

Wenn der Geist die Seele berührt

Geistesgegenwart in der Psychotherapie

Im psychotherapeutischen Prozess geht es nicht nur um analytische Erklärungen des Erlebten. Vielmehr verlangen ratsuchende Menschen Erfahrungen, die ihre Seele berühren. Wie solche tiefen Erfahrungen möglich werden, zeigt der folgende Beitrag. **Wunibald Müller**

Hospitalhofkirche in Stuttgart nach einem Vortrag über Glück. Eine junge Frau stürmt nach vorne zum Mikrophon und fragt mit aufgeregter Stimme, welche Rolle denn bei alledem Jesus spiele, sein Erlösungswerk, dass er für uns gestorben und auferstanden ist. Ich hatte ihn tatsächlich kein einziges Mal erwähnt. Ich war auch gar nicht auf den Gedanken gekommen, ja, hatte es auch nicht für notwendig erachtet. Ich hatte sehr viel von spirituellen Erfahrungen gesprochen, auch von Gott. Es war eine dichte Atmosphäre entstanden, so sehr, dass nach meinem Vortrag zunächst für eine Weile eine große Stille herrschte. Und jetzt stand diese Frage im Raum.

Meine Erfahrung ist: ich kann so sehr auf Jesus oder Gott konzentriert sein, ich kann so sehr meine ganze Aufmerksamkeit dem Geist schenken, geradezu darauf fixiert sein, dass ich die vielfältigen, unzähligen Augenblicke verpasse, in denen der Geist wirkt, in denen Gott da ist, in denen Gott sich als der erweist, als der er sich zugesagt hat: *Ich bin der, der ich bin da.*

PSYCHOLOGIE ALS BERÜHRUNG DER SEELE

Als ich in der Hospitalhofkirche über Glück sprach, gab es, so meine ich, Augenblicke in de-

nen der Geist die Seele, meine und die von einigen Anwesenden berührte. Freilich: ich muss mich anrühren, berühren lassen. Ich muss meine Seele öffnen und meine Seele muss empfänglich dafür sein, dass der Geist mich anrühren, berühren kann. Mir fallen die Worte von Carl Gustav Jung (42) ein: „In einer geradezu tragischen Verblendung sehen manche Theologen nicht ein, dass es sich nicht darum handelt, die Existenz des Lichts zu beweisen, sondern darum, dass es Blinde gibt, die nicht wissen, dass ihre Augen etwas sehen könnten. Man sollte nachgerade einmal merken, dass es nichts nützt, das Licht zu preisen, und zu predigen, wenn es niemand sehen kann. Vielmehr wäre es notwendig, den Menschen die Kunst des Sehens beizubringen... Um dieses innere Schauen möglich zu machen, muss der Weg zum Sehen-Können frei gemacht werden. Wie dies ohne Psychologie, das heißt ohne Berührung der Seele erreicht werden soll, ist mir, offengestanden, unergründlich.“

Wunibald Müller

geb. 1950, Dr. theol., Dipl. Psych., Leiter des Recollectio-Hauses der Abtei Münster-Schwarzach, psychologischer Psychotherapeut, Autor verschiedener Bücher zu Psychotherapie und Lebenshilfe.

Mir gefällt, wie hier Psychologie als *Berührung* der Seele umschrieben wird.

ENTSCHEIDEND IST, DASS DER GEIST DIE SEELE ANRÜHRT

Entscheidend ist, dass der *Geist* die Seele anrührt. Es ist *der* Geist, der nach wie vor weht, wo *er* wehen will und dem allein es vorbehalten ist, *ob*, *wann* und *wie* er die Seele berührt. Dieser Geist lässt sich nicht einfangen, nicht von mir, nicht vor dir, nicht von der katholischen oder evangelischen Kirche. Genauso wenig von Charismatikern, Fundamentalisten, Spiritisten, Esoterikern, den sogenannten großen Meistern oder welcher spirituellen Gruppe auch immer. Mir geht es hier wie dem Mystiker Thomas Merton, der schreibt: „Da gibt es ein wirkliches Gefühl von einer tiefer liegenden Wirklichkeit und ein Vertrauen darauf, nämlich, ein Gefühl für die Anwesenheit Christi in unserer Welt und das Vertrauen, dass das so ist. Etwas, was ich für keinen Augenblick in Zweifel ziehe. Doch ist diese Anwesenheit dort, wo wir behaupten, dass sie ist? Wir zeigen mit den Fingern (in verschiedene Richtungen) und ich habe das schreckliche Gefühl, dass wir alle in die falsche Richtung zeigen...“ (*Tardiff* 17)

Der Geist kann *dort* sein, wo wir meinen, dass ER ist. Genauso wie er im psychotherapeutischen Prozess *da* sein kann. Und da kann er ganz unauffällig da sein. Unmerklich, fast unmerklich, vielleicht als jenes *stille sanfte Säuseln des Windes*, von dem im 1. Buch der Könige (19,12) die Rede ist. Einfach auch, weil er natürlich immer da ist. Die Frage ist nur, ob ich daran glaube, dass er da ist. In einem Scherz-

wort heißt es: „Metaphysik ist, wenn ein Stockblinder in einem stockdunklen Zimmer einen stockschwarzen Kater sucht, der gar nicht drinnen ist.“ In ihrem Roman *Der Kranz der Engel* geht Gertrud von le Fort auf dieses Scherzwort ein, fügt aber hinzu: „Aber der Kater ist eben doch drinnen, weil jedes Diesseits von der Kraft des Jenseits lebt.“

NUR EINE SCHMALE WAND IST ZWISCHEN UNS

Es gibt diese Welt des Jenseits. Ich werde diese Welt nie sehen. Ich werde sie nie anfassen können. Dennoch gibt es sie. Wenn der Geist die Seele berührt, wird für einen Augenblick die Mauer durchbrochen, die zwischen dem Diesseits und Jenseits steht, die zwischen mir und dir, meinem Gott, steht. Dann geschieht, was Rainer Maria Rilke (201f.) schreibt:

Nur eine schmale Wand ist zwischen uns,
durch Zufall; denn es könnte sein:
Ein Rufen deines oder meines Munds –
Und sie bricht ein
Ganz ohne Lärm und Laut.

Wenn die Mauer zwischen dir und Gott durchbrochen wird, spürst du, erahnst du, was du bisher vielleicht nur gewusst oder erhofft hast. Du *spürst* seine Anwesenheit. So wie du die Berührung eines geliebten Menschen spürst und die Zuneigung, die darin zum Ausdruck kommt. In der psychotherapeutischen Begleitung mache ich den Personen, die ich begleite, immer wieder Mut, Stille auszuhalten. Bieten doch die Pausen die Gelegenheit, mit dem Fluss des wirklichen Selbst in Kontakt zu kommen. Das gilt gleichermaßen für den Ratsuchenden wie für den Begleiter. Wie oft ist das, was der Rat-

suchende sagt, weit entfernt von seinem eigentlichen Selbst, dem Fluss seines wirklichen Empfindens und Fühlens. Und wie oft verdeckt der Begleiter seine volle Präsenz durch Deuten, Diagnostizieren und dem professionellen Druck, wissen zu müssen, wo es lang geht. Pausen und Schweigen laden ein, wieder mit dem Strom der Selbstwahrnehmung in Berührung zu kommen, tiefer zu gehen, das Fließen dieses inneren Stromes sich bewusst zu machen.

Die Stille lädt dazu ein, gegenwärtig zu sein und aus dieser Gegenwärtigkeit heraus sich zu begegnen. Stille kann dabei auch zur Erfahrung der Gegenwart Gottes, der Geistgegenwart werden. Die Stille, das Schweigen in der Therapie sind dann vergleichbar mit dem Säuseln des Windes. Wir spüren, wenn wir wach sind dafür, wie uns Gottes Atem berührt, Gott uns streift.

WENN DIE FÜHLER MEINER SEELE DEINE SEELE BERÜHREN

Ich glaube man darf nicht nach dem Außergewöhnlichen schauen, wenn man in der Psychotherapie die Anwesenheit des Geistes entdecken will. Es ist eher so, dass ich den Geist, Gottes Wirken, seine Anwesenheit im therapeutischen Prozess entdecke, spüre, wenn ich das, was hier geschieht, mit den Augen des Gläubigen, des spirituell Empfindsamen und Empfangbaren sehe.

Ich habe jedenfalls noch keine Wunder erlebt und erwarte auch keine. Ich kenne aber Augenblicke, in denen ich ganz anwesend bin in der Begegnung mit der anderen Person. Ich bin mir in diesen Momenten zugleich bewusst: es sind nicht nur wir beide da, sondern da ist ein Dritter präsent. Es ist gar nicht viel mehr. Es ist das

Wissen um seine Anwesenheit. Ich tue, spreche, was ich sonst auch tue und spreche. Ich gebe mein Bestes. Zugleich weiß ich um seine Anwesenheit und sein Wirken. Er ist mitten drinnen im Geschehen. Ich kann nichts dafür tun. Es sei denn, ihn wirken lassen. Nicht zu glauben, es für ihn, an seiner Stelle tun zu müssen. Ihn, den Geist, die *ruach*, meine Seele und die Seele des anderen berühren lassen. Nicht durch Reden, Deuten, Analysieren dazwischenfunken.

Das erinnert mich an die Worte von Carl Rogers, den Begründer der Gesprächspsychotherapie, den ich einige Jahre vor seinem Tod in La Jolla besuchte. Er meinte: „Ich stelle fest, dass von allem, was ich tue, eine heilende Wirkung ausgeht, wenn ich meinem inneren, intuitiven Selbst am nächsten bin, wenn ich gewissermaßen mit dem Unbekannten in mir in Kontakt bin, ... Dann ist allein schon meine Anwesenheit für den anderen befreiend und hilfreich. Ich kann nichts tun, um dieses Erlebnis zu forcieren, aber wenn ich mich entspanne und dem transzendentalen Kern von mir nahe komme, dann verhalte ich mich merkwürdig und impulsiv in der jeweiligen Beziehung, ich verhalte mich auf eine Weise, die ich rational nicht begründen kann und die nichts mit meinem Denkprozess zu tun hat. Aber dieses seltsame Verhalten erweist sich merkwürdigerweise als richtig: Es ist, als habe meine Seele Fühler ausgestreckt und die Seele des anderen berührt. Unsere Beziehung transzendiert sich selbst und wird ein Teil von etwas Größerem. Starke Wachstums- und Heilungskräfte und große Energien sind vorhanden.“ (Rogers 79)

Wenn der Geist die Seele berührt, mache ich eine tiefe *Erfahrung*. Darum aber geht es im psychotherapeutischen Prozess. Denn, so die

Psychotherapeutin Frieda Fromm-Reichmann, wonach die ratsuchende Person verlangt, ist „eine Erfahrung, nicht eine Erklärung“. So wie ich am frühen Morgen oder mitten in der Nacht auf die Sterne schauen mag und tief in mir die Erfahrung machen darf, geborgen zu sein, Teil eines Größeren, Teil der Welt-Seele zu sein, von Gott umfasst zu sein. ■

LITERATUR

Jung, Carl Gustav, *Bewusstes und Unbewusstes*, Frankfurt 1972.

Rilke, Rainer Maria, *Gesammelte Werke. Die Gedichte*, Frankfurt 1986.

Rogers, Carl, *Der neue Mensch*, Stuttgart 1981.

Tardiff, Mary, *At Home in the World. The Letters of Thomas Merton*/ Rosemary Ruether, New York 1995.

IMPRESSUM

LEBENDIGE SEELSORGE

ISSN 0343-4591

Begründet von Alfons Fischer, Josef Schulze, Alfred Weitmann.

Schriftleitung: Professor Dr. Erich Garhammer, Schönleinstraße 3, 97080 Würzburg.

Redaktion: Dr. Christine Hober, Drachenfelsstr. 15, 53177 Bonn, e-mail: c.hober@t-online.de

Verlag: Echter Verlag GmbH, Dominikanerplatz 8, 97070 Würzburg, Telefon (09 31) 6 60 68-0, Telefax (09 31) 6 60 68-23.

Internet: www.echter-verlag.de.

Druck und Bindung: Konrad Triltsch GmbH, Ochsenfurt

Auslieferung: Umbreit GmbH & Co., Verlagsauslieferung, Höpfigheimer Straße 15, 74321 Bietigheim-Bissingen.

Auslieferung für die Schweiz: Herder AG, Postfach, CH-4133 Pratteln 2.

Erscheinungsweise: Lebendige Seelsorge erscheint sechsmal im Jahr.

Bezugspreis: Jahresabonnement EUR 32,20, Fr. 56,-; Studentenabonnement EUR 24,-, Fr. 42,10. Einzelheft EUR 6,40, Fr. 11,90 jeweils zuzüglich Versandkosten.

Abbestellungen sind nur zum Ende des jeweiligen Jahrgangs möglich.

Beilagenhinweis: Diesem Heft liegt folgender Prospekt bei: Katechetische Blätter, Kösel-Verlag. Wir bitten um Beachtung.