

Gemeinsame Aspekte von Psychotherapie und Seelsorge

■ M. Lansel

Zürich

Einleitung

Noch heute begegnen zahlreiche Christen unterschiedlichster Konfession und Denomination der Psychiatrie bzw. Psychotherapie mit Vorbehalt. Besonders tiefenpsychologische Verfahren, welche die menschliche Seele auszuleuchten beanspruchen, stehen im Verdacht, dem Menschen gesetzte Grenzen zu missachten. Diese Einstellung ist nicht schon gleich als Widerstand zu deuten¹. Sie kann durchaus als Ausdruck des Respekts vor dem Sinnvollen und Notwendigen gegenüber allem Machbaren gewertet werden. Schon in der Zurückhaltung Goethes, in ein Mikroskop zu schauen, also sich eines anderen als des ihm von der Natur verliehenen Auges zu bedienen, lässt sich eine ähnlich kritische Haltung erkennen. Sie nimmt – vergleichbar mit der Debatte über Kernspaltung und Gentechnologie – die Gefahr des Machtmissbrauches und der unabschätzbaren Folgen besonders ernst.

Der Protest des Protestantismus und der Psychologie

Aus protestantischer Sicht wurde bereits in der ersten Hälfte des letzten Jahrhunderts durch Eduard Thurneysen Kritik gegenüber der Psychoanalyse geäußert. Durch seine Unterscheidung zwischen «*Menschenkenntnis*» und «*Menschenverständnis*» ([1], S. 108) wurde der seiner Ansicht nach stark mechanistischen Sicht der Psychoanalyse ein ganzheitliches Menschenbild gegenübergestellt. «Die Anthropologie» – so Thurneysens Schlussfolgerung – «kann weder rein geistlich, noch rein medizinisch-biologisch entworfen werden. Denn der Mensch ist, und zwar der gesunde wie der kranke [...], nach Seele und Leib ein Ganzes» ([1], S. 118). Auch weiss sich der religiöse Mensch einer *unbedingten* Anrede gegenüber verantwortlich. Deshalb erschliesst sich ihm etwa die *Gewissensnot* nicht nur als wertneutraler intrapsychischer Konflikt zwischen Über-Ich und Es oder als Resultat eines Selbstorgani-

sationsprozesses, sondern auch in einer theologisch-ethischen Dimension². Doch auch aus den Reihen der Psychologie begann sich Widerstand gegenüber einzelnen Konzepten der Psychoanalyse und den Anfängen der Verhaltenstherapie zu regen. Dies sollte zur Entwicklung der sog. «humanistischen Psychotherapiemethoden» (vgl. [2], S. 61) führen. Hierzu gehört unter anderem die von Carl Rogers begründete «klientenzentrierte Psychotherapie» ([3], S. 18) die zwischen 1938 und 1950 entwickelt wurde. «Man hatte der Bezeichnung «Patient» die Bezeichnung «Klient» vorgezogen, um» den Aspekt der Zusammenarbeit zu betonen ([3], S. 18).

Dem gleichen Anliegen weiss sich auch die «Zwei-Personen-Psychologie» des ungarischen Psychoanalytikers Michael Balint verpflichtet. In seinem 1957 erschienenen Buch «Der Arzt, sein Patient und die Krankheit» [4] unterstreicht er, wie wichtig «eine freie Atmosphäre gegenseitigen Austauschs» (S. 18), ein partnerschaftliches Miteinander sei, in dem sich «der Therapeut [...] aktiv um das Vertrauen des Patienten bemühen» (S. 7) soll. Und auch in der Daseinsanalyse sieht der Therapeut im Patienten kein Objekt, sondern einen Partner, mit dem er in der *Begegnung* verbunden ist (vgl. [2], S. 95). Schliesslich soll hier auch die «*médecine de la personne*» des Genfer Internisten Paul Tournier mit seinen legendären Kaminfeuergesprächen erwähnt werden.

Besonders fruchtbar erweisen sich im Blick auf die Seelsorge die Anschauungen des oben genannten Carl Rogers. Sie sollen deshalb im nächsten Abschnitt genauer untersucht werden.

Die zwischenmenschliche Beziehung: das tragende Element in der Psychotherapie und Seelsorge

Carl Rogers hat sich ausführlich damit befasst, welche Elemente in einer Psychotherapie die persönliche Weiterentwicklung eines Klienten besonders begünstigen. In seinem bedeutenden Buch «Therapeut und Klient» [3] äussert er eine Überzeugung, «die aus Jahren praktischer Arbeit mit Menschen erwachsen ist und die in zunehmendem Masse durch empirische Befunde Bestätigung findet. Sie besagt, dass in den verschiedensten Berufen, bei denen es um die Beziehung zu Menschen geht [...], die Beschaffenheit der zwischenmenschlichen

Beziehung [...] als wichtigstes Element den Erfolg bestimmt» ([3], S. 211).

Rogers beschreibt in seinem Buch detailliert die «einstellungs- und erlebnismässigen Elemente beim Therapeuten, die in der Beziehung ein wachstumsförderndes Klima schaffen» ([3], S. 212). Es sind dies: *Kongruenz*, *Empathie* und *Wertschätzung oder positive Zuwendung*.

Sie sollen nachfolgend beschrieben werden.

1. *Kongruenz*: Nach Rogers wird «eine persönliche Weiterentwicklung begünstigt [...], solange der Therapeut lebt, was er wirklich *ist*, wenn er in seiner Beziehung mit dem Klienten echt und ohne Fassade bleibt, also ganz offen Gefühle und Einstellungen lebt, die ihn im Augenblick bewegen [...]. Das heisst, er begibt sich in eine unmittelbare persönliche Begegnung mit seinem Klienten, indem er ihm von Person zu Person entgegentritt. Es bedeutet, dass er gänzlich *er selbst ist* und sich nicht verleugnet» ([3], S. 213). Rogers weiss, dass er einen unerreichbaren Idealzustand anspricht. Doch «die Wahrscheinlichkeit für eine Veränderung innerhalb der Persönlichkeit des Klienten» besteht «um so eher, je echter der Therapeut in der Beziehung ist und je stärker er mit sich selbst übereinstimmt [...]. Man muss sich jedoch fragen, ob es stets nützlich ist, echt zu sein. Was tun, wenn man negative Gefühle hat? Wie soll sich der Therapeut verhalten, wenn er gegenüber dem Klienten Ärger, Langeweile oder Ablehnung ver-

1 Im folgenden Psalmwort dürfte diese Haltung wohl am treffendsten ihren Ausdruck finden: «Tue mir kund, o Herr, [...], dass ich erkenne, wie [...] ich bin» (Psalm 39,5). In Ergänzung zum delphischen Imperativ («erkenne dich selbst») als Appell zur individuellen Selbstsuche strebt der glaubende Mensch in der Selbstfindung eine dialogische Beziehung zur Erkenntnisquelle selbst an, zu einem Du oder einer transzendenten Dimension, die über die eigene Erfahrungswirklichkeit hinausweist.

Das griechische Wort für Glaube (πίστις) leitet sich von der Wurzel πττ (sich überzeugen lassen) ab.

2 Kaum jemand hat dies eindringlicher zum Ausdruck gebracht als F. M. Dostojewskij in seinem Roman *Schuld und Sühne*.

Korrespondenz:

Dr. med. Michel Lansel
FMH Psychiatrie und Psychotherapie
Ulrichstrasse 22
CH-8032 Zürich
e-mail: milan.hedwig@bluwin.ch

spürt? Meine vorläufige Antwort lautet, dass es für den Therapeuten auch bei solchen Gefühlen, die wir ja alle hin und wieder haben, vorzuziehen ist, real (im Sinne von echt) zu bleiben, statt eine Fassade aus Interesse, Anteilnahme und Zuwendung aufzurichten, während er in Wirklichkeit gar nicht so empfindet» ([3], S. 213–4).

2. *Empathie*: «Die zweite wesentliche Bedingung der therapeutischen Beziehung besteht [...] darin, dass der Therapeut ein präzises einführendes Verstehen für die persönliche Welt des Klienten entwickelt und er fähig ist, von den Fragmenten des so Verstandenen einiges Wesentliche mitzuteilen. Die innere Welt des Klienten mit ihren ganz persönlichen Bedeutungen so zu verspüren, als wäre sie die eigene (doch ohne die Qualität des «als ob» zu verlieren), das ist Empathie und das scheint mir das Wesentliche für eine wachstumsfördernde Beziehung zu sein [...]. Diese höchst sensible Einfühlung ist wichtig, um es einem Menschen zu ermöglichen, dass er sich selber nahekommt, dass er lernt, sich wandelt und entwickelt» ([3], S. 216). Auch hier folgt allerdings die Relativierung: «Keiner von uns kann ständig ein derartiges Einfühlungsvermögen aufrechterhalten [...], genauso, wie wir kaum jemals eine umfassende Übereinstimmung mit uns selbst erreichen, aber man kann sich zweifellos in diese Richtung entwickeln» ([3], S. 217).

Schon in den Evangelien begegnet uns das Phänomen der Empathie. Zwei Beispiele eines gelungenen empathischen Dialogs stellen etwa die Gespräche zwischen Jesus und Nikodemus (Joh 3,1–21) bzw. der Samariterin (Joh 4,4–26) dar. Auch wenn es sich um historisierte erzählerische Kompositionen handelt, stellen sie Zeugnisse grosser, einfühlsamer und fließender kommunikativer Kraft dar. Interessanterweise findet sich in den Evangelien Empathie nur bei Jesus und den uns in den Gleichnissen entgegengebrachten Gestalten. Als Beispiel ist etwa das fürsorgliche Handeln des barmherzigen Samariters (Lk 10,25–37) zu nennen. Hier zeigt sich, dass der Empathie nicht nur ein Gefühl zugrunde liegt, sondern, dass sie auch einen Denkkakt voraussetzt, aus dem erst die konkrete Liebestat hervorzugehen vermag.

3. *Wertschätzung oder positive Zuwendung*: Dies ist nach Rogers die dritte Bedingung, die einen therapeutischen Prozess begünstigt. Die «Hypothese lautet hier, dass um so eher eine Weiterentwicklung eintritt, je ausgeprägter der Therapeut eine warme, herzige, positive und akzeptierende Haltung gegenüber den Vorgängen im Klienten einnimmt. Dies bedeutet, dass er den Klienten als Persönlichkeit schätzt, und zwar etwa mit jener Gefühlsqualität, die Eltern für ihr eigenes Kind empfinden, wenn sie es als Persönlichkeit, ungeachtet seines augenblicklichen Verhaltens, anerkennen [...]. Es bedeutet eine Art Liebe zu dem Klienten, so wie er ist; vorausgesetzt, dass wir das Wort Liebe entsprechend dem theologischen Begriff Agape verstehen und nicht in seiner romantischen oder besitzergeriefenden Bedeutung» ([3], S. 218).

Das gemeinsame Menschenbild in Seelsorge und Psychotherapie

Hier gilt es einen Augenblick innezuhalten – es kann keinen Zweifel darüber geben, dass die obengenannten Bedingungen nicht nur für die psychotherapeutische, sondern auch für die seelsorgerische Beziehung gelten. Mehr noch: Sie sind in einem noch weiteren Rahmen zu sehen als nur gerade im Kontext helfender Berufe. Die Förderung der persönlichen Entwicklung auf dem Boden einer vertrauensvollen Beziehung ist ein ubiquitäres und grundlegendes menschliches Phänomen. Rogers selbst rückt die Wertschätzung – wie oben dargelegt – nahe an den theologischen Begriff der Agape, womit die Psychotherapie gewissermassen Anleihe bei der Theologie macht. Die Psychologie Rogers' ist von einem Menschenbild geprägt, das sich in seinem Grundanliegen in vielen Religionen wiederfindet. Etwa in der Bergpredigt und in zahlreichen Gleichnissen der Evangelien. Auch im universalen Mitleidsgebot des Mahayana-Buddhismus – namentlich im Lotos-Sutra. (Nur wenige wissen, dass sowohl Buddhismus wie auch Christentum ein Gleichnis vom verlorenen Sohn mit vielen inhaltlichen Berührungspunkten kennen.) Schliesslich ist der Appell zu Hingabe und Nächstenliebe im hinduistischen Mahabharata-Epos zu nennen³.

Gleichzeitig geht aber auch die Theologie einen entscheidenden Schritt auf die Psychotherapie zu, wenn sie – wie Wilhelm Gräb – von der «Entsubstantialisierung herkömmlicher theologischer bzw. biblischer Begriffe wie Verkündigung, Gesetz, Sünde, Evangelium, Gnade usw.» ([6], S. 326) spricht. «Entsubstantialisierung meint, dass der Bedeutungsgehalt dieser theologischen Begriffe strikt auf die Funktion hin verstanden wird [...]. Diese Begriffe [...] stehen insofern nicht für eine andere, göttliche, geistliche oder kirchliche Wirklichkeit, die von der menschlichen Erfahrungswirklichkeit substantiell unterschieden wäre [...], sondern für eine andere Sicht, eine andere Deutung dieser Wirklichkeit [...]. Die Theologie ist, wie alle anderen Kulturwissenschaften auch, eine hermeneutische Disziplin, der es um das Verstehen der Welt der Menschen in der Perspektive ihres Erlebens und Handelns geht» ([6], S. 326).

Dieses Verstehen weist auf eine Beziehungsdimension hin, die das Angenommensein – theologisch auch als Gnade bezeichnet – zum primären und eigentlichen Anliegen jeder Seelsorge erhebt. Ein Anliegen, das auch in der Psychotherapie entscheidende Bedeutung erlangen sollte, wie im folgenden Abschnitt näher erläutert wird.

Das supportive Element in Seelsorge und Psychotherapie

Der Begriff der *supportiven* Psychotherapie wurde «zu Beginn der 50er Jahre vorzüglich im amerikanischen Schrifttum» als «Sammelbezeichnung für eine Reihe von Modifikationen der psychoanalytischen Behandlungstechnik» eingeführt ([7], S. 631).

Daraus entwickelte sich mit der Zeit ein «Komplementärbegriff zur graduellen Abgrenzung [...] von den eher aufdeckenden («uncovering») Verfahren» ([7], S. 631).

Supportive Psychotherapie versteht sich als ein – wie der Name sagt – stützendes und unterstützendes Verfahren, das wesentlich in der Therapeut-Klient-Beziehung gründet. Als sogenannte *unspezifische* Methode unterscheidet sie sich von den *spezifischen*, primär theoriegeleiteten und an eine bestimmte Schule oder Richtung gebundenen Techniken. Ihr liegt – wie Rogers [3] schon früh deutlich gemacht hat – ein anerkanntes und empirisch gut fundiertes Konzept der zwischenmenschlichen Beziehung zugrunde. Neben der Bedeutung *stützend* und *unterstützend* ist im Englischen auch noch der Aspekt der Förderung enthalten [7]. In den romanischen Sprachen, wie etwa im italienischen *soportare*, kommt zudem die Bedeutung von ertragen, erdulden, erleiden zum Ausdruck. Dieser Umstand ist – besonders aus theologischer Sicht – von überragender Bedeutung. In jedem psychotherapeutischen Prozess kann es nämlich immer wieder zu heftig verlaufenden Übertragungsreaktionen kommen. Es ist dabei entscheidend, dass der Therapeut verletzende Äusserungen und Reaktionen erträgt und die Therapie deswegen nicht abbricht, sondern seinem Klienten weiterhin die gebotene Wertschätzung entgegenbringt. Dass er dies tut ist nicht selbstverständlich. Er könnte sich vor Leid und Beleidigung schützen wollen. Die Erfahrung einer tragenden Beziehung, die durch die Wiederholung krisenhafter bis mitunter katastrophaler Kindheitsszenarien zwar belastet, aber in ihrer Kontinuität nicht gefährdet wird, ist für den Therapieerfolg entscheidend.

In Ergänzung zum Freud'schen Begriff der Übertragung wurde von Ludwig Binswanger, dem Begründer der Daseinsanalyse, der Begriff der «Tragung» geprägt (zitiert

3 Es ist bemerkenswert, dass die drei genannten Textgruppen – die Bergpredigt und Gleichnisse gewissermassen als Urgestein christlicher Tradition, das Lotos-Sutra sowie zumindest die Bhagavadgita als Kernstück des Mahabharata-Epos – alle rund um die Zeitenwende, zwischen dem zweiten vor- bzw. nachchristlichen Jahrhundert entstanden sind. Karl Jaspers [5] bezeichnet dies als sekundären Durchbruch der primären Achsenzeit. Letztere ist durch das gleichzeitige, aber voneinander unabhängige Auftreten u.a. mehrerer alttestamentlicher Propheten (zu nennen ist v.a. die Gestalt des leidenden Gottesknechtes bei Jesaja), des historischen Buddha und der älteren Upanishaden gekennzeichnet. Rund um das siebte und sechste vorchristliche Jahrhundert – gleichsam am Übergang vom mythologischen zum logischen Denken – sind auch die vorsokratischen Philosophen Griechenlands sowie die chinesischen Denker Konfuzius und Laotse in Erscheinung getreten.

nach [8]). Gaetano Benedetti hat den Begriff aufgenommen und wie folgt umschrieben: «Tragung hat eine andere Zeitdimension als «Übertragung» [...]. Letztere kann im Verlaufe weniger Tage vollendet sein. Aber die Tragung ist immer ein wirkliches Getragensein über lange Zeitabschnitte hinweg, in den Stunden der positiven und der negativen Übertragung, in den Momenten der Aussichtslosigkeit, durch die leeren Augenblicke und die vielen Klagen der Kranken hindurch. Es vollendet sich dann ein Kreis, der mehr ist als die Summe der Deutungen und Einsichten, und der vielmehr in der Erfahrung einer ungebrochenen mitmenschlichen Kontinuität liegt» ([8], S. 136). In diesem Sinne formulierte «Binswanger [...] einen wichtigen Unterschied zwischen der rein deskriptiven Psychopathologie, die trenne, die «das abnorme seelische Geschehen in natürliche Klassen, Gattungen und Arten einteile» [...], und der psychopathologischen Phänomenologie, die das Gemeinsame suche: «Sich einleben, hineinversetzen, statt einzelne Merkmale oder Eigenschaften abheben und aufzählen!» Dies mache eine genaue Beschreibung nicht überflüssig, aber nicht um ihrer selbst willen, sondern um die Begegnung zu vertiefen» ([9], S. 18). Nicht von einem Theologen, sondern von Ludwig Binswanger selbst stammen folgende wegweisende Worte: «Psychiatrisches Sein ist ein Mit-Sein, in dem der Sinn der heilenden Liebe zuschanden wird», wenn «an Stelle des mitmenschlichen Heilens [...] das Gesundmachen, tritt» ([9], S. 18). Über diese «Resignationsstufe» triumphiert «die heilende Liebe aber doch wieder, insofern als sie auch im Geisteskranken den Menschen [...] zu sehen vermag. Dieses Sehen ist nur möglich auf Grund der Liebe. Wenn meine Spezialkollegen so etwas hören, werden sie denken, ich sei verrückt [...]» (Binswanger an Emil Staiger, 25.3.1935) ([9], S. 18).

In der therapeutischen Beziehung, in der «Tragung» – so lässt sich zusammenfassend sagen –, werden Wunden der Entfremdung und Ablehnung überwunden und ereignet sich – theologisch gesehen – Vergebung.

Vergabung als Überwindung von Entfremdung

Das Wesen der Vergabung ist vom Theologen Paul Tillich eingehend reflektiert worden [10]. Er tut dies am Beispiel der «Sünderin», die weinend Jesu Füße mit ihren Tränen netzt und sie mit ihren Haaren trocknet (Lk 7,36–47). Auf das Murren der Anwesenden antwortet Jesus mit einem Gleichnis und mit den Worten: «Ihre vielen Sünden sind vergeben, denn sie hat viel geliebt.» Man wäre versucht anzunehmen, dass ihr aufgrund ihres Liebeserweises vergeben worden sei. Doch genau dies ist nicht der Fall, wie das nachfolgende Gleichnis verdeutlicht, das Jesus zum Schriftgelehrten spricht: «Simon, ich habe dir etwas zu sagen [...]. Ein Geldverleiher hatte zwei Schuldner: der eine schuldete ihm fünfhundert Denar, der andere fünfzig. Da sie es beide nicht zurückzahlen konnten, schenkte er es ihnen. Wel-

cher von ihnen wird ihn nun mehr lieben? Simon antwortete: ich nehme an der, dem er mehr geschenkt hat. Da sprach er zu ihm: Du hast richtig geurteilt. Und er wandte sich der Frau zu und sprach zu Simon: Siehst du diese Frau? Ich bin in dein Haus gekommen, Wasser für die Füße hast du mir nicht gegeben; sie aber hat meine Füße mit ihren Tränen benetzt und mit ihrem Haar getrocknet. Einen Kuss hast du mir nicht gegeben; sie aber hat, seit sie hereingekommen ist, nicht aufgehört, meine Füße zu küssen [...]. Deshalb sage ich dir: Ihre vielen Sünden sind vergeben, denn sie hat viel geliebt; wem aber wenig vergeben wird, der liebt wenig.» Dieser sinnlichen Szene muss eine entscheidende Begegnung der Tragung und Bejahung bereits vorausgegangen sein, die nicht tradiert wurde oder einer späteren Markusredaktion nicht wichtig genug zu sein schien. Möglicherweise glaubte dieser Bearbeiter, die Liebe der Frau sei tatsächlich die Voraussetzung für die «Vergabung» gewesen. Ganz ähnlich wie im Kommentar zum Gleichnis vom verlorenen Schaf (Lk 15,3–7), das sich verirrt hatte und vom Hirten voll Freude zurückgebracht wurde. Dort heisst es am Schluss, einer für redaktionelle Veränderungen sensiblen Stelle, unsachgemäss: «So wird im Himmel mehr Freude über einen Sünder sein, der umkehrt, als über neunundneunzig Gerechte, die Umkehr nicht nötig haben.» Doch von Umkehr ist im Gleichnis keine Rede, vielmehr von «Rückbringung». Dies könnte ein Hinweis dafür sein, dass schon die frühe Kirche die jesuanische Botschaft der Vergabung – d.h. die *Überwindung von Entfremdung* und damit die *Wiederaufnahme in die menschliche Gemeinschaft* – durch den Aspekt eigener Sühneleistung umdeutete. Bezeichnenderweise heisst es in der wohl ursprünglichsten Fassung der Berufung der Jünger bei Markus (3,14a): «Und er bestimmte zwölf, die er auch Apostel nannte, dass sie mit ihm seien.»

Von einer Vorleistung oder einer Bekehrung oder einem Schuldbekenntnis wird überhaupt nicht gesprochen! Das Angemessenheit, die Beziehung ist das Entscheidende. Dies hat Rogers genauso gesehen.

Die Schuld, auf die das Evangelium verweisen will, ist ganz anderer Natur. Sie wird in der Rede, die Pater Staretz in Dostojewskijs Roman «Die Brüder Karamasoff» kurz vor seinem Tod an seine Mitbrüder richtet, angesprochen: «Denn wisst, ihr Lieben, dass ein jeder von uns schuldig ist für alle und alles auf Erden, darüber besteht kein Zweifel, und dies nicht nur durch seinen Anteil an der allgemeinen Weltschuld, sondern jeder von uns ganz persönlich für alle Menschen und für jeden einzelnen Menschen auf dieser Erde. Diese Erkenntnis ist die Krone des Weges, den der Mönch zu gehen hat, ja, ist die Krone jedes Menschenlebens auf Erden [...]. Erst nach dieser Einsicht kann sich unser ergriffenes Herz zu jener unendlichen Liebe weiten, die die ganze Welt umspannt und keine Sättigung kennt. Dann wird auch jeder von euch die Kraft haben, die ganze Welt durch seine Liebe zu erringen und mit seinen Tränen die Sünden der Welt abzuwaschen [...]» ([11], S. 264–5).

Jenseits von allem psychologischen Wissen und aller Fachkompetenz – so liesse sich formulieren – tragen wir alle Verantwortung für vieles und leisten Sühne für manches, das wir nicht verantwortet haben.

So warnt etwa «Benedetti [...] davor, die psychologische Erkenntnisfähigkeit zu überschätzen. Gerade in aussichtslos erscheinenden Situationen sei eine therapeutische Hingabe nötig, die «aus nichts anderem stammen kann als aus der Wahrnehmung einer transzendenten Dimension der menschlichen Person»» ([8], S. 134).

Zeitübergreifendes Bibelverständnis

Die moderne Sprach- und Bibelforschung hat deutlich gemacht, wie wichtig die stete Neuinterpretation theologischer Begriffe ist. So wird etwa das griechische ζωή αἰώνιος (*zoe aionios*) im Neuen Testament in der Regel mit *ewiges Leben* übersetzt. Doch es bietet sich auch eine andere Interpretation an. Denn im Gegensatz zum griechischen Begriff βίος (*bios*), der den biologischen Aspekt des Lebens beinhaltet, bezeichnet *zoe* zunächst die Lebendigkeit menschlichen Seins. Und *aion* lässt sich auch als qualitativer Zeitbegriff deuten. Daher kann *zoe aionios* im Sinne von *eigentlichem Leben* oder auch *Lebendigsein im Hier und Jetzt* verstanden werden.

Aus dieser Sicht ist das «Wort Gottes» keine Vertröstung auf eine ferne Zukunft, sondern ein Zuspruch in der Gegenwart. Und das Evangelium ist ursprünglich keine theologische Lehre oder ein klug ausformuliertes Dogma, sondern eine «Existenzmitteilung». Die Begriffe Heil und Heilung leiten sich ihrerseits von griech. ὅλος (*holos*), ganz, ab und deuten auf eine leibseelische und psychosoziale Ganzheit hin.

Christlich und östlich inspirierte Ansätze, die die Selbstachtsamkeit integrieren, begründeten im Übrigen die dritte Welle der Verhaltenstherapie und wurden zur Grundlage neuer Behandlungsformen wie z.B. der MBCT (Mindfulness-Based Cognitive Therapy) [12]. Es ist bemerkenswert, dass ein Vertreter der Verhaltenstherapie kürzlich seine Ausführungen mit einem Zitat von Meister Eckhart eingeleitet hat: «Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart. Die wichtigste Person ist die, die dir gegenübersteht. Das wichtigste Werk ist die Liebe»⁴.

Inwieweit das meditative und sinnliche Durchdringen der Dinge für die Psychotherapie fruchtbar gemacht werden kann, dürfte noch Gegenstand weiterer Erörterungen sein. In einer Zeit wachsender Entfremdung könnte sich spirituelles Erleben als besonderer, intensiver und ganzheitlicher Zugang zu uns selbst sowie zu allem, was uns umgibt, erweisen. Und letztlich auch Antwort auf Gefühle der Leere und Vereinigung in einer so sehr als seelen- und sinnlos erlebten Welt geben.

4 Vortrag gehalten von Dr. J. Michalati am 8. Mai 2006 in der Psychiatrischen Poliklinik des Universitätsspitals in Zürich.

Die Frage nach dem Sinn

Ob die Sinnfrage religiöser Natur sei, wird kontrovers diskutiert, doch scheinen sich theologische und psychologische Erfahrungswirklichkeit hier besonders zu berühren oder zumindest sehr nahe zu stehen.

Paul Tillich meint: «Religiös sein heisst, leidenschaftlich die Frage nach dem Sinn unserer Existenz zu stellen» ([13], S. 78). Auch Ludwig Wittgenstein äussert sich im selben Sinn: «An Gott glauben heisst sehen, dass das Leben einen Sinn hat» ([13], S. 78). Und für Albert Einstein bedeutete religiös sein, «die Frage nach dem Sinn des Lebens stellen» ([13], S. 78). Viktor Frankl sieht die von ihm entwickelte Logotherapie – nämlich die Heilung durch Sinn – als einen wesentlichen Bestandteil der Psychotherapie. Es war die Krankheitsgeschichte eines depressiven Patienten, der selbst in den gesunden Phasen am Sinn seines Lebens zweifelte, die Frankl zwischen seelischem Leiden und geistiger Not unterscheiden liess [14]. Frankl ist der Meinung, dass es Aufgabe des Arztes sei, «dem Patienten zu einer» eigenen «Wert- und Weltanschauung zu verhelfen» ([14], S. 37), damit das «existenzielle Vakuum» bzw. die – wie er sie auch nennt – «noogene Neurose» ([14], S. 20) überwunden werden könne. Frankls Glaubwürdigkeit gründet natürlich in seiner Zeugenschaft als Überlebender von Auschwitz. Sein eindrückliches Bekenntnis lautet, «dass menschliches Leben immer und unter allen Umständen Sinn habe und dass dieser unendliche Sinn des Daseins auch noch Leiden und Sterben, Not und Tod in sich mit einbegreife» ([15], S. 133).

Aufschlussreich ist auch die Etymologie des Sinnbegriffes: «Schon in althochdeutscher Zeit» wurde Sinn «auf Verstand und Wahrnehmung bezogen. Auf eine ältere Bedeutung weist [...] «sinnen» [...], das [...] «streben, begehren» bedeutet [...] Die gesamte germ. Wortgruppe beruht auf der indogermanischen Wurzel *sent-* «gehen, reisen, fahren», deren ursprüngliche Bedeutung wohl «eine Richtung nehmen [...]» war» ([16], S. 770). Hier fügt sich sehr schön die religionswissenschaftliche Betrachtung von Daniel Hell an: «Nach [...] Studien z.B. von Mircea Eliade wirkt sich religiöses Erleben schon in archaischen Kulturen dahingehend aus, dass das vorher ungerichtete Zeit- und Raumerleben der Menschen eine sinnstiftende Ausrichtung und eine strukturierte Ordnung bekommt. Wenn heute noch in Asien heilige Gegenstände (wie Steine und

Pfähle) zum Schmücken von Häusern [...] verwendet werden, so liegt der Sinn darin, mit diesen Symbolen den physikalisch ungliederten Raum zu zentrieren und den Bewohnern ein Gefühl der Verwurzelung zu geben» ([8], S. 95).

Zusammenfassung und Schluss

Der gemeinsame Grund von religiös motivierter Seelsorge und – wenn man so will – profaner Psychotherapie ist letztlich der Mensch in seiner Grösse und in seinen einzigartigen Entfaltungsmöglichkeiten. Darüber hinaus wird dieser Grund durch eine bejahende Beziehungs- und Sinndimension bestimmt.

Zwei Zitate mögen dies abschliessend veranschaulichen. Sie prangten in goldfarbenen Lettern vor dem alten Hörsaal des Burghölzli. Zur Linken stand auf Lateinisch geschrieben: *SALUS AEGROTORUM LEX SUPREMA ESTO*. Übertragen: Das Wohl der Kranken sei höchstes Gebot. Beachtenswert ist, dass *salus*, von griechisch *holos* (ganz), im Gegensatz zu *sanitas*, ein umfassendes Wohlergehen bezeichnet, wie dies auch die moderne WHO-Definition von Gesundheit nahelegt. Zur Rechten war in griechischer Schrift zu lesen: *ΘΥΧΕΕ ΠΕΙΠΑΤΑ ΙΟΝ ΟΥΚ ΑΝ ΕΧΕΥΡΟΙΟ* (umgeschrieben: *psyches peirata ion uk an exeuroio*). Das Zitat stammt von Heraklit (ca. 536–470 v. Chr.), einem vorsokratischen Philosophen, und heisst auf Deutsch: *Der Seele Grenzen kannst du im Gehen nicht ausfindig machen*. Auch hier lässt sich dieselbe Botschaft heraushören: Das Menschsein in seiner Tiefe ist mehr, als was sich in endlichen Zahlen messen und festhalten lässt. So lautet das Zitat in seiner vollen Länge: *Der Seele Grenzen kannst du im Gehen nicht ausfindig machen, und ob du jegliche Strasse abschnittest; so tiefen Sinn hat sie* (Fragment 45) ([17], S. 161).

Literatur

- 1 Jochheim M. Seelsorge und Psychotherapie. Historisch-systematische Studien zur Lehre von der Seelsorge bei Oskar Pfister, Eduard Thurneysen und Walter Uhsadel. Bochum: Winkler; 1998.
- 2 Kind H. Psychotherapie und Psychotherapeuten. Methoden und Praxis. Stuttgart, New York: Thieme; 1982.

- 3 Rogers CR. Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie. Frankfurt a. M.: Fischer; 1983.
- 4 Balint M. Der Arzt, sein Patient und die Krankheit. Stuttgart: Klett-Cotta; 2001.
- 5 Jaspers K. Vom Ursprung und Ziel der Geschichte. München: Piper; 1949.
- 6 Gräßl W. Deutungsarbeit. Überlegungen zu einer Theologie therapeutischer Seelsorge. In: Pastoraltheologie. Wissenschaft und Praxis in Kirche und Gesellschaft. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht; 1997.
- 7 Schonauer K, Kersting A. Supportive Psychotherapie und ärztliche Gesprächsführung. In: Möller HJ, Laux G, Kapfhammer HP, Herausgeber. Psychiatrie und Psychotherapie. Berlin, Heidelberg, New York: Springer; 2003.
- 8 Hell D. Aufschwung für die Seele. Wege innerer Befreiung. Freiburg, Basel, Wien: Herder; 2005.
- 9 Hoffmann K. Ludwig Binswanger. Psychiater, Psychoanalytiker, Existenzphilosoph, Daseinsanalytiker. Psychiatrie (Beilage zu *Ars Medici*). 2001;1:17–20.
- 10 Tillich P. Das Neue Sein. Religiöse Reden. 2. Folge. Stuttgart: Evangelisches Verlagswerk; 1977.
- 11 Dostojewskij FM. Die Brüder Karamasoff. München, Zürich: Piper; 1987.
- 12 Heidenreich T, Michalatz J. Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch. Tübingen: dgvt-Verlag; 2006.
- 13 Frankl VE. Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion. München: Kösel; 1979.
- 14 Frankl VE. Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke; 2005.
- 15 Frankl VE. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. München: dtv; 2005.
- 16 Duden: Herkunftswörterbuch. Mannheim, Leipzig, Wien, Zürich: Dudenverlag; 2001.
- 17 Diels H. Die Fragmente der Vorsokratiker. Kranz W, Herausgeber. Band 1. Berlin: Weidmannsche Verlagsbuchhandlung; 1961.