

## »Was ist Identität?«

Mit dieser Frage beschäftigt sich der heutige Beitrag. Gleich vorweg, es ist ein noch eher unbekannter Bereich in der Landschaft der menschlichen Seele. Und keinesfalls vergleichbar mit den Daten in Ihrem Reisepass oder auf Ihrer Kreditkarte. Also worum geht's?

Identität, von der ich Ihnen heute schreibe, und wie ich dieses Thema in einer zweijährigen Ausbildung bei meinem lieben Freund und Lehrer Dr. Peter Orban theoretisch gelernt und praktisch erlebt habe, beinhaltet grundlegend das seelische Sein, welches den Menschen in seinem Innersten zusammenhält. Weiters beruht Identität ebenso auf dem Einverständnis mit der eigenen (Familien-)Geschichte. Dass »alles« an Geschehnissen aus meinem Leben, dem Leben meiner Familie und der Geschichte meiner Vorfahren »dazugehören« darf. Identität ist also kurzum alles, wozu der Mensch sagt: »Das bin ich.«

Gleich vorweg, ein wichtiger Umstand darf nicht unerwähnt bleiben: Jede Identität ist ein Unikat, wobei drei Identitäts-Bausteine jeder Mensch in sich trägt: »mein Vater« (und dessen Sippe), »meine Mutter« (und deren Sippe) sowie »mein Heimatland«.

Weitere Identitätsbausteine finden sich bei jedem Menschen in anderer Gestaltung oder sind eben nicht vorhanden: »meine Geschwister«, »meine körperliche Unversehrtheit«, »mein Beruf«, »meine (Haus-) Tiere«, »meine Partnerschaften«, »meine Kinder«, »meine möglichen Kinder« (die ich nie hatte, aber wollte), »meine abgetriebenen Kinder«, »meine Freunde«, »meine Hobbies«, »meine Reisen«, »meine sportlichen Aktivitäten«, »meine Nahrungsvorlieben«, »meine körperliche Erscheinung« (nackt und angezogen).

Beliebige Identitätsbausteine können sein: »mein Rauchen«, »der Alkohol«, »meine Drogen«, »meine Zugehörigkeit zu einer Religion«, »meine politischen Überzeugungen«, »mein Alter« (und die Lüge über das Alter), »meine Präferenz für Körperschmuck« (Mode, Haarschnitt, Tattoos, Piercing, etc.), »meine Geschlechtsidentität« (Weiblichkeit, Männlichkeit).

Die oben genannten Beispiele stellen nur einen kleinen Ausschnitt dar, welche Anteile Identität enthalten kann, jedoch mögen sie ausreichend sein, um das Thema Identität ein bisschen transparent zu machen. Der Leser wird sich in einigen mehr oder weniger wiedererkennen und in anderen gar nicht. Warum? Weil wie bereits erwähnt jede Identität ein Unikat ist. Die Identität meines Nachbarn ist eine andere als meine.

Beispiel: eine schwere Krankheit (von Kind an) verhindert den Identitätsbaustein »meine sportlichen Aktivitäten« oder »meine Reisen« oder wegen Unfruchtbarkeit steht der Identitätsbaustein »meine möglichen Kinder« (die ich nie hatte, aber wollte) in diesem Leben nicht zur Verfügung.

Tritt nun in diesem (seelischen) Identitätskonstrukt ein Verlust ein, so ist dies vergleichbar mit einem Baukasten, wie in Kinder zum Spielen verwenden, in dem ein oder mehrere Bausteine fehlen - er ist nicht mehr komplett! Da jeder Identitätsbaustein eine Verbindung zu ... hat, fehlen nun diese (Ver-) Bindungen, die vorher zu meinem Leben, zu meinem (Mensch-)Sein gehört haben und aus denen ich Kraft fürs Leben schöpfte.

Zurück zu unserem Bild vom Baukasten. Ist der Baukasten komplett, haben alle Bausteine ihren Platz in diesem Kasten. Der Autor dieser Zeilen besaß als Kind einen Holzbaukasten, einen sogenannten »Matador«. Mit diesen Holzklötzchen konnte man viele Bauwerke errichten.

Und es geschah damals, dass nach dem Spielen beim Einräumen Bauklötze fehlten. Tränen flossen und die Traurigkeit über das Verlorene war groß. Noch größer war die Freude, als einer meiner Freunde wenig später ein kleines Bauwerk zurückbrachte, welches genau aus den fehlenden Bauklötzen bestand.

Nun, was will uns diese kleine Erzählung vermitteln? Welche Auswirkungen hat es für den Menschen, wenn er z.B. den Baustein »Meine Arbeit« (die ihm Sinn vermittelte), verliert. Oder es kommt ihm der Baustein »20 Ehejahre« abhanden. Oder er verliert beide Bausteine fast zu gleicher Zeit - er wird von einem Arbeitgeber im Alter von fünfzig Jahren gekündigt und seine geliebte Frau stirbt ein paar Tage später.

Eine Mutter verliert ihr (ungeborenes) Kind durch einen Unfall. Oder ein betagter Mensch verliert sein geliebtes Haustier. Die Kinder verlassen das Haus, und nicht nur das Nest, sondern auch das Leben ist ab jetzt für die zurückbleibenden Eltern leer. Was bedeutet solch ein Verlust für die Identität und das Leben des betroffenen Menschen?

Wie verhält es sich mit jenen Identitätsbausteinen, die nicht an der Oberfläche, sondern sozusagen in meiner Identität tiefer eingebettet sind? Also bei jenen Bausteinen, bei denen der Verlust nicht sofort und ebenso heftig spürbar ist wie in unseren obigen Beispielen mit der Arbeit, der Ehe, den Kindern und dem geliebten Haustier?

Als Bild eine Abtreibung, die bereits viele Jahre zurückliegt, jedoch von den Beteiligten, aus welchen Gründen auch immer, nicht geschaut werden kann, »nicht da sein darf!« Nun, hier macht sich das Fehlende nur von Zeit zu Zeit bemerkbar, aber es macht sich bemerkbar. Als Bild: Jedes Jahr nähert sich der damalige Zeitpunkt dieses Geschehens (der Abtreibung) und macht auf sich (auf seine Weise) aufmerksam.

Verliert der Mensch Bausteine seiner Identität äußert sich das in der Aussage »Das bin nicht (mehr) ich!«, oder er leidet darunter, nicht mehr »komplett« zu sein. Das Leben ändert sich (grundlegend) nach solchen Verlusten. Auch wenn hier solche Ereignisse nur in oberflächlicher Form beschrieben werden können, hinterlassen diese tiefe Wunden in der Seele des Betroffenen. Das Leben verliert sein buntes Kleid und es malt ab nun die Tage grau in grau.

Fehlende Identitätsbausteine sind vergleichbar mit (lebendigen) Kraftpotentialen, welche nun nicht mehr zur Verfügung stehen. Unweigerlich tauchen Fragen auf: »Was bleibt von mir (übrig), wenn ein oder mehrere Bausteine meiner Identität sich aus meinem Leben (aus welchen Gründen auch immer) sozusagen »verabschieden« oder »beschädigt« werden? Wieviel muss ein Mensch verlieren, um nicht mehr er selbst zu sein?

Zum besseren Verständnis: Sie gehen in Pension, Ihre Partnerschaft »geht den Bach runter«, die Kinder gehen aus dem Haus, das Alter »plagt« Sie, Ihr geliebtes Tier und treuer Gefährte »geht«, Sie können Ihren Lieblingssport (z.B. aus gesundheitlichen Gründen) nicht mehr ausüben, Sie müssen Ihre vertraute Wohnung oder Ihren geliebten Garten verkaufen, usw. Da »verschwinden« Teile Ihrer Identität sozusagen manchmal von heute auf morgen!

In der Beratung »fahnden« wir nach solchen beschädigten oder verschwundenen Identitätsbausteinen und erarbeiten individuelle Möglichkeiten um das Gleichgewicht in Ihrer Seelenlandschaft wiederherzustellen.