

DER SINN IM UNSINN In : Wirtz/Zöbeli: Hunger nach Sinn.

Das Symbol als Tor zum Sinn

Symbole - Sinn-bilder des Ganzen

Die Wahrheit ist nicht nackt auf die Welt gekommen, sondern verborgen in Bildern und Sinnbildern.

Talmud

Die Symbolsprache ist die einzige Sprache, die jeder lernen sollte
Erich Fromm

Symbole gehören als Sinnbilder, als Träger eines Sinns zur archaischen Grundsprache des Menschen. Sie spannen eine Brücke vom Sichtbaren zum Unsichtbaren und weisen uns den Weg in eine geheimnisvolle, sinnhaft erfahrbare Wirklichkeit. Aufsteigend aus dem kreativen Boden des Unbewussten verbinden sie uns mit den tieferen Schichten des Seins, mit unserem kollektiven Urgrund. Als Wahr-zeichen verweisen sie auf einen grösseren Zusammenhang und vermitteln zwischen Rationalem und Irrationalem.

Wir sind als Menschen nicht nur erkennende, sondern vor allem symbolfähige Wesen, wie *Ernst Cassirer* (E.Cassirer: Was ist der Mensch? Stuttgart 1960) uns Menschen charakterisiert hat. Durch die Symbole von Wort und Bild haben wir im Laufe der Entwicklung, die Fähigkeit erworben, uns gegenseitig zu verständigen. Wir erschaffen aber auch - "sinngend" komplexere Sinnbilder und "Sinnprodukte" (*Gaset*) in Form von philosophischen, religiösen, wissenschaftlichen und psychologischen Systemen, um die verwirrende Vielfalt unserer Erfahrungen sinnvoll zu ordnen.

Symbolisch zu denken, bedeutet, dass wir den Dingen über ihr Eigensein hinaus noch eine tiefere, zusätzliche Bedeutung verleihen können, dass zum Beispiel das Herz für uns nicht nur ein lebensnotwendiges menschliches Organ sein kann, sondern auch ein Sinnbild der Liebe. Im Symbol liegt ein 'Überschuss an Sinn', (H. Saner. *Der Mensch als symbolfähiges Wesen. In: G.Benedetti/ U.Rauchfleisch: Welt der Symbole. Göttingen 1988, S.18*) den es zu entdecken und entschlüsseln gilt. Wir begegnen den Symbolen in unseren Phantasien und Tagträumen, in nächtlichen Traumbildern und der reichen Bilderwelt der Märchen und Mythen, in Dichtung und Kunst.

Symbolisches Denken bringt die Dinge zum Sprechen, fixiert sie nicht auf ein Zeichen, sondern lässt sie "singen". Die Profanisierung der Sprache auf Namen und Zeichen, der Verlust des symbolischen Verweisungszusammenhangs kommt in den Versen von Rilke zum Ausdruck:

*Ich fürchte mich so vor der Menschen Wort,
Sie sprechen alles so deutlich aus:
Und dieses heisst Hund und jenes heisst Haus
Und hier ist Beginn und das Ende ist dort.*

*Mich bangt auch ihr Sinn, ihr Spiel mit dem Spott
Sie wissen alles, was wird und war;
Kein Berg ist ihnen mehr wunderbar;
Ihr Garten und Gut grenzt gerade an Gott.*

*Ich will immer warnen und wehren: Bleib fern.
Die Dinge singen hör ich so gern.*

*Ihr rührt sie an; sie sind starr und stumm.
Ihr bringt mir alle die Dinge um.*

Rilke, Die frühen Gedichte

Rilke klagt über den Verlust der symbolischen Dimension. Es gehört zur Sinnkrise der Moderne, dass wir den Sinn des Symbols als einer heiligen Wirklichkeit verloren haben. Symbole verweisen *nämlich* auf das Eigentliche der Dinge, ihren Zusammenhang mit dem Ganzen. Der sinnliche und der übersinnliche Teil des Symbols ist ineinander verschränkt. Dieses symbolische Verhältnis ist in der Auffassung einer kosmischen Einheit begründet, in der sich in jedem Teil das Ganze widerspiegelt.

Ihre besondere Bedeutung für Menschen in Grenzsituationen und für den therapeutischen Prozess rührt aus ihrer bindenden Kraft, Fragmentiertes zusammenzufügen und Sinn zu stiften. Symbole heilen unsere neurotischen Dissoziationen. Jung hat die Symbole als "Libidotransformatoren" verstanden, als Kristallisationspunkte psychischer Energien, und als Ausdrucksformen archetypischen Geschehens können die Symbole im Bewusstwerdungsprozess seelische Energie freisetzen und umwandeln. Wenn wir uns in Krisensituationen befinden, wenn wir erstarrt und versteinert weder vorwärts noch rückwärts können, dann ist das spontane Auftauchen eines Symbols oft wie ein Rettungsanker, der wieder Bewegung in den innerseelischen Prozess bringt.

Symbole sind wie Botschaften, die von der Ganzheit künden und durch ihre integrative Energie aus Vereinzelung und Entfremdung herausführen. Der Psychoanalytiker Igor Caruso hat sie als "Schlüssel zur menschlichen Existenz" verstanden, mit dem sich der Sinn des Lebens erschliessen lässt. (I.A. *Das Symbol in der Tiefenpsychologie-Studium Generale* 6,1953, S.297) und der Jungianer Edward C. Whitmont zählt die Sinnbilder zu den stärksten "Energieträgern, die imstande sind 'Berge zu versetzen' ". (Whitmont 1994) Wenn wir Grenzerfahrungen zu bewältigen haben und aus unserer Mitte herausgefallen sind, wenn sich ein existentieller Abgrund vor uns auftut und der Boden unter unseren Füßen brüchig wird, dann kann das Sinnbild helfen, uns wieder zu zentrieren. P. Brutsche hat in seinem Artikel „Die Wirkung des Symbols in Grenzsituationen“ (In: Forum für Kunsttherapie, Jg5, Heft2, S.2529) aufgezeigt, wie Symbole jäh in Notsituationen einbrechen. „In der Grenzsituation treten die Symbole auf als urplötzliche Geschenke in urplötzlichen Verlusten, als elementare Lebenszeichen in totaler Todesgewissheit.“ (S.28)

Das Wort Symbol geht auf das griechische Wort „symbolon“ zurück und bedeutete ein Erkennungszeichen. (vgl. M. Lurker: Wörterbuch *der Symbolik*. Stuttgart 1979) Im alten Griechenland existierte nämlich ein Ritual, dass zwei sich trennende Freunde ein Tontäfelchen zerbrachen und jeder eine Hälfte bei sich aufbewahrte. Wer immer später die andere, passende Hälfte vorweisen konnte, sei es der Freund oder ein Angehöriger seiner Familie, der genoss das Recht auf Gastfreundschaft. Das Tontäfelchen ist das sichtbare Zeichen für die geistige Verbindung zwischen den Freunden. Dieser etymologische Hintergrund verweist auf einen sehr wichtigen Zusammenhang: das Symbol schafft Beziehung, es entsteht in der Dualität.

Das Symbol (von griech. *symbollein* = *zusammenfügen*) fügt zwei Hälften zusammen, verbindet getrennte Pole, verweist auf etwas Drittes, das nicht benennbar und nicht auslotbar ist und auch noch in jene Räume hineinreicht, in denen die Sprache verstummt. Im Symbol offenbart sich der polare Charakter von allem, was ist, und gleichzeitig fallen im Symbol die Extreme wieder zusammen.

Rilke hat in seinem Stundenbuch diese Funktion des Symbols sehr schön beschrieben:

*„Wer seines Lebens viele Widersinne
versöhnt und dankbar in ein Sinnbild fasst
der drängt die Lärmenden aus dem Palast.“*

Symbole vermögen Grenzen in Frage zu stellen, Gegensätze zu überbrücken und miteinander zu versöhnen. Sie führen von der polaren Aufspaltung zurück zur einheitlichen und ganzheitlichen Gestalt. Das Symbol hat im Verständnis der analytischen Psychologie eine paradoxe Natur. Es verbindet die Gegensätze und stellt ein Drittes dar, das es nicht gibt, welches aber das Lebendig-Wahre" ist, (Jung, Paracelsia 1948, S.134) und Denken und Fühlen anspricht, unsere Empfindung und unsere Intuition. Wir können es als bildhaften Ausdruck der Hypothese des neuen Bewusstseins verstehen, dass jeder Teil das Ganze enthält oder wenigstens in Resonanz mit ihm ist (vgl. Whitmont 1994, CapralSteindl-Rast 1993). Die Sehnsucht nach dieser Ganzheit lässt uns nie ganz los. Die Wirkkraft des Symbolischen hat mit dieser spirituellen Sehnsucht nach dem Ganzen zu tun. Wir brauchen Symbole, wir hungern nach Sinn, nach "Alleinheit" und leiden an der Unmöglichkeit, mit unserem dualistischen, alles in Gegensatzpaare aufspaltenden Bewusstsein die "wahre" Wirklichkeit und den "ewigen Sinn zu er-sinnen" (*Laotse*). In der grössten Not gebären wir die Sinnbilder, die uns den Weg weisen. Wir schaffen Symbole, um uns selbst neu zu erschaffen, und wir gestalten "sinngesättigt" - Sinnbilder, um uns in der verwirrenden Vielfalt der Welt besser zurechtzufinden. Aber Symbole fallen uns auch - i.S. der "Sinnfindung" - zu; in den Traumgestaltungen werden wir mit archetypischen Mustern konfrontiert, die wie die Mythen und Märchen die ewigen menschlichen Grundkonflikte, die dramatischen Inszenierungen der *condition humaine* in verständliche Bilder übersetzen. Symbole verbinden äussere Objekte und Ereignisse mit inneren psychischen Inhalten.

Doch nicht nur als Kollektiv hat sich die Menschheit im Laufe der Jahrtausende allgemeingültige Symbole als Gestaltungen des kollektiven Unbewussten geschaffen, sondern wir schöpfen - allnächtlich, wie die Traumforschung gezeigt hat - in unseren Träumen eine individuelle Symbolwelt. Wir erdichten eigene kunstvolle, sinnträchtige und originelle Geschichten und Gestalten, persönliche Mythen und Bilder, die eine Verbindung zwischen einer übergreifenden Ordnung und ihrer Konkretisierung in unserer Alltagswelt darstellen. Es ist dann unsere Entscheidung, ob wir diese Träume - "sinnfindend" - uns als Ausdruck eines inneren weisen Steuerungsprinzips aneignen und fruchtbar machen, oder sie als belanglose "Schäume" missachten wollen. In der Psychotherapie hatte die Arbeit mit Symbolen immer schon einen zentralen Platz im Umgang mit den Träumen und dem symbolischen Gehalt der "Psychopathologie des Alltags", der "Freudschen Ausrutscher", der scheinbar zufälligen alltäglichen Ereignisse, die uns aber oft einen verhüllten Sinn offenbaren. Symbole verweisen auf das scheinbar Sinnlose und Ausgegrenzte, den Sinn im Unsinn von Fehlleistungen oder Krankheitssymptomen. Sie enthalten in verhüllter Form einen von uns vernachlässigten kreativen Wachstumsimpuls und können uns einen Wink geben, in welcher Richtung die weitere Reise (*sinan*) gehen soll. So kann selbst ein scheinbar kaum psychisch bedingtes Geschehen wie ein Unfall dennoch i.S. einer unbewussten Inszenierung gewissermassen als eine "symbolische Gipsschiene" uns ans Bett fesseln, um uns zum Innehalten und Nachdenken zu zwingen.

In der psychotherapeutischen Begegnung mit Menschen, die durch traumatische Geschehnisse erschüttert worden sind, erweist sich die innere Führungskraft des Symbols als besonders hilfreich. Wenn wir als Begleitende mit unserer Weisheit längst am Ende sind, verweisen die auftauchenden Symbole auf den Weg, der zu beschreiten ist, den unterirdischen Strom, in den es einzutauchen gilt. Da Grenzerfahrungen immer Trennungserfahrungen sind, ist die symbolische Dimension heilend, weil sie Getrenntes zusammenfügt. Wenn wir an Menschen denken, die Gewalt erfahren haben, wenn wir uns die Entwurzelung der heimatlosen Flüchtlinge vergegenwärtigen oder uns auf die ausgegrenzten Aidskranken besinnen, dann wird die heilende Funktion des Symbolischen besonders deutlich. Isabelle *Rentsch* (unveröffentlichtes Manuskript 1994, Vortrag am Sozial-psychiatrischen Dienst Zürich) hat die Bedeutung der Kunst- und Gestaltungstherapie für die psychotherapeutische Arbeit mit randständigen Menschen herausgearbeitet. Sie zeigt, wie der Ausdruck über das Bild hilft, Sprachlosigkeit zu überwinden und Beziehung herzustellen, wie strukturgebend und identitätsstiftend der gestalterische symbolische Prozess sein kann. An Beispielen aus ihrer Arbeit mit gefolterten Flüchtlingsfrauen konnte sie deutlich machen, wie durch das ins-Bild-bannen der bedrohlichen Inhalte eine Form von Schutz und Abgrenzung möglich wird, wie im zaghaften Neugestalten Ansätze für ein Probehandeln spürbar werden und das verlässliche Mit-der-Patientin-Sein einen symbolischen Raum gestaltet, indem die Patientin ganz bei sich selbst sein kann, ohne sich verloren zu fühlen.

Meine eigenen Erfahrungen (U.Wirtz.) in Bosnien mit kriegstraumatisierten Kindern und Frauen haben mich in der Überzeugung bestärkt, dass der totale Verlust und die Abspaltung vom symbolischen Leben tödlich ist. Wenn wir die Symbole einer Kultur zerstören und durch Gewalt und Folter auch die Symbolisierungsfähigkeit des Menschen vernichten, dann haben wir es mit Menschen zu tun, die wie Tote mitten im Leben sind, weil jeder lebendige Bezug zur schöpferischen Psyche verlorengegangen ist. Dann kann auch nur durch die Wiederbelebung des Symbolischen Heilung erfolgen. Der bildnerische Prozess ist darum für traumatische geschädigte Menschen ein Stück Heilungs-weg, der selbstregulierende und integrative Prozesse fördert. Symbolisch gestalten, Form geben, Bedeutung verleihen, hilft das Unerträgliche des Lebens zu ertragen. Ein Bild gestalten ist ein erster Schritt auf dem Weg, sich selbst wieder neu zu gestalten. Malen bedeutet, Beziehung aufnehmen, Beziehung mit dem Pinsel, der Farbe, dem Papier - Beziehung führt aus der totalen Vereinsamung heraus, aus dem Zustand der "broken connection", wie er für traumatisierte Menschen beschrieben worden ist. *Gertraud Schottenloher* verweist darauf, dass jedes Bild, mag seine Bildaussage auch noch so hoffnungslos erscheinen und in der Einsamkeit entstanden sein, eine Brücke aus der Isolation darstellt, weil beim Gestalten der Mensch, der dieses Bild möglicherweise betrachtet, innerlich mitgedacht ist." So entsteht es in Beziehung und lebt aus Beziehung, auch aus der Beziehung, die zwischen ihm selbst und seinem Schöpfer besteht. Wo jedoch Beziehung ist, ist auch Hoffnung." (Schottenloher,S.40)

Sich in der Therapie auf den Gestaltungsprozess einlassen, bedeutet immer eine geistigseelische Auseinandersetzung mit dem, was ist, und fördert das Wiederanknüpfen an Innenwelt und Aussenwelt. Wenn wir bildnerisch gestalten, ordnen wir die Wirklichkeit neu, und wandeln dabei auch uns selbst. Abgetrenntes, Verlorenes kann im symbolischen Gestalten wieder angeeignet werden. Wenn wir in der Psychotherapie mit Bildern arbeiten, aktivieren wir das Unbewusste, ermöglichen auf der Bildebene einen neuen schöpferischen Entwurf des eigenen Lebens. Im Bild vermögen die KlientInnen zu sich selbst zu kommen, eine eigene, neue Vision von sich selbst zu entwerfen und sich als Schaffende zu erfahren. Der Künstler Joseph Beuys geht davon aus, dass Kunst Therapie sei und dass der Mensch der Schöpfer seiner selbst und seiner Umgebung sei."Ein wirkliches Erleben: dem Leben einen Sinn zu geben, ganz einfach zu merken, wie wichtig das Leben ist, das man lebt und darüber hinwegzukommen, dass das Leben vielleicht traurig ist und dass das Leben vielleicht auch eine Last ist und nicht viel bringt; diese ganzen Niedergeschlagenheiten, die ja den Menschen sehr oft anfallen, das sagen wir einmal wegzutun, sich selbst wegzuschaffen, indem man aus sich etwas neues macht, natürlich auch mit den anderen Menschen etwas neues macht." (*J.Beuy's: Jeder Mensch ein Künstler. Gespräche auf der Dumenta 1972,aufgezeichnet von C...Bodemann-Ritter, Frankfurt 1992,S.26*)

In der analytischen Psychologie steht der kreativ-schöpferische Prozess im Zentrum des therapeutischen Geschehens. Jung strebte als therapeutisches Ziel die Hervorbringung eines seelischen Zustandes an, in welchem die PatientInnen beginnen, mit ihrem Wesen zu experimentieren, ein Zustand, in dem sich die seelischen Versteinerungen auflösen und ins Fliessen kommen. (vgl. Jung 1984,GW,1,S.41)

Das kreative Bedürfnis des Menschen, das spontane Erschaffen und Gestalten kann als ein Bedürfnis nach Sinngebung und Sinnfindung verstanden werden. Die Symbole sind solche Sinnbotschaften, die etwas Neues entstehen lassen. Sie verweisen uns auf das, was wir sein könnten und sein möchten und haben eine prospektiv-finale Funktion, wie es in der Sprache der analytischen Psychologie heisst. Wir brauchen Symbole, weil sie uns weiterbringen, in uns Gefühle von Sinnhaftigkeit erzeugen, uns öffnen für das Wozu des Lebens und uns durchlässig werden lassen für das Andere, Unbedingte, Geheimnisvolle, das wir mit unserem begrenzten Bewusstsein noch nicht erkennen können. Die symbolische Sprache, das Bild, der Traum ist uns immer voraus, verdichtet, im Bild die Brennpunkte unserer psychischen Entwicklung. Dort, wo die physische und psychische Basis unserer Existenz zertrümmert wurde und Selbst- und Weltverlust die Seelenlandschaft prägen, an diesen Grenzen unserer Existenz tauchen mit besonderer Eindringlichkeit Symbole auf, die wie durch einen Spalt die Transzendenz in die Gegenwärtigkeit der heillosen Immanenz hineinleuchten lassen. Diese Sinnbilder und Grenzeichen sprechen zu lassen, ihre energetische Kraft mit allen Sinnen zu erfahren, hat heilende Wirkung.

Wenn wir uns einlassen auf die Welt der Symbole, die uns von unserer Kopflastigkeit und von der Überwertigkeit des rationalen Ausdrucks, erlöst, dann verbreiten sie Stille, lassen Stillewerden und fördern eine Kultur der Stille. Beschäftigen wir uns mit Symbolen müssen wir innehalten und verweilen, um uns von der Numinosität des Symbols ergreifen zu lassen. Im Umgang mit den symbolischen Ausgestaltungen unseres Unbewussten brauchen wir einführendes Verstehen, Intuition und Phantasie, eine "raison du coeur", denn "das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar". So ist es auch im therapeutischen Umgang mit Träumen oft sinnvoller, sich zunächst mit ihnen zu "befreunden" und sie kontemplierend eine Weile mit sich herumzutragen, statt sie gleich rational zu deuten. Ihr Sinn liegt oft nicht auf der Hand, er ist rätselhaft verhüllt und trägt die Zeichen des Geheimen, der verborgenen Wahrheit, die Non Verweigerung durchwaltet ist, wie Heidegger sagt.

Unsere Träume und Imaginationen verweisen auf das Ausgegrenzte und Abgespaltene, das wir symbolisch bearbeiten können, um es wieder an uns anzuschliessen. Heilung ist nur möglich, wenn wir das symbolische Leitmotiv unserer "Lebensmelodie", das grundlegende Sinnmuster unseres "Lebensdramas" erkennen und annehmen. In der psychotherapeutischen Begegnung können wir dieses Lebensdrama symbolisch neu inszenieren. Die alten Ängste vor Nähe und Hingabe oder Abgrenzung und Isolation werden in der Übertragungsbeziehung erneut durchlitten. Im Psychodrama bewirken symbolische Handlungen und Rituale innere Umstrukturierungen und korrigierende Neuerfahrungen. Der Individuationsweg ist ein von Symbolen gesteuerter und mit Symbolen bereicherter psychischer Entwicklungsprozess, der uns im Innersten erfahren lässt, dass nicht unser bewusstes Ich die Kontrolle über unseren Lebensweg inne hat, sondern dass wir vom zentralen Archetyp des Selbst geleitet werden, der durch die Symbole zu uns spricht.

Wenn wir in der Therapie bildnerisch arbeiten, enthüllt dieser Prozess das ur-eigentliche Lebensthema, das persönliche Sinnmuster. Der gestaltende Prozess der Formgebung verweist auf die Ressourcen, die Lösungsmöglichkeiten von Blockaden und die transformative Kraft spiritueller Symbole. Wenn sie spontan z.B. in Form von Kreuz, Kreis, Zentrum, Herz, Ei usw. auftreten, wird die Grenze vom Teil zum umgreifenden Ganzen überschritten und neue, unvertraute Räume können erforscht werden. Die psychoanalytische Kunsttherapeutin *Gisela Schmeer* zeigt in ihrem Buch "Krisen auf dem Lebensweg. Psychoanalytisch-systemische Kunsttherapie.(München 1994) die spirituellen Entwicklungsthemen, die sich im Bild ausdrücken (S.284) und auf einen letzten, kosmischen Sinn verweisen: dazu zählen die Entdeckung des spirituellen Kerns, das Angezogen- und Angesogensein, das Auftauchen und die Schwerelosigkeit, die Archetypen der Helfer und geistigen Heiler, die Strahlungen als Verbindung zwischen unten und oben, das Hereinholen des göttlichen Herzens.

So wie das Symbol früher dem "Erkennen" der Freunde diene, trägt das Symbol auch heute zur Erkenntnis und Selbstfindung bei, zur Bestimmung unseres Sinns im kosmischen Ganzen.