

## Die Überschreitung zum wortlosen Raum

### Von der Integrativen Gestalttherapie zur Nootherapie

"Wovon man nicht sprechen kann, darüber muss man schweigen".

Wittgenstein

Die von Hilarion Petzold als Weiterentwicklung der Gestalttherapie begründete "Integrative Gestalttherapie" zeichnet sich durch ein besonderes Interesse an der geistigen Dimension des Menschen und an der Sinnfrage aus. Im Rahmen der integrativen Gestalttherapie ist Sinnhaftigkeit für das Verständnis von Gesundheit genauso bedeutsam, wie Kohärenz, Integrität und Wohlbefinden. Sinnerleben gehört unabdingbar zur Lebensqualität. Damit erweitert die Integrative Gestalttherapie ihr Gesundheits- und Krankheitsverständnis gegenüber einem reduktiven psychoanalytischen Festschreiben von Gesundheit als Liebes- und Arbeitsfähigkeit. "Sinn und Medium der Sinnerfahrung" (Petzold, H. In: Pritz, a. a. O., S. 404) ist der Leib. Dieses "Leibapriori", wie es Petzold in Anlehnung an Merleau-Ponty nennt, ist das Zentrale. Der Leib ist das totale Sinnesorgan, denn wir sind immer leiblich in der Welt, nehmen die Welt mit unseren Sinnen wahr und erfahren Sinn auch nur über unsere Sinne. "Die Tatsache, dass wir uns in der Welt wahrnehmen, ist Sinn. Der Zen-Buddhismus kennt keinen darüber hinausgehenden, höherwertigen Sinn" (Petzold, ebda S. 404). Er kritisiert die Absurdität eines Begriffes wie "transpersonale Psychologie", da sich auch der abstrakteste Gedanke immer innerhalb der Grenzen unseres Leibes vollziehe. In der Integrativen Therapie wird davon ausgegangen, dass es einen Sinn gibt, der allen natürlichen Zusammenhängen innewohnt, einen "primordialen Kon-sens" (S. 405). Dieser Sinn konstituiert sich als Bezogensein, in Ko-responzenz, denn eine Grundannahme dieser Theorie besagt, dass der Mensch nur durch den Mitmenschen zu seinem wirklichen Menschsein finden kann. Identität vollzieht sich in Bezogenheit auf den anderen und die Mitwelt. Sinn ist erfahrbar in der Bezogenheit und Verbundenheit mit dem Mitmenschen und der Welt. Identitäts- und Sinnerleben fallen zusammen. Auch in der therapeutischen Konzeptualisierung der vier Heilungswege hat die Sinndimension einen zentralen Platz.

Der erste Weg der Heilung wird von Petzold Bewusstseinsarbeit genannt. Hier geht es um Sinnfindung durch Einsicht und durch intersubjektive Ko-responzenzerfahrungen. Der zweite Weg der Heilung ist der Prozess der Nachsozialisation mit dem Ziel, das Grundvertrauen, das durch frühe Verletzungen beschädigt worden ist, wiederherzustellen. Der dritte Weg der Heilung zielt auf die Persönlichkeitsentfaltung und focussiert auf die Werte der Kreativität, Phantasie und Sensibilität, um die Wertschätzung und persönliche Würde erfahrbar zu machen. Besonders wichtig erscheint uns die Einführung eines vierten Weges der Heilung, der die Therapie aus der innerpsychischen Verortung herauslöst und Engagement und Solidaritätserfahrung fördert. Hier ist der Wert der Verantwortung für die Integrität von Menschen, Gruppen und Lebensräumen angesiedelt, wie wir ihn von Frankl kennen, wie er aber auch in der Traumaforschung als letzte Stufe des Heilungsprozesses beschrieben wird.

Diese Konzepte von Gesundheit und Krankheit vereinigen verschiedene lebensphilosophische Positionen, die Werte der Regulationskompetenzmodelle (Freud, Menninger, Erikson): Harmonie, inneres Gleichgewicht und Anpassungsfähigkeit, die Werte der Selbstaktualisierungsmodelle (Fromm, Rogers, Maslow): Autonomie und Wachstumsbereitschaft

und vor allem die Werte der Sinnfindungsmodelle (Frankl, Allport): Verantwortung und Hingabe an überindividuelle Aufgaben.

Während andere therapeutische Schulen, wie etwa die von Viktor Frankl, C. G. Jung oder die Daseinsanalyse, die sich ebenfalls mit der Dimension von Sinn befassen, diese Überlegungen als Grundstruktur und Haltung in ihr System integriert haben, grenzt sich Petzold von diesen Schulen in dem Sinne ab, dass er dem geistigen Bereich in Form der "Noothherapie" (von griechisch nous = Geist) einen besonderen Platz zuweist (vgl. H. Petzold: Noothherapie und "säkulare Mystik" in: Psychotherapie, Meditation, Gestalt. Junfermann Verlag, Paderborn, Bd. 16, Jahrgang 1991). Petzold geht es darum, die Sinnfrage nicht einfach hilflos an die Seelsorger zu delegieren, was seiner Ansicht nach "einer Fragmentierung menschlicher Ganzheit" gleichkommt (a. a. O., S. 57). Die Noothherapie strebt aber auch nicht an, das geistige Leben zu psychologisieren und Innerlichkeit billig zu veräusserlichen. Ebenso lehnt Petzold die Delegation existentieller Themen an die Philosophie ab. Die Noothherapie bezieht sich auf "die Fragen nach den Werten, dem Sinn, den Lebenszielen, nach Anfang und Ende, Leben und Sterben, nach der Wahrheit und der Liebe, nach dem Schönen, der Transzendenz, nach Gott", die bisher in der Psychotherapie zu wenig Raum bekommen haben "trotz Zugängen zu diesen Fragestellungen bei Dürckheim und Frankl, Jung, Fromm und Boss" (a. a. O., S. 57). Die marginale Berücksichtigung, die diese Autoren mit ihren Haltungen zu Sinn und Spiritualität bei Petzold erfahren, finden wir bedauerlich, da in diesen Konzeptionen viel von dem, was er in der Noothherapie als neu beschreibt und mit anderen Namen versieht, bereits vorweggenommen worden ist.

Das Ziel der Noothherapie ist "sich selbst im Lebensganzen verstehen zu lernen". Der Therapeut wird dabei aber "in der Regel nur Begleiter, Spiegel, Dialogpartner, zuweilen Impulsgeber bei Fragen sein, die das geistige Leben betreffen; Begleiter auf der Suche bis zu dem Punkt, an dem ein Führer notwendig wird. . . an dem das Feld der Therapie eindeutig verlassen wird, an dem eine Überschreitung stattfindet und die Suche nach dem geistigen Führer beginnt - eine Rolle, die der Therapeut nur in den seltensten Fällen übernehmen kann" (a. a. O., S. 58).

Die Noothherapie wird hier als eine Art Suchwanderung beschrieben, eine Quest, die letztlich zur Suche nach dem inneren Meister führt, der dann im Aussen keiner anderen Meister mehr bedarf, entsprechend der buddhistischen Maxime: "triffst du Buddha unterwegs, töte ihn".

Wie diese geistige Dimension versprachlicht werden kann, ist eine wichtige Frage in der Noothherapie. Petzold verweist hier auf Wittgenstein und seine berühmten Worte: "Wovon man nicht sprechen kann, davon muss man schweigen". Er sieht die Aufgabe des Nootherapeuten gerade darin, jenseits rationaler Ordnungszwänge "die Erlaubnis zur Wortlosigkeit zu geben". In dieser Therapieform wird an präverbale Erlebnisqualitäten von Urvertrauen und Allverbundenheit gerührt, in der der Suchende seine je eigene, persönliche Antwort finden muss" (a. a. O., S. 64). Die Rolle des Nootherapeuten hat hier nichts mit Deutung oder Belehrung zu tun, sondern er ist der Schweigende, der den intersubjektiven Raum bereitstellt, in dem sich die grossen Fragen zeigen dürfen.

Die Besonderheit der Noothherapie beruht auf dem Phänomen der Unaussprechbarkeit des "Noetischen" und der Notwendigkeit, ihm dennoch Raum und Gestalt zu geben, wenn in einer Therapie die Grenze erreicht wird, wo diese Dimension des Unaussprechlichen und Geheimnisvollen anklingt. Dabei kritisiert Petzold, dass die humanistische, transpersonale, Reich'sche und Jung'sche Psychologie eine Surrogatfunktion übernehmen, indem sie den spirituellen Bereich in ihr System integriert haben, der nach seiner Meinung jedoch von der "psychologischen Selbstverwirklichung" deutlich zu trennen ist. Wir halten diesen Vorwurf für

unberechtigt und sehen darin eine Gefahr, den Menschen in Teilbereiche aufzuspalten, die letztlich miteinander verbunden sind.

Für Petzold beginnt an der Grenze zur "Nootherapie" eine grundsätzlich neue Dimension, die eigentlich keine Therapie mehr ist, da sie keine Behandlung in Form therapeutischer Einflussnahme und Zielsetzung mehr sein kann, sondern lediglich ein Nachfolgen, Begleiten und Bereitstellen des "leeren Raumes". "Der kritische Moment der Nootherapie ist der Augenblick der Überschreitung, wenn Therapie aufhört und einer neuer Weg (do, yoga) beginnt, der geistige Pfad, der den therapeutischen Dialog, die Diskurse des Unbewussten, die Strebungen psychologischer Selbstverwirklichung transzendiert. Es darf dieser Punkt nicht vermieden werden. . . und sei es dadurch, dass sich der Therapeut anmasst, zu führen, auf einem Terrain, das er selbst nie betreten hat, oder auch nur zu begleiten in Regionen, die für seinen Zutritt (noch) nicht bestimmt sind. Oft kann er ihm nicht einmal folgen" (a. a. O. , S. 65).

Warum Petzold dieses "Folgen", diesen gemeinsamen Weg gleichwohl Noo-therapie nennt, ist widersprüchlich und verwirrt mehr, als es erklärt. "Es wird eine neue Qualität der Führung erforderlich, jenseits dessen, was Therapie ist und vermag". Die Grundhaltung des Therapeuten ist dabei die Absichtslosigkeit, die eigene Übungserfahrung voraussetzt, das heisst, "er muss selbst auf dem Weg sein" (a. a. O. , S. 69), wie es Dürckheim schon gefordert hat.

"Voraussetzung ist, dass der Therapeut selbst die Bedeutung des Noetischen erkannt hat und bejaht, dass er sich selbst um sein geistiges Leben bemüht, darum, Sinn in seinem Dasein zu finden, für sich, mit anderen" (a. a. O. , S. 58). Diese Forderung wäre auch im Rahmen einer traditionellen Psychotherapie an die TherapeutInnen zu stellen, da wir seit Freud wissen, dass wir unsere KlientInnen nur so weit begleiten können, wie unsere eigenen Komplexe es gestatten. Ein ausgebrannter Psychotherapeut, der seine persönliche Erfahrung der Sinnkrise verdrängt und in den Zynismus flüchtet, wird auch ausserhalb einer Nootherapie eine schlechte Behandlung bieten. Und wir würden uns von jedem Psychotherapeuten und jeder Psychotherapeutin wünschen, dass in der eigenen Lehranalyse nach dem Sinnmuster des eigenen Lebens gesucht wurde und dass in ihrem realen Lebensvollzug Sinnerfahrungen möglich sind.

Hinweise auf die Grenze, an der eine "Überschreitung" zur Nootherapie notwendig wird, sieht Petzold "immer wieder, wenn Grenzthemen aufkommen wie Tod, Alter, Zeugung, Geburt, oder existentielle Themen wie Liebe, Lebenssinn, Religion, Wertfragen. Diese Themen können besonderen Raum gewinnen, wenn sie durch den Therapeuten nicht verhindert werden. Er muss sich selbst mit diesen Fragen auseinandergesetzt haben" (a. a. O. , S. 70).

Auch hier stellt sich die Frage, ob diese Themen nicht in jeder Therapie aufkommen, da es sich um archetypische Muster handelt und diese Inhalte auch in allen therapeutischen Schulen, mit ihren je eigenen methodischen Ansätzen und Sinnrahmen bearbeitet werden.

Zur Praxis der Nootherapie gehören meditative Praktiken und kreative Medien wie Farben, Ton, Musik, Poesie, Bewegungsmeditation, Improvisation mit Stimme oder Instrumenten, um so den "eigenen Ton" zu finden. Dabei schaffen die Medien die Möglichkeit der Begegnung, indem sie nicht zwischen dem Ich und dem Du als ein Trennendes stehen, sondern als "dritte Sache" eine Brücke bilden, ähnlich wie der "Logos" bzw. der "gestaltende Aspekt" der Beziehung in der Logotherapie und Existenzanalyse verstanden wird. Das Medium bildet das "und" zwischen dem Ich und dem Du. Dadurch gewinnen die kreativen Medien eine eminente Bedeutung in den "vier Aspekten der Begegnung", die auch die vier Dimensionen der "säkularen Mystik" ausmachen: die Begegnung mit mir selbst, mit dem Du, mit den Dingen der Welt und mit der Transzendenz. Dabei ist dieser vierte Begegnungsmodus, die Transzendierung zunächst innerweltlich und nicht

"jenseitig" zu verstehen, sondern "als ein die Einzelteile umfassendes, ihre Fragmentierung überschreitendes Ganzes" (a. a. O. , S. 72).

Die meditative Praxis spielt in der Nootherapie eine wichtige Rolle. Sie vollzieht sich nach Petzold von "Besinnung" über Betrachtung" zur "Versenkung". Die Bedeutung der "Besinnung" beruht auf der Tatsache, dass "der Sinn in den Sinnen ruht". Besinnung ist "Ausdruck der Verbundenheit mit dem Leib, mit dem andern, mit der Welt, mit der Geschichte" (a. a. O. , S. 73 f. ).

Die Betrachtung (Contemplatio) meint "die Schau, die das Ansehen übersteigt. Die Dinge werden in den Blick genommen und sie fallen ins Auge. . . die Bewegung ist wechselseitig, Sehender und Gesehenes sind verbunden. . . In diesem Paradoxon liegt der Beginn der Möglichkeit, sich in das Wesen der Dinge zu versenken, d. h. aber zugleich in das eigene Wesen" (a. a. O. , S. 74 f. ).

Versenkung "bedeutet, sich in den Grund sinken zu lassen und zur Höhe aufzusteigen in einem" - eine mystische Erfahrung (a. a. O. , S. 75).

Die Übung (das Exercitium)) schliesslich "ist der Weg, der sicher weiter führt" (a. a. O. , S. 75).

Die Übung muss jedoch in den alltäglichen Lebensvollzug i. S. des "Alltags als Übung" (Dürckheim) eingebettet sein. Dabei geht es nicht um "Perfektion und Brillanz, sondern um das Finden des eigenen Stils. Als Ziel der Nootherapie nennt Petzold, die Menschen "auf den Weg (der Übung) zu bringen" (a. a. O. , S. 76 f. ).

Die Grenze zwischen Psycho- und Nootherapie, die Petzold mit dem Begriff der "Überschreitung" deutlich macht, sehen wir als den Unterschied zwischen Teilsinn und Gesamtsinn bzw.

Sinnggebung und Sinnfindung. Dabei erhebt sich stets erneut die Frage, wo diese Grenze verläuft, ob sie in der Praxis überhaupt als Grenze deutlich festzumachen ist oder ob es sich nicht auch hier um einen fließenden Übergang, um eine Ganzheit i. S. eines Kontinuums handelt.

Damit wird auch die Frage nach der Grenze zwischen Psychotherapie und spiritueller Praxis, zwischen Seelenbegleiter und Seelsorger, zwischen Psychologie und Religion frag-würdig. Wir glauben, dass es hier aus der Perspektive der menschlichen Entwicklung keine scharfen Grenzen gibt, sondern dass es sich um einen kontinuierlichen Prozess zunehmender Bewusstheit handelt (vgl. dazu. Wilber/ Engler/ Brown 1988).

Für die therapeutische Praxis wird es wichtig sein, wie weit TherapeutInnen ihre KlientInnen auf dem spirituellen Weg begleiten können und wo die Grenze erreicht ist, die eine andere spirituelle Führung erforderlich macht, einen vertiefteren Erfahrungshorizont auf dem spirituellen Übungsweg der Meditation oder der religiösen Praxis. Leider gibt es erst wenige spirituelle LehrerInnen, die gleichzeitig über eine fundierte Kenntnis der psychologischen Prozesse, der Entwicklungsstadien des Selbst und krisenhafter spiritueller Entwicklungen verfügen, um für die weitere "Reise" verlässliche und kundige WegbegleiterInnen durch Sinn und Wahn-sinn zu sein. Aus der Sicht der einzelnen Aspekte der Sinnerfahrung, wie wir sie verstehen, strebt die Integrative Therapie ein ganzheitliches Sinnverständnis an, indem sie den Menschen als eine Einheit von Körper, Seele und Geist begreift. Während z. B. die Logotherapie die religiöse und spirituelle Dimension der Sinnsuche, den Aspekt des "Gesamtsinns" an die Seelsorge delegiert und sich in ihrer Kompetenz scharf von dieser abgrenzt und andererseits die analytische und humanistische Psychologie diesen Bereich mit dem Prozess der Individuation bzw. Selbstverwirklichung voll in ihr Konzept integriert, nimmt die Integrative Therapie eine Mittelstellung zwischen diesen beiden Positionen ein. Für die Jungsche und Humanistische Psychologie sind die Übergänge zwischen dem "Teilsinn" in Form der Bearbeitung neurotischer Alltagskonflikte und dem "Gesamtsinn" spiritueller Erfahrung - entsprechend Maslows "Gipfelerfahrung" oder der von Natur aus religiösen Funktion der Seele bei Jung - fließend. Demgegenüber grenzt Petzold in der Integrativen Gestalttherapie diese beiden Therapiephasen mit

dem Begriff der "Überschreitung" klar voneinander ab. Andererseits ist die Unterscheidung bei Petzold insofern unklar, als er mit der Bezeichnung Noo-therapie diese Methode als eine therapeutische definiert, an anderer Stelle sie aber als eine grundsätzlich neue Form der Begleitung auf dem spirituellen "Weg" bezeichnet.

Die Noothherapie wäre damit unserem Verständnis der Suche nach dem "Gesamtsinn" zuzuordnen, während die vorgängige Phase der Integrativen Therapie, die Aufarbeitung neurotischer Konflikte und Defizite und die Erweiterung der "Sinnerfassungskapazität" den Elementen eines "Teilsinns" entspräche.

Bezüglich unserer Unterscheidung zwischen Sinngebung und Sinnfindung lassen sich in beiden Therapiephasen beide Sinnaspekte finden. Die Offenheit für die sinn-liche Erfahrung, die Betonung der Körperlichkeit und die Übungspraxis der Be-sinnung, Betrachtung und Versenkung können als Formen von Sinnfindung gelten, während der aktive Hinweis auf spezifische meditative Praktiken und der Einsatz kreativer Medien als eine Form der Sinngebung zu bezeichnen ist. Für Petzold setzt die Übernahme der Noothherapie durch die PsychotherapeutInnen eigene meditative Erfahrung i. S. der Übung der Absichtslosigkeit voraus. Ausserdem sei in der Noothherapie die klassische Form der analytischen Abstinenz zu verlassen. Doch halten wir hier eine modifizierte Abstinenz der TherapeutInnen für besonders wichtig, damit "Überschreitungen" nicht in sexuellen und narzisstischen Missbrauch entgleisen. Die Erfahrung hat leider gezeigt, dass auch eine fortgeschrittene spirituelle Übungspraxis vor ausbeuterischem Verhalten nicht verlässlich zu schützen vermag. Es ist hier besonders wichtig, dass der Therapeut seine Funktion nicht in der Weise missversteht, dass er sich selbst "im Fleische" sinnen-stimulierend statt sinn-stiftend anbietet.