Max Lüscher

Das ethische «Gesetz in mir»

Die Basis der psychosomatischen Therapie

Platon hat versucht, «das höchste Gut» zu definieren. Aristoteles hat es als Ethik erstmals ausführlich behandelt. Seither bildet die Ethik ein Hauptthema der Philosophie. Kant definiert sie als «das moralische Gesetz in mir». Auch Spinoza und in jüngerer Zeit Nikolai Hartmann (1882–1951) waren überzeugt, dass sich die Ethik ebenso beweisen lasse wie die Gesetze der Geometrie.

Mit der Einführung der logischen Kategorien der Regulations-Psychologie wurde es möglich, «das Gesetz in mir» logisch zu beweisen.

Das psycho-physiologische Regulationssystem, das wir «Psyche» nennen, reguliert mit drei logisch begründeten Polaritäten die Emotionen und Motivationen (Thalamus, limbisches Zwischenhirn und Amygdala). Jede der drei Polaritäten besteht aus zwei gegensätzlichen Kategorien. Diese 6 Kategorien sind:

- direktiv (bestimmend) gegenüber rezeptiv (aufnehmend)
- konstant (bleibend) gegenüber variabel (wechselnd)
- integrativ (verbindend) gegenüber separativ (trennend)

Aus der Kombination dieser 6 Kategorien ergeben sich die vier logisch begründeten, normalen Selbst-Gefühle. Diese vier normalen Selbstgefühle sind die Voraussetzung zur psychosomatischen Gesundheit:

- Die **Selbst-Achtung** (direktiv, konstant, separativ).
- Das **Selbst-Vertrauen** (direktiv, variabel, integrativ).
- Die **innere Zufriedenheit** (rezeptiv, konstant, integrativ).
- Die **innere Freiheit** (rezeptiv, variabel, separativ).

Wer in den normalen Selbst-Gefühlen lebt, verhält sich anderen gegenüber normal, also ethisch. Die 6 Kategorien begründen die 6 ethischen Normen.

- Die Kategorie direktiv entspricht der Verantwortung.
- Die Kategorie rezeptiv entspricht der Toleranz.
- Die Kategorie konstant entspricht der Aufrichtigkeit.
- Die Kategorie variabel entspricht der Aufgeschlossenheit.
- Die Kategorie integrativ entspricht dem Wohlwollen.
- Die Kategorie separativ entspricht der Gerechtigkeit.

Beispiel 1: Die Kategorie rezeptiv

Die Selbstgefühle: Innere Freiheit und innere Zufriedenheit sind beide rezeptiv. Die innere Freiheit ist offen und fähig etwas zuzulassen. Die innere Zufriedenheit ist bescheiden und duldsam. Diese beiden rezeptiven Selbstgefühle sind die Voraussetzung für das ethische Verhalten der Toleranz.

Beispiel 2: Die Kategorie integrativ

Die Selbstgefühle innere Zufriedenheit und Selbst-Vertrauen sind beide integrativ. Bei innerer Zufriedenheit ist man bescheiden und verständnis-bereit. Wer Selbst-Vertrauen hat, ist fähig sich zu engagieren und zu helfen. Diese beiden integrativen Selbstgefühle sind die Voraussetzung für das ethische Verhalten, das Wohlwollen. «Benevolence» ist von englischen und amerikanischen Philosophen (z.B. Butler, Hume, Smith und James, Dewey) für das Kriterium der Ethik gehalten worden).

Beispiel 3: Die Kategorie separativ

Die Selbstgefühle Selbst-Achtung und

innere Freiheit sind beide separativ. Wer Selbst-Achtung hat, verhält sich wahrhaftig und will objektiv urteilen. Wer sich innerlich frei fühlt, ist offen und kann unabhängig urteilen. Das sind die Voraussetzungen für die ethische Norm der Gerechtigkeit.

Die kategorial begründeten, vier normalen Selbst-Gefühle und die mit diesen Kategorien begründeten ethischen Normen bilden die Voraussetzung für die psychosomatische Gesundheit. Darum ist es das Ziel aller Psychotherapie, diese normalen Selbstgefühle herzustellen. Die psychosomatische Therapie soll den Patienten in den Zustand dieser Selbstgefühle versetzen (durch mentale oder durch psycho-physiologische Methoden).

Die Test-Farben der **Lüscher-Color-Diagnostik** wurden nach denselben Kategorien ausgewählt. Darum deckt die Farbenwahl des Patienten den Zustand seines Selbstgefühls und den psychosomatischen Status auf.

Die normalen Selbstgefühle und das durch sie entstehende ethische Verhalten sind in dem kategorial regulierenden «Gesetz in mir» begründet. Das gilt für jedes Lebewesen, das ein «schlechtes Gewissen» haben kann.

Ohne die kategoriale Gesetzmässigkeit, ohne dieses rigorose «Gesetz in mir», wäre Psychotherapie überhaupt nicht möglich. Sie bestünde aus willkürlichen Auslegungen und sogar schädlichen Unterstellungen.

Literatur

Lüscher Max: Das Harmoniegesetz in uns. Ullstein Verlag, 2005

Anschrift des Autors:

Prof. Dr. Max Lüscher
Institut für med. Psychodiagnostik
Kreuzbuchrain 14, CH-6006 Luzern