

Book reviews

Michel Lansel: *Seelsorge und Psychotherapie im Dialog. Gemeinsamkeiten – Unterschiede*

Edition 381, 2020.

372 Seiten.

Preis: 38,90 CHF.

ISBN-13: 978-3-907110-08-9.



Seelsorge und

«Das Verhältnis von Seelsorge und Psychotherapie lässt sich als eine Geschichte von «Anlehnung und Abgrenzung» lesen.» So beginnt Michel Lansel seine ebenso anregende wie fundierte Studie über Seelsorge und Psychotherapie. Während die gegenseitige Abgrenzung gut bekannt ist, ist die Geschichte der Anlehnung näher zu begründen. Ihr widmet Michel Lansel denn auch den grösseren Teil seines Buches. Einerseits hat die moderne Seelsorge die frühere Angst weitgehend verloren, mit der Übernahme profan psychotherapeutischer Ansätze ihr christliches Menschenbild zu schwächen. Andererseits hat die empirische psychotherapeutische Forschung aufgezeigt, dass religiöser Glaube eine Ressource sein kann, bei psychischen Belastungen resilienter zu sein. Zwar hat sich die Öffnung der Psychotherapie gegenüber der Seelsorge erst langsam durchgesetzt. Doch gab es frühe Brückenbauer wie den Zürcher Pfarrer Oskar Pfister, der als Seelsorger auch psychoanalytisch tätig war und mit Sigmund Freud über 30 Jahre korrespondierte.

Seelsorge und Psychotherapie lassen sich bei aller Unterschiedlichkeit auf bestimmte gemeinsame Grundelemente zurückführen, wie Lansel überzeugend darstellt. So finden sich etwa die von Carl Rogers herausgearbeiteten und empirisch bestätigten Wirkgrößen der Psychotherapie (Authentizität, Empathie und Wertschätzung des Therapierenden) in gleicher Weise auch in der Seelsorge. Überraschender ist wohl, dass die traditionelle Seelsorge schon vor vielen Jahrhunderten die

Trias des schrittweisen therapeutischen Vorgehens «Stützen, Leiten, Interpretieren» herausgearbeitet hat. Allerdings wurde die Ursache des Leidens anders interpretiert.

Die Entwicklung der christlichen Seelsorge hat wie die Psychotherapie verschiedene Stadien durchgemacht. Lansel arbeitet insbesondere die seelsorgerische Haltung von Augustinus und anderer Kirchenväter heraus. An den Wüstenvätern, die als Eremiten in wüstenähnlichen Gebieten des Nahen Ostens lebten und zwischen dem 3. und 6. Jahrhundert von vielen leidenden Menschen aufgesucht wurden, würdigt er speziell ihre hilfreiche Auseinandersetzung mit depressiven Verstimmungen. Nachzutragen ist dabei, dass die Wüstenväter auf Grund eigener Erfahrungen bereits den Einfluss negativer Gedanken auf die Stimmung herausarbeiteten und um eine Positivierung des Denkens bemüht waren. Sie nahmen damit in religiösem Kontext die Methode der kognitiven Psychotherapie um 1500 Jahre vorweg. Indem sie sich einer Art extremer Selbstanalyse stellten, erkannten sie analog zu Sigmund Freud auch die Selbstaggression als Ursache depressiver Verstimmungen.

In psychosozialer Hinsicht arbeitet Michel Lansel die Veränderung der Seelsorge durch die Reformorden im Hochmittelalter heraus. Dominikaner und Franziskaner antworteten auf die im 13. Jahrhundert um sich greifende Armut in den Städten mit neuen seelsorgerlichen und institutionellen Betreuungsformen. Durch ihr soziales Engagement bei Verzicht auf eigenen Besitz schufen sie nicht nur eine glaubwürdige moralische Gegenmacht gegen die Pfründenwirtschaft des etablierten Klerus, sondern bildeten auch im Mittelalter eine Art «gemeindenaher Sozialpsychiatrie».

Auch die Mystik führte im Hochmittelalter zu neuen Formen der Seelsorge. In ähnlicher Weise, wie sich heute Achtsamkeit und Meditation in der Psychotherapie verbreiten, suchte die Mystik ein «allumgreifende(s) Sein» oder den «schlummernden Seelengrund», zu beleben. Es lohnt sich, das Kapitel über die Geschichte der christlichen Seelsorge (S. 225 - 265) im Buch von Michel Lansel genau zu lesen. Neben einem konzisen Überblick über die Vielfalt seelsorgerischer Ansätze (Patristik, Mittelalter, Reformation, Pietismus, Moderne u.a.) ist darin auch enthalten, wie die Seelsorge über viele Jahrhunderte um die richtige Betreuung gerungen hat.

Das Buch von Michael Lansel, ursprünglich als Dissertation konzipiert, lässt nicht nur die seelsorgerische Praxis besser verstehen, sondern auch manche psychotherapeutischen

Ansätze in grösserem historischem Zusammenhang sehen. Das Buch regt indirekt dazu an, auch nicht christliche Formen der Seelsorge zu bedenken. Immerhin stammen nicht wenige Beiträge zur Psychotherapie von Menschen, die in Synagogen geschult wurden.

Vieles wäre noch anzufügen. So enthält das Buch als wahre Fundgrube ein kundiges Kapitel über den griechischen und hebräischen Seelenbegriff, einen trefflichen Vergleich der positiven Psychologie mit den christlichen Kerntugenden «Glaube (Vertrauen), Hoffnung, Liebe (Wertschätzung)» sowie ein Hinweis auf die Grenzen der Psychotherapie gemessen an der Radikalität christlichen Glaubens. Doch darf auch der Hinweis nicht fehlen, dass das Buch, so gut es geschrieben ist, für nicht christlich sozialisierte Lesende die Bereitschaft und den Willen voraussetzt, sich mit theologischen Begriffen auseinanderzusetzen.

Daniel Hell