind sie ein Sensorium. Gefühle sind nichts ›Psychisches‹.

4

Gefühle werden in eine Art *ökonomisches Kalkül* gebracht, dessen Prämissen und dessen Regeln von Zeit zu Zeit und von Kultur zu Kultur variieren. Entscheidungen werden getroffen, Handlungen ausgeführt, weil damit eine Erwartung von Gefühlen verbunden ist oder weil auf vergangene Gefühle reagiert wird. Selbstloses Handeln ist möglich, aber dies setzt eine Neutralität sich selbst gegenüber voraus. Immer lassen sich diese Art von Ökonomien als Spiegelungen betrachten. Ich schenke jemand etwas, weil ich hoffe, selbst etwas geschenkt zu

bekommen. Es geht dabei nicht um Werte, sondern um eben die Gefühle, die ich zu anderer Zeit, an einem anderen Ort gerne selbst hätte, die ich handelnd vorbereite. Die wirtschaftliche Ökonomie lässt sich als ein Versuch verstehen, die Gefühle durch Preise von Objekten zu kalkulieren. Dieser Art Fetischismus ist inadäquat, weil die Objekte nur *Realisationsmedien* von Gefühlen sind. Im Privatleben erwarten wir *uneigennützigem Tausch*, die wirtschaftliche Ökonomie beruht auf *eigennützigem Tausch*. Aber auch sie ist in den privaten Alltag eingelassen, beruht auf den stillschweigenden Korrekturen und kleinsten Arbeiten, die man dem Anderen schenkt, ohne eine Gegenleistung von ihm zu erwarten.

5

Wenn ich jemand positive Gefühle schenken will oder wenn ich jemand in seinen Gefühlen verletzt habe, so stehen mir verschiedene Handlungsalternativen offen. Ich kann das Geschehene verbal thematisieren, dem Anderen gestisch *anzeigen*, dass ich den Fehler eingestehe, so tun, als sei *nichts* geschehen, mit Anderen darüber sprechen, ich kann nach den Ursachen suchen. Am sinnvollsten scheint mir, *Arbeit* zu leisten. Also das Geschehene in die Zukunft hinein zu nehmen und es dort dem Anderen gemäß und in seiner Achtung stehend zu realisieren. Oft wird eine solche Gefühlsarbeit nicht unmittelbar wahrgenommen.

6

Was man als ›Charakter‹ bezeichnet, sind unterstellte Wesensmerkmale eines Menschen im Umgang mit den Gefühlen Anderer. Ein Mensch ist höflich, wenn er stets im Bewusstsein der Gefühle Anderer handelt und sich in ihrem Kreis wähnt, wenn er um die Umgangsformen weiß, deren negative Gefühle im Vorhinein vermeiden will etc. Ein Anderer ist arrogant, weil er sich um die Gefühle der Mitmenschen nicht kümmert usf.

7

Gefühle sind der Bestimmungsgrund von Gesellschaft und des Ichs. Ich kann nicht daran zweifeln, ob ich so fühle und wie ich fühle. Ich fühle, also bin ich. Ich bin so, wie ich (mich) fühle. Da ist einerseits die Gewissheit, die jedes Fühlen begleitet und es ausmacht. Gleichzeitig aber weisen die Gefühle eine Tiefenschicht auf, eine Reziprozität und eine Indirektheit, weil sie immer eingebettet sind in mitmenschlich erwartete Erwartungen und erinnerte Erwartungen. Gefühle sind geschachtelte Konstellationen, die aber fühlend von einem Punkt aus wahrgenommen werden. Dadurch werden sie perspektiviert und deutbar. Ein Kind kennt noch keine Differenzierung zwischen Ich und Anderem, es nennt sich selbst mit seinem Namen, nicht mit einem Pronomen. Es fühlt so wie Andere fühlen, wird von dem Fühlen Anderer angesteckt und verletzt. Aber irgendwann bildet sich diese polare Struktur Ich-Anderer aus und es ergeben sich Friktionen, die die Harmonie und die Ur-Einheit Ich-Anderer stören, die Allheit der Welt spalten. Bei allem, was wir tun, ändern wir die Gefühle Anderer und es entsteht unser Leben lebend neben den sichtbaren und angezeigten Gefühlen Anderer uns gegenüber eine Schattenökonomie der Gefühle, deren Gestalt wir bestenfalls erahnen können.

8

Negative wie positive Gefühle bilden die Landmarken der Erinnerung. Man denke an Orson Welles *Citizen Kane* (1941).

9

Die Gefühle Anderer zu verstehen, heißt stets auch, sich selbst wahrzunehmen. Wenn Gefühle erlebt werden, stehen wir immer schon im Anspruch der Anderen. Welche Perspektive hier gewählt wird, ist gar nicht entscheidend, aber warum welche Perspektive sich einstellt, ist eine interessante Frage.

10

Weil Gefühle sich verbergen, indirekt zeigen, über Umwege realisieren, lässt sich ein Großteil der kulturellen Leistungen als Versuch verstehen, mit Gefühlen umzugehen. Durch leichte Verrückungen der Perspektiven und Zeiten, der Personen etc. vermag es die Kunst, Distanzen zu schaffen. Theater- und Opernbühnen, Kinos, Computerbildschirme, Bücher, sind Orte und Formen, Gefühlswelten durchzuspielen, ohne selbst involviert zu sein. Solche Medien sorgen auch dafür, aus vergangenen Zeiten zu lernen.

11

Warum bin ich freudig überrascht, enttäuscht? Warum rührt mich etwas? Diese Fragen lassen sich nur rückblickend klären. Ich lerne auch meine Gefühle erst kennen, indem ich sie erlebe.

12

Gesellschaften haben in der Moral konstante und einheitliche Empfindungsorgane entwickelt, die den Maßstab abgeben für die Gefühle gegenüber Anderen. In Gesetzen und Vorschriften haben sich Regelwerke expliziert, die den Übertritt von negativen Gefühlen ahnden und sanktionieren. Leider hat es (meines Wissens) keine Gesellschaft dahin gebracht, entsprechende Regelwerke des Glücks aufzustellen.

13

Im Raum mich bewegend, werde ich gefühlsmäßig wahrgenommen. Ich mag diese Person, ich bin dem Menschen sympathisch etc. Solche Urteile explizieren Gefühle, aber sie teilen den Gefühlsraum gleichzeitig unnötig ein. Man kann eine Offenheit des Anderen nur unterstellen, wenn man selbst offen ist. Ein Beginn ist das Schwierige. Die Handlungen des Anderen lassen sich immer mehrdimensional interpretieren. Gefühle bekunden sich.

14

Rituale, Klischees, Wiederholungen, Begrüßungen sind Versuche, Gefühle in stabile Ordnungen zu fassen. Aber genau gesehen lässt sich jede Begrüßung so ziselieren, bis sie eben *so* oder *so* deutbar wird. Aber der Versuch ist das Entscheidende.

15

Das Erscheinungsbild und die Oberflächen sind das Eingangstor zu den Gefühlen Anderer. Gefühle lassen sich inszenieren. Ein scheinbarer Widerspruch.

16

Kompliziert wird eine Thematisierung von Gefühlen dadurch, dass wir als Personen die Ökonomie der Gefühle ganz wesentlich mitbestimmen. Dabei ist zu beachten, dass wir, wenn wir mit unseren Gefühlen umgehen, stets schon im Bannkreis von Gefühlen stehen. Am Einfachsten wäre es wohl, wir würden Gefühle im Moment des Entstehens mitmenschlich wirken lassen. Aber wie wir sahen, fühlen wir mitunter verspätet, nehmen verzerrt wahr etc. Dazu kommt noch, dass wir Gefühle zurückstellen können – und die Gesellschaft gerade das als eine notwendige Form des Umgangs erwartet. Einen Großteil unserer Lebenszeit verbringen wir damit, etwas zu tun, was wir zumindest in diesem Moment nicht wollen. Oft arbeiten wir für Lohn, um dann verspätet Objekte oder Dienstleistungen erwerben zu können, von denen wir uns versprechen, dass sie uns glücklich machen werden (dabei wachsen die Wünsche proportional zu der fremdverfügbaren Zeit). Wir zeigen Glück und vor allem Enttäuschung nicht an, antworten nicht, dass es uns schlecht gehe, wenn man uns nach der Befindlichkeit fragt. Gefühle auf Kommando zurückzustellen, aufzustauen, umzuleiten gehört zu den Pflichten der modernen, »effizienten« Gesellschaft. Was dabei stört, ist die Grundlosigkeit und die Permanenz, mit der selbst kleine Wünsche (erwartete positive Gefühle) versagt werden. Und erwartet wird nicht nur, dass wir unsere

Gefühle unterdrücken, sondern auch, dass wir nicht zeigen, dass wir sie zurückgestellt haben. Die Kellner im Restaurant lächeln.

17

Bei dem Umgang mit Gefühlen liegt es nicht in unserer Macht, diese zu erzeugen oder gar verschwinden zu lassen. Wir können sie bestenfalls kanalisieren. Jeder Mensch entwickelt solche Kanalsysteme und die Gefühle suchen sich in den Landschaften des Menschen Flüssen gleich ihren Weg. Manches wird dabei unwahrnehmbar, kehrt in Träumen wieder. Erstaunlich ist, wie wenig man in der Gesellschaft lernt, diese Kanalsysteme anzulegen. Man lernt es, aber indirekt. Ganze Gesellschaften legen ähnliche Kapillarsysteme an, ohne sich je darüber verständigt zu haben. Ob die Gefühle diesen Systemen und Flussläufen auch folgen, lässt sich erst rückblickend bestimmen. Entscheidend ist nicht das erlebte Gefühl, sondern der Stil, mit ihm umzugehen, es dem Anderen zurückzuspiegeln. Das kann eine Kunst sein.

18

Es entstehen Ordnungen. In menschlichen Gemeinschaften haben sich zahlreiche Formen ausdifferenziert, mit Gefühlen umzugehen. Diese überlagern und durchdringen sich. Dazu bilden sich Interferenzen von Gefühlen aus.

19

Formen des kollektiven Umgangs mit Gefühlen sind: ethnische Verbände (Familie, Volk), freiwillige Zusammenschlüsse (Partnerschaft, Freundschaft), Institutionen (Bürokratien, Vereine, formale Zusammenschlüsse, Unternehmen), politische Zusammenschlüsse (Nationen, Staatsgebilde), spontane Gruppierungen (Massenbildungen, Proteste), Religionsgemeinschaften. Allem Umgang mit Gefühlen ist gemein, dass ein gegenseitiges Vertrauen zwischen den Mitgliedern besteht. Aber die Reichweite und Tiefe, auch die Akzeptanz der Gefühle, ihr Spektrum, ihre Erscheinungs- und Äußerungsformen sind unterschiedlich. Auch hier haben wir es mit einem Ensemble zu tun,

weil jeder Mensch in einer Vielzahl mitmenschlicher Gruppierungen lebt. Am tiefsten reicht sicherlich der familiäre Umgang von Gefühlen. Gefühle werden hier zuerst erlebt. Die intimsten Erfahrungen entstehen hier, es bildet sich eine kaum zu vertiefende Kenntnis des Anderen aus, die bei den Eltern sogar weiter reicht als die eigene Erinnerung. Ein gemeinsamer Besitz, ein Ort und auch der Bezug zu Anderen sind hier die nämlichen. Die Erziehung übt einen Umgangsstil mit den Gefühlen (den ›eigenen‹ und denen der ›Anderen‹, auch diese Unterscheidung selbst) ein, sie bestimmt unser Gefühlsleben, die Zeit- und Erlebnisordnungen und Wahrnehmungsformen, die Reichweite unserer Gefühle. Über Generationen hinweg prägen sich Formen des Umgangs mit Gefühlen ein, manchmal kontinuierlich, manchmal nach polarem Muster. Wer heute Vater ist, erlebt die Situation erst mit einer Verspätung von 20 bis 30 Jahren als Großvater wieder. Warum wir uns verlieben, Freundschaften schließen, Kontakt zu bestimmten Menschen suchen, hängt ganz wesentlich mit unserer gefühlsmäßigen Gestimmtheit zusammen. Wir erleben es als angenehm, mit diesen Menschen zu verweilen. Durch Institutionen partizipieren wir an bestimmten Ordnungen. Unternehmen sind paradoxe Zusammenschlüsse, weil kaum jemand gefühlsmäßig in ihnen arbeiten will und die Arbeit in der Regel nur deshalb verrichtet wird, um Lohn zu erhalten. Die gesamte Etikette beruht auf dem Spiel, so zu tun, als sei man freiwillig dort, nur um nicht in Missgunst zu fallen und um es sich möglichst gut einzurichten. Aber unsere eigenen Gefühle sind nicht gespielt. Und wenn sich Erfolge, Misserfolge einstellen, so wirkt sich das direkt auf uns aus. Religionen und Glaubenssysteme sind Versuche, stabile Ordnungen des Fühlens zu stiften. Wirtschaftsordnungen und Religionen verbinden sich oft.

20

Ab einer bestimmten ›Reife‹ des Menschen versteht man sich darauf, die Menschen und ihre Gefühle zu ›überschauen‹, zu ordnen und zu wichten, in Grenzen vorherzusehen. Man geht mit den Gefühlen Anderer um. Das eröffnet die Möglichkeit, sie wie ein Mittel zu

benutzen, um eigene Zwecke zu erreichen. So ist es bei Geschäftsleuten üblich, sich Aufträge nicht nur durch die besten Angebote zu sichern, sondern durch ebensolche Kenntnisse der (oft persönlichen und privaten) Wünsche des Anderen (aber auch der Befindlichkeiten, Schwächen). Geht man einmal diesen Weg, unternimmt man eine Gratwanderung zwischen Erfolg und Ehrlichkeit. Denn Gefühle sind unbestechlich und etablieren einen universalen Wahrheitsraum, der nicht weggedeutet werden kann. Alle Gefühle haben irgendwie miteinander zu tun und sind miteinander verbunden. Oftmals durch labyrinthische Kanalsysteme. Diese verborgenen Kausalitäten kann man nur erspüren. Aber sie bestehen.

21

Drogen, Krankheiten, Verbrechen, Gewalt, Kriege sind Anzeichen für Versuche, den Wahrheitsraum umzudeuten, ihm zu entfliehen, ihn zu ignorieren oder neue bzw. andere Ordnungen und Prämissen des Fühlens zu etablieren. Gewalt entsteht, weil die Gefühle missachtet wurden und werden, manchmal auch durch Unkenntnis in großem Stil. Der beste Weg, diese Gewalt zu neutralisieren, besteht darin, zeitliche Refugien zu schaffen. Würde man ein Moratorium des Handelns, eine Art *Notbremse* akzeptieren, so bestünde die Möglichkeit, diesen negativen Gefühlen zu begegnen. In der Gelassenheit breiten sich die negativen Gefühle aus, ›verdünnen‹ sich, werden thematisierbar.

22

Die alltägliche Wiederholung bei der kapitalistischen Herstellung von Gütern, Dienstleistungen etc. produziert eine normierte Umgangsform der Gefühle mit. Parallel zur standardisierten Warenproduktion entstehen so uniforme, typische Prägungen quer durch die Gesellschaft. Was eine Reservearmee der Gefühle heißt, lässt sich gegenwärtig nicht abschätzen.



23

Jeder Impuls, der gespürt wird, wird zugleich absorbiert, indem er von Antwortbürokratien aufgesogen wird. Medien, Parteien, Bürgersprechstunden sind Formen, gefühlte Inadäquatheit zu absorbieren oder in Wartezeit aufzulösen und die Gefühle durch Ermüdung, Verdeutlichung der Vergeblichkeit einer Veränderung verpuffen zu lassen. Manchmal entstehen so auch Foren, in denen sich Gefühle artikulieren.

24

Was sich wandelt, ist der Aggregatzustand von Gefühlen. Wir haben Einfluss auf die Bedingungen dieses Zustands. Wie Wasser bei einer bestimmten Temperatur unsichtbar wird und bei einer geringfügigen Änderung als Schnee ausflockt, sind auch die Gefühle wandelbar. Aber in ihrer Substanz lassen sie sich nicht verändern. Erfolgreiche Menschen verstehen diese Kristallisationsprozesse.

25

Gefühlsausbrüche lassen sich verhindern durch Ausnahmen, nur werden diese selten gewährt. Man versagt sie eben jenen Menschen oft, die sie benötigten. Ähnlich ist es mit den Leidenschaften, die, weil sie keinen Eingang in das Leben fanden, sich als ein Reservoir von Versagtem, Phantasiertem und Erwartbarem vorstellen lassen. Sie könnten eine Kraftquelle sein.

26

In den neuen Ökonomien erhält die Aufmerksamkeit einen immer größeren Stellenwert. Da die Tageszeit durch feinste Pläne zersetzt ist, entsteht erst durch sie Handeln.

27

Temperamente sind Umgangsformen mit den beschriebenen Gefühlen.