

Der Mut

Die zweite Voraussetzung für solche Einsicht ist die Furchtlosigkeit. Wer Angst hat vor dem, was die Wirklichkeit ans Licht bringt, legt Scheuklappen an. Und wer Angst hat vor dem, was andere Leute denken und tun, wenn er sagt, was er wahrnimmt, der verschließt sich weiterer Einsicht. Und wer als Therapeut Angst hat, sich der Wirklichkeit eines Klienten zu stellen, zum Beispiel der Wirklichkeit, dass ihm nur wenig Zeit bleibt, vor dem bekommt der andere Angst, weil er sieht, dass der Therapeut dieser Wirklichkeit nicht gewachsen ist.

Der Einklang

Absichtslosigkeit und Furchtlosigkeit ermöglichen den Einklang mit der Wirklichkeit, wie sie ist, auch mit ihrer Angst machenden, überwältigenden und furchtbaren Seite. Daher ist der Therapeut im Einklang mit Glück und Unglück, Unschuld und Schuld, Gesundheit und Krankheit, Leben und Tod. Doch gerade aus diesem Einklang gewinnt er die Einsicht und Kraft, sich auch dem Schlimmen zu stellen und es manchmal im Einklang mit dieser Wirklichkeit auch zu wenden. Auch dazu erzähle ich eine Geschichte:

Ein Jünger wandte sich an einen Meister: „Sage mir, was Freiheit ist!“

„Welche Freiheit?“ fragte ihn der Meister.

„Die erste Freiheit ist die Torheit. Sie gleicht dem Ross, das seinen Reiter wiehernd abwirft. Doch um so fester spürt es nachher seinen Griff.“

Die zweite Freiheit ist die Reue. Sie gleicht dem Steuermann, der nach dem Schiffbruch auf dem Wrack zurückbleibt, statt dass er in ein Rettungsboot steigt.

Die dritte Freiheit ist die Einsicht. Sie kommt nach der Torheit und der Reue. Sie gleicht dem Halm, der sich im Winde wiegt und, weil er, wo er schwach ist,

Der Jünger fragte: „

*Darauf der Meister:
Wahrheit ihrer Seele
sie. Wie die Natur k
Spieler ersetzt sie la
denken lässt, gewäl
Fluss den Schwimme
Kraft ans Ufer.“*

Bert Hellinger
Ordnungen
der Liebe
6. Auflage, 2000

Philosophische Phänomenologie

Ich möchte nun etwas sagen über die philosophische und die psychotherapeutische Phänomenologie. Bei der philosophischen Phänomenologie geht es darum, aus der Fülle der Phänomene das Wesentliche wahrzunehmen, indem ich mich ihnen vollständig, gleichsam mit meiner größten Fläche, aussetze. Dieses Wesentliche taucht aus dem Verborgenen plötzlich auf wie ein Blitz, und immer geht es weit über das hinaus, was ich mir ausdenken oder, ausgehend von Prämissen oder Begriffen, logisch erschließen kann. Dennoch ist es nie vollständig. Es bleibt von Verborgenem umhüllt, so wie jedes Sein vom Nicht. Auf diese Weise habe ich die wesentlichen Aspekte des Gewissens erfasst, zum Beispiel, dass es wie ein systemisches Gleichgewichtsorgan wirkt, mit dessen Hilfe ich sofort wahrnehmen kann, ob ich mich im Einklang mit dem System befinde oder nicht. Ob das, was ich tue, mir die Zugehörigkeit bewahrt und sichert oder ob es meine Zugehörigkeit gefährdet und aufhebt. Daher bedeutet gutes Gewissen in diesem Zusammenhang nur: Ich darf mir sicher sein, dass ich noch dazugehöre. Und schlechtes Gewissen bedeutet: Ich muss befürchten, dass ich nicht mehr dazugehören darf. Daher hat das Gewissen wenig mit allgemeingültigen Gesetzen und Wahrheiten zu tun, sondern es ist relativ und ändert sich von Gruppe zu Gruppe.

Auf gleiche Weise habe ich auch erkannt, dass das Gewissen völlig anders reagiert, wenn es nicht, wie gerade beschrieben, um das

Recht auf Zugehörigkeit geht, sondern um den Ausgleich von Geben und Nehmen, und dass es nochmals anders reagiert, wenn es über die Ordnungen des Zusammenlebens wacht. Jede dieser unterschiedlichen Funktionen des Gewissens wird von ihm durch unterschiedliche Gefühle von Unschuld und Schuld gesteuert und durchgesetzt.

Der wichtigste Unterschied aber, der sich dabei gezeigt hat, war der von gefühltem und verborgenem Gewissen. Es zeigt sich nämlich, dass wir gerade dadurch, dass wir dem gefühlten Gewissen folgen, gegen das verborgene Gewissen verstoßen und, obwohl wir uns nach dem gefühlten Gewissen unschuldig fühlen, ahndet das verborgene Gewissen diese Tat wie Schuld. Der Gegensatz zwischen diesen Gewissen ist die Grundlage jeder Tragödie, und das heißt im Grunde nichts anderes, als jeder Familientragödie. Er führt zu den tragischen Verstrickungen, die in Familien zu schweren Krankheiten führen und zu Unfällen und Selbstmord. Dieser Gegensatz ist auch verantwortlich für viele Beziehungstragödien, wenn eine Beziehung zwischen Mann und Frau trotz großer gegenseitiger Liebe zerbricht.

Psychotherapeutische Phänomenologie

Diese Einsichten waren aber nicht allein über die philosophische Wahrnehmung und die philosophische Anwendung des phänomenologischen Erkenntnisweges zu gewinnen. Dazu brauchte es noch einen anderen Zugang, den ich Wissen durch Teilhabe nenne. Dieser Zugang eröffnet sich über das Familien-Stellen, wenn es auf phänomenologische Weise geschieht.

Beim Familien-Stellen wählt ein Klient aus den Teilnehmern einer Gruppe willkürlich Stellvertreter für sich und die anderen bedeutsamen Mitglieder seiner Familie, zum Beispiel für Vater, Mutter und die Geschwister. Dann stellt er sie gesammelt räumlich in Beziehung zueinander. Durch diesen Vorgang kommt plötzlich etwas ans Licht, was ihn überrascht. Das heißt, dass er im Vorgang des Aufstellens mit einem Wissen in Berührung kam, das ihm vorher verschlossen war. Zum Beispiel hat mir ein Kollege vor kurzem erzählt, dass bei einer Aufstellung deutlich wurde, dass die Klientin eine frühere Freundin ihres Vaters vertreten muss. Sie fragte beim Vater nach und

bei Verwandten, aber alle versicherten ihr, dass sie damit falsch liege. Einige Monate danach erhielt ihr Vater einen Brief aus Weißrussland. Eine Frau, die während des Krieges seine große Liebe war, hatte lange nach seiner Adresse geforscht und sie jetzt erst ausfindig gemacht.

Das ist aber nur die eine Seite, die Seite des Klienten. Eine andere ist, dass die Stellvertreter, sobald sie aufgestellt sind, wie die Personen fühlen, die sie vertreten. Sie bekommen manchmal auch deren Körpersymptome. Ich habe sogar erlebt, dass sie den Namen dieser Person innerlich hören. All dies wird erlebt, ohne dass die Stellvertreter von der Familie mehr wissen, als wen sie vertreten. Es zeigt sich also beim Familien-Stellen, dass zwischen dem Klienten und den Mitgliedern seines Systems ein wissendes Kraftfeld wirkt, das Wissen ohne äußere Vermittlung allein durch Teilhabe ermöglicht, und, was noch überraschender ist, dass auch die Stellvertreter, die ja mit dieser Familie sonst nichts zu tun haben und von ihr auch nichts wissen können, an dieses Wissen und an die Wirklichkeit dieser Familie angeschlossen sein können.

Das Gleiche gilt natürlich auch und in besonderem Maße für den Therapeuten. Voraussetzung ist allerdings, dass sowohl der Therapeut als auch der Klient und die Stellvertreter bereit sind, sich ohne Absicht und ohne Furcht, ohne Rückgriff auf eine frühere Theorie oder Erfahrung sich der hier ans Licht drängenden Wirklichkeit zu stellen, und ihr zustimmen so, wie sie ist. Das aber ist die auf die Psychotherapie angewandte phänomenologische Haltung. Auch hier wird die Einsicht durch Verzicht gewonnen, durch die Zurücknahme von Absicht und Furcht und durch die Zustimmung zur Wirklichkeit, wie sie sich zeigt. Ohne diese phänomenologische Haltung, also ohne die Zustimmung zu dem, was sich zeigt, ohne es übertreiben oder abschwächen oder deuten zu wollen, bleibt das Familien-Stellen vordergründig, geht leicht in die Irre und hat wenig Kraft.

Die Seele

Erstaunlicher noch als dieses durch Teilhabe vermittelte Wissen ist, dass dieses wissende Feld oder, wie ich es lieber nenne, diese den Einzelnen übersteigende und ihn steuernde wissende Seele, Lösun-

gen sucht und findet, die weit über das hinaus reichen, was wir uns ausdenken können, und die eine viel weiter reichende Wirkung haben, als dies unserem planenden Handeln möglich ist. Das wird am deutlichsten in solchen Aufstellungen, bei denen der Therapeut die äußerste Zurückhaltung übt, indem er zum Beispiel wichtige Personen aufstellt und diese dann ohne irgend eine Vorgabe dem überlässt, was sie wie eine unwiderstehliche Macht von außen ergreift, und die dann zu Einsichten und Erfahrungen führt, die anderweitig unmöglich erscheinen.

Zum Beispiel habe ich vor kurzem in der Schweiz, als ein Mann nach der Aufstellung seiner Gegenwartsfamilie sagte, er habe noch nachzutragen, dass er Jude sei, sieben Stellvertreter für Opfer des Holocaust nebeneinander gestellt. Danach habe ich sieben Stellvertreter für die Mörder hinter sie gestellt und die Opfer sich zu ihnen umdrehen lassen. Danach lief etwa eine Viertelstunde lang wortlos ein unglaublicher Prozess zwischen ihnen ab. Dieser machte deutlich, dass es so etwas wie ein unvollendetes und ein vollendetes Sterben gibt und dass für Opfer und Täter das Sterben erst vollendet ist, wenn sie im Tod zueinander finden und beide sich als von einer über ihnen wirkenden Macht gleichermaßen bestimmt und gesteuert und am Ende in ihr aufgehoben erfahren.

Religiöse Phänomenologie

Hier wird die Ebene der Philosophie und der Psychotherapie von einer anderen, umfassenderen abgelöst, auf der wir uns einem größeren Ganzen ausgeliefert erfahren, das wir als ein übergreifendes Letztes anerkennen müssen. Man könnte sie die religiöse oder die spirituelle Ebene nennen. Doch auch hier bleibe ich bei der phänomenologischen Haltung, ohne Absicht, ohne Furcht, ohne Vorgaben, rein bei dem, was sich zeigt. Was das für die religiöse Einsicht und den religiösen Vollzug bedeutet, beschreibe ich in einer dritten Geschichte.

Die Umkehr

Jemand wird hineingeboren in seine Familie, seine Heimat und Kultur, und schon als Kind hört er, wer einst ihr Vorbild war, ihr Lehrer und ihr Meister, und er spürt die tiefe Sehnsucht, so zu werden und zu sein wie dieser.

Er schließt sich Gleichgesinnten an, übt sich in jahrelanger Zucht und folgt dem großen Vorbild nach, bis er ihm gleich geworden ist und denkt und spricht und fühlt und will wie er.

Doch eines, meint er, fehle ihm. Er macht er sich auf einen weiten Weg, um in der fernsten Einsamkeit die letzte Grenze vielleicht zu überschreiten. Er kommt an einen Ort, die längst verlassen sind. Nur wenige alte, hohe Bäume tragen jährlich Früchte. Nur ein Stein fällt, weil keiner da ist, der ihn fängt.

Schon bald findet er die Quelle. Ihm ist, als sei hier jede Richtung gleich. Er geht vor, wie er manchmal vor sich sieht, erkennt er nicht, wie es ihn nach vorne treibt, und als er seine Quelle gefunden hat, sieht er vor sich die Quelle. Sie sprudelt aus der Erde und versickert schnell. Dort aber, wo ihr Wasser hinreichend ist, verwandelt sich die Wüste in ein Paradies.

Als er dann um sich schaut, sieht er zwei Fremde kommen. Sie hatten es genau wie er gemacht. Sie waren ihrem Vorbild nachgefolgt, bis sie ihm gleich geworden waren. Sie hatten sich, wie er, auf einen weiten Weg gemacht, um in der Einsamkeit der Wüste auch eine letzte Grenze vielleicht zu überschreiten. Und sie fanden, so wie er, die Quelle. Zusammen beugen sie sich nieder, trinken von dem gleichen Wasser und glauben sich schon fast am Ziel. Dann nennen sie sich ihre Namen: „Ich heiße Gautama, der Buddha.“ – „Ich heiße Jesus, der Christus.“ – „Ich heiße Mohammed, der Prophet.“

Dann aber kommt die Nacht, und über ihnen strahlen, wie eh und je, unnahbar fern und still die Sterne. Sie werden alle stumm, und einer von den dreien weiß sich dem großen Vorbild nah, wie nie zuvor. Ihm ist, als könne er, für einen Augenblick, errahnen, wie es ihm ergangen war, als er es wusste: die Ohnmacht, die Vergeblichkeit, die Demut. Und wie es ihm ergehen müsste, wüsste er auch um die Schuld.