

Lob des 'Wu Wei' oder 'Arbeit', eine eingefleischte therapeutische Metapher unter der Lupe

von Ulrich Lessin

„Nicht das Ausmaß der Zeit und nicht die Theorie der Psychotherapie sind es, wodurch die Persönlichkeit berührt wird; es geht nur darum, das Richtige zur richtigen Zeit zu sagen.“
(Milton H. Erickson)

1. Prolog

Erfahrungen

Beginnen will ich, indem ich von zwei Erfahrungen erzähle, die mit dazu beigetragen haben, mir die Gedanken zu machen, die ich in diesem Artikel vorstellen will:

Es war im Rahmen meiner Ausbildung in Gestalt-Körper-Arbeit. Wir hatten uns in Paaren zusammengefunden und unterstützten einander auf einer Atemreise. Ich war mit B. zusammen und begleitete ihn auf seinem Weg, der von vielen Tränen aufgeweicht war, und als die Tränen allmählich verebten, erzählte er mir von seiner Sehnsucht nach seiner Tochter, die jetzt 14 Jahre alt war und die er seit 10 Jahren nicht gesehen hatte. Ich bat ihn, mir mehr davon zu erzählen und wir waren uns sehr nahe, als er mir stockend und immer wieder in Tränen ausbrechend von seiner Tochter, seiner Liebe und seinen Enttäuschungen erzählte und er - wie er mir später sagte - zum ersten Mal seit langer Zeit mit jemanden diese Gefühle teilte. Wir waren uns sehr nahe, bis dann eine Frau, die uns supervidieren sollte, sich zu uns setzte, eine Zeitlang zuhörte und mir dann irgendwann leise aber bestimmt ins Ohr flüsterte: „Jetzt ist ein guter Moment, um anzufangen zu arbeiten.“ Ich war irritiert, fühlte mich gestört und unter Druck gesetzt. Mir kam es vor, als sollte ich mir und ihm Gewalt antun, sollte mich jetzt in einen Hecht verwandeln und den Vertrauensseligen verschlingen, nachdem wir zuvor wie zwei Karpfen nebeneinander hergeschwommen waren und miteinander den Teich erkundet hatten. Was ich als nahe und wesentliche Begegnung erlebt hatte, sollte offenbar nur so eine Art Vorspiel sein für das Eigentliche, die wirkliche Arbeit.

Das andere, von dem ich erzählen will, fand ein paar Jahre später statt. Ich befand mich in einer schwierigen Phase meines Lebens mit vielen Umbrüchen und Bedrängnissen und so beschloß ich, mir wieder einmal einen Therapeuten zu suchen, um meine Probleme und Schwierigkeiten mit ihm zu bearbeiten. Da ich mit niemandem aus der Gestalt-Szene arbeiten wollte und Lust hatte, Erfahrungen mit anderen Therapieformen zu machen, kam ich auf Empfehlung eines Freundes zu einer Hypnotherapeutin. Ich fühlte mich wohl bei ihr, doch nach einiger Zeit bekam ich einige Zweifel, ob ich auch wirklich in guten Händen sei; denn ich fühlte mich zwar wohl bei ihr, aber so richtig gearbeitet, so schien es mir, wurde dort eigentlich nicht: keine dramatischen Gefühlsausbrüche, kein

wirklich in die Tiefe gehendes Arbeiten, so schien es mir, allenfalls ab und zu ein paar Tränen, das konnte ja wohl nicht das Richtige für mich sein, was mich wirklich weiterbringen würde in meiner Arbeit an mir selber. So dachte ich damals als eingefleischter Gestalt-Therapeut und war drauf und dran, die Therapie abzubrechen. Zum Glück habe ich es nicht getan, ich glaube wohl eher aus Faulheit als aus Überzeugung. Und allmählich dämmerte es mir: Ich mußte nämlich mit Verwunderung zur Kenntnis nehmen, und das paßte überhaupt nicht in mein Konzept, daß ich mit meinen Krisen erstaunlich gut zurechtkam, obwohl wir in meiner Therapie nicht wirklich in die Tiefe zu arbeiten schienen und die Sitzungen statt dessen eher leicht und angenehm verliefen. Was ich schon von meiner Oma gelernt hatte, daß nämlich Medizin, wenn sie helfen soll, bitter sein muß, stimmte plötzlich nicht mehr, und ich fing an zu begreifen: Ich muß mir nicht alles im Leben mühevoll erarbeiten, manches bekomme ich einfach geschenkt. Oder bezogen auf Therapie: Ein wirksamer therapeutischer Prozeß kann auch angenehm, leicht und spielerisch wie von selber geschehen und ist nicht notwendigerweise mit schmerzhafter und anstrengender Arbeit verbunden.

Tradition

Diese Erfahrungen haben mich hellhörig gemacht und mit dazu beigetragen, immer dann aufzuhorchen, wenn im therapeutischen Setting von 'Arbeit' gesprochen wird. Und dazu habe ich im Kontext der gestalt-therapeutischen Fortbildung reichlich Gelegenheit; denn 'Gestalt-Arbeit', 'Einzelarbeit', 'Gruppenarbeit', 'Arbeit an sich selbst', das sind zentrale Begriffe in der Gestalt-Therapie, ganz selbstverständlich gebraucht und weiter tradiert wie ein gutes Markenzeichen. 'Arbeit' ist so im Kontext der Gestalt-Therapie zu einer „eingefleischten Metapher“ geworden, sie gehört also zu den Metaphern, „deren Gebrauch uns so 'in Fleisch und Blut einge(i)bt... sind', daß wir uns ihrer, die (biographischen und historischen) Hintergründe für unsere sich gestaltenden Verbalisierungen, Empfindungen und Wahrnehmungen kaum noch gewahr werden.“¹ Und so wie oft ein Name dem Produkt, das er bezeichnet, so stark sein Gepräge gibt, daß beide fast nicht mehr zu unterscheiden sind, so werden auch Gestalt-Arbeit und Gestalt-Therapie häufig wie synonyme Begriffe verwandt.²

„Wer will arbeiten?“ Wer je das Vergnügen hatte, an einer Gestaltgruppe teilzunehmen, dem klingt sie sicher noch in den Ohren, diese sich immer wiederholende Frage, „die klassische Form der Einladung eines Gestalttherapeuten an seine Klienten“.³ Die Metapher 'Arbeit' gehört offensichtlich fest zum gestalttherapeutischen Setting dazu, und das

nicht nur bei *den* Gestalttherapeutinnen⁴, die sich ganz eng an dem orientieren, was Fritz Perls mit seinem Konzept der „Einzelarbeit vor der Gruppe“ als das Herzstück der Gestalttherapie vorgegeben hat.⁵ Gemeint ist mit dieser Frage, die ja *den* Markenartikel der Gestalttherapie zu benennen und an den Mann oder die Frau zu bringen versucht, häufig nichts anderes als dies: Wer aus der Gruppe will für das, was sie bewegt, Spielraum haben in der Gruppe und sich dafür in Kontakt mit der Gruppenleiterin begeben?

„Wer will arbeiten?“ Da weiß man, woran man ist: Die Spannung vor dem Startschuß. Auf die Plätze - fertig - ...Neue Arbeit, neues Glück! Und niemand fragt danach, welche Gefühle, Empfindungen und Gedanken denn eigentlich ausgelöst werden, wenn das traditionelle Herzstück der Gestalt-Therapie dem Kundinnen als 'Arbeit' vorgestellt wird.

Entdeckungen

Inzwischen habe ich häufig die Möglichkeit, gestalttherapeutische Gruppenprozesse von außen als Supervisor zu erleben, wo es mir leichter möglich ist, mich von dieser Spannung nicht mehr mitreißen zu lassen. Und so kann ich mich daran erinnern, welche machtvolle Suggestionen Worte sein können, zumal wenn sie wie selbstverständlich zu Ritualen dazugehören und als solche akzeptiert und in der Regel vom Bewußtsein nicht überprüft werden. Wenn ich aus dieser relativen Distanz heraus das Wort 'Arbeit' in seiner suggestiven Kraft auf mich wirken lasse, dann mache ich erstaunliche Entdeckungen.

Die erste Entdeckung ist die, daß das Wort 'Arbeit' für mich eng verbunden ist mit Worten wie 'Mühe' und 'Anstrengung'. Und wenn ich dem weiter nachgehe und zum Beispiel ein Wörterbuch zu Rate ziehe, dann wird schnell deutlich, daß schon die Sprachgeschichte diese Wortes in diese Richtung weist: „Die Wörter für Arbeit... bezeichnen das Mühsame der Tätigkeit, die harte Anstrengung. Das deutsche Wort 'Arbeit' kommt von lateinisch 'arvum, arva', 'gepflügter Acker'. Im Hochdeutschen und Altsächsischen drückt das Wort die Vorstellung sich auferlegender, beengender Notwendigkeit aus, die Unbequemlichkeit, Schmerzen und Erschöpfung durch Müdigkeit mit sich bringt; es ist synonym mit 'Mühsal', 'Not', 'Beschwerde'.“⁶

Die nächste Entdeckung hängt eng mit der ersten zusammen: Der Begriff 'Arbeit' ist für mich - im Gegensatz zur inneren Unendlichkeit des Spiels - mit der Begrenzung der für die Arbeit zur Verfügung stehenden Zeit und das heißt auch mit einem von außen vorgegebenen Arbeitstempo verbunden, das sich mit meiner eigenen 'inneren Uhr' überhaupt nicht decken

Ulrich Lessin

muß: „Die Sucht nach Tempo erinnert an das klinische Bild der ‘unproduktiven Manie’; bei dem ganzen Getue kommt nichts rechtes heraus. Und man hat bei allem Tempo den Eindruck, als ob der Mensch, der um kein Ziel im Leben weiß, den Weg des Lebens deshalb mit höchstmöglicher Geschwindigkeit lief, damit er die Ziellosigkeit nicht merke.“⁴⁷ Oder die denkwürdige Stelle aus ‘Momo’ über die seltsamen Veränderungen des Friseurs Fusi und der anderen Menschen in der Stadt nach dem Besuch der grauen Herren von der Zeitsparkasse: „Seine Arbeit machte ihm auf diese Weise überhaupt keinen Spaß mehr, aber das war ja nun auch nicht mehr wichtig... Jeder Handgriff war nach einem genauen Zeitplan festgelegt. In Herrn Fusis Laden hing nun ein Schild mit der Aufschrift: Gesparte Zeit ist doppelte Zeit!...So konnten sie keine richtigen Feste mehr feiern, weder fröhliche noch ernste. Träumen galt bei ihnen fast als ein Verbrechen. Am allerwenigsten aber konnten sie die Stille ertragen. Denn in der Stille überfiel sie Angst, weil sie ahnten, was in Wirklichkeit mit ihrem Leben geschah. Darum machten sie Lärm, wann immer die Stille drohte... Niemand schien zu merken, daß er, indem er Zeit sparte, in Wirklichkeit etwas ganz anderes sparte. Keiner wollte wahr haben, daß sein Leben immer ärmer, immer gleichförmiger und immer kälter wurde.“⁴⁸

Die dritte Entdeckung, die ich mache, ist die, daß „Arbeit“ für mich eng verbunden ist mit ‘Pflicht’. Damit wird Arbeit zu einer Handlung, bei der ich keine freie Wahl mehr habe, sondern die mir in dem Kontext, in dem ich lebe, auferlegt ist und die ich auszuführen genötigt bin, ob ich Lust dazu habe oder nicht. Mein Opa fällt mir ein, der auf einer preußischen Kadettenschule seinen ‘Schliff’ bekommen hat und für den zeitlebens seine Arbeit ‘Pflicht’ war und ‘Dienst’. Und ich erinnere mich an meine religiöse Sozialisation, die ich heute mit den Schlagworten ‘Pietismus’ und ‘Puritanismus’ belegen kann, von denen ich weiß, daß Max Weber die Wahlverwandtschaft zwischen dieser protestantischen Ethik und dem Geist des Kapitalismus⁹ herausgearbeitet hat: „Nicht Muße und Genuß, sondern *nur Handeln* dient nach dem unzweideutig geoffenbarten Willen Gottes zur Mehrung seines Ruhms. *Zeitvergeudung* ist also die erste und prinzipiell schwerste aller Sünden. Die Zeitspanne des Lebens ist unendlich kurz und kostbar, um die eigene Berufung ‘festzumachen’. Zeitverlust durch Geselligkeit, ‘faules Gerede’, Luxus, selbst durch mehr als der Gesundheit nötigen Schlaf - 6 bis höchstens 8 Stunden - ist sittlich absolut verwerflich. Es heißt noch nicht wie bei Benjamin Franklin: ‘Zeit ist Geld’, aber der Satz gilt gewissermaßen im spirituellen Sinn: sie ist unendlich wertvoll, weil jede verlorene Stunde der Arbeit im Dienst des Ruhmes Gottes entzogen ist. Wertlos und eventuell direkt verwerflich ist daher auch untätige Kontemplation, mindestens wenn sie auf Kosten der

Berufsarbeit erfolgt...Die Arbeit ist... von Gott vorgeschriebener *Selbstzweck* des Lebens überhaupt... Die Arbeitsunlust ist Symptom fehlenden Gnadenstandes“.¹⁰

Die vierte Entdeckung ist die, daß ‘Arbeit’ für mich fast synonym ist mit ‘Leistung’. Es geht also darum, Ansprüche zu erfüllen, von außen gesetzte oder eigene, und bewertet zu werden, von außen sowohl als auch von mir selber: „Die Stichworte der bürgerlichen Leistungsreligion lauten: Konkurrenz, Machbarkeit des Glücks, Inthronisierung des individuellen Egoismus, expansiver Massenkonsum, ökonomisches Wachstum...Leistung, als Erfolg einer Handlung verstanden, beurteilt den Menschen nicht vom Sein, sondern vom Tun her. Sinn wird hier grundsätzlich auf Handeln reduziert. Das Leben bekommt erst dadurch einen Sinn, daß wir ihm durch unser Tun einen solchen zu geben vermögen. Das Werk, das Tun, die Leistung treten an die Stelle der Person. Der Mensch erscheint als die Summe seines Erfolges... Das Grundmotiv der Leistungsideologie ist individualistisch und egoistisch.“¹¹



Schultor in Mittelberg (Kleinwalsertal)

Und wenn ich diese Suggestion von Arbeit und Leistung weiter auf mich wirken lasse, dann wird mir deutlich, wie sehr hier eine Seite von mir zum Schwingen gebracht wird, die im Gefolge von Wilhelm Reich der rigide Charakter genannt wird. Alexander Lowen beschreibt seine Arbeit mit einem in dieser Weise im Leistungsdenken und Handelnmüssen verfangenen Menschen: „Seiner Wesensart

gemäß arbeitet der Patient darauf hin, ein spontanes Gefühl zu erreichen. Es ist derselbe Widerspruch, der in der Bemerkung steckt: ‘Versuche, dich zu entspannen’. Der Patient war entschlossen, zu lieben; d.h. seinen zärtlichen Gefühlen nachzugeben. Aber die Entschlossenheit bedeutet einen festen, harten Kiefer, verspannte Schultern, einen versteiften Rücken... Meine Reaktion bestand darin, dem Patienten einfach zu sagen: ‘Versuchen Sie’s nicht. Das ist keine Schule mit Plus- und Minuspunkten für Verhalten oder Leistung. Meine Aufgabe ist es, Sie von dem Druck zu befreien, nicht ihn zu vermehren. Sie werden so akzeptiert, wie sie sind, nicht unter der Bedingung, daß Sie tun, was ich will.’¹²

Darüber hinaus entdeckte ich, daß ‘Arbeit’ für mich eng verbunden ist mit der Vorstellung, mich auf ein bestimmtes Ziel auszurichten. Ich arbeite z.B. an der Fertigstellung dieses Artikels oder für die Verbesserung des Schulsystems oder mein Opa arbeitete dafür, daß seine Kinder es einmal besser haben sollten als er. Von der Ausrichtung auf ein bestimmtes Ziel her ist Arbeit dann auch meßbar, bewertbar und kann entsprechend belohnt oder vergütet werden. Durch diese Zweckorientiertheit unterscheidet sich Arbeit grundsätzlich vom Spiel: „Spiel verfolgt keinen ausserhalb seiner selbst liegenden Zweck. Es ist dadurch von der Arbeit, vom Kampfe ums Dasein, von der Not und der Sorge, vom Ernst und den objektiven Wert- und Zweckordnungen abgehoben... Das Kind, das einen Kreisel treibt oder ‘Indianer’ spielt, der Jugendliche auf der Laienbühne..., der Briefmarkensammler - sie alle sind nach außen hin frei, mögen sie innerhalb ihres Spiels auch noch so sehr an Regeln und Vorschriften gebunden sein. Selbst der ernsthafte Künstler im musikalischen oder dramatischen Spiel muß während seines Spiels frei sein von unmittelbarer Notdurft und Sorge, aber auch frei von allen Absichten und Zwecken, die außerhalb seiner Spielkunst liegen. Soll sein Spiel gelingen, so muß er sich ihm widmen können, als gäbe es nichts außer diesem Spiel auf der Welt.“¹³

Schließlich suggeriert mir der Begriff ‘Arbeit’, vor allem in seiner Konkretisierung als ‘Arbeit an mir selber’, daß der therapeutische Prozeß notwendigerweise ein Prozeß ist, in dem ich mich verändern muß. Psychotherapie wird so reduziert auf die „Heilung von psychischen Defekten“, statt „die „Kreativität und den bisweilen unglaublichen Einfallsreichtum“ zu entdecken, „der gerade auch hinter schweren Beeinträchtigungen steckt,“ statt „die ausgeklügelten Methoden“ zu würdigen, „mit denen Menschen schwierige Lebenswelten und traumatisierende Erfahrungen verarbeitet haben“ und „das Potential zu sehen, das hinter Bezeichnungen wie Neurose, Borderline u.s.w. steckt.“¹⁴ Jeder Veränderungsdruck aber erschwert Veränderung: „Bewertet der Therapeut Verhaltensweisen des Klienten oder

Ulrich Lessin

verurteilt sie gar, besteht die Gefahr, daß der Klient sich genötigt fühlt, sich dem Therapeuten anzupassen. Will er seine Akzeptanz nicht verlieren, muß er sich so verändern, daß der Therapeut besser mit ihm zurechtkommt. Die Therapie könnte zwar in einem gewissen Maße erfolgreich verlaufen. Es würde sich jedoch an *einem wichtigen Grundmuster des Klienten - Ich muß anders werden, damit ich akzeptiert werden kann - nichts ändern*. Das Grundmuster der Beziehungsstörungen: 'Es darf nicht sein, was ist', fände so in der Therapie seine Fortsetzung.¹⁵

Zwischenbilanz

Wenn ich all diese Suggestionen, die für mich mit dem Begriff 'Arbeit' zusammenhängen: 'Mühe', 'Tempo', 'Pflicht', 'Leistung', 'Zweckorientierung' und 'Veränderungsdruck' weiter in mich hineinsinken lasse, fühle ich mich dem nahe, was von den Ureinwohnern Amerikas berichtet wird: Als Kolumbus 1492 Amerika entdeckte, traf er auf den großen Antillen ein sorglos im üppigen tropischen Klima lebendes Volk an, das kein Wort für 'arbeiten' kannte. Erst als die Indianerinnen von den Spanierinnen in die Plantagen gezwungen wurden, bildeten sie den Begriff 'arbeiten', indem sie die Silbe 'fast' vor das Wort 'sterben' setzten.

Und es fällt mir schwer, all dies zusammenzubringen mit meinem Verständnis von Gestalttherapie, wo es für mich inzwischen eher um das Gegenteil geht: nicht um Mühe, sondern um Achtsamkeit, nicht um Zeitdruck, sondern um meine mir innewohnende Geschwindigkeit oder Langsamkeit, nicht um Pflichterfüllung, sondern um Selbstverantwortlichkeit, nicht um Leistung, sondern um Liebe und Nicht-Bewerten, nicht um fixierte Ziele, sondern um Offenheit für Überraschendes, nicht um Veränderungsdruck, sondern um den Weg zu mir selbst.

Es wird also Zeit, höchste Zeit, endlich einmal auf die andere Seite zu gehen. Nachdem Generationen von Gestalttherapeutinnen ohne Skrupel immer wieder das Hohelied der Arbeit angestimmt haben und mit angesehen haben, wie selbst Spielerisches zur Arbeit verkommt,¹⁶ wird es Zeit, endlich einmal ein Gegengewicht zu schaffen und auch den anderen Pol zu besetzen; ein Loblied zu singen auf die Nicht-Arbeit, mich herauszuwagen aus dem Untergrund und der anderen Seite den Fehdehandschuh hinzuwerfen, der Seite, die (Gestalt-) 'Arbeit' heißt und 'Mühsal' und 'Pflichterfüllung' und 'Leistung' zum Beispiel.

2. Dialog

UNDERDOG: Da sitze ich nun, um das Lob der Nicht-Arbeit zu singen. Ich will den Mund aufmachen, um noch zagend das Liedlein anzustimmen. Da überfällt mich schon von der

anderen Seite dröhnend der von ehrwürdigen Patriarchen angestimmte vielstimmige Choral gesellschaftlicher Ächtung mit seinen unendlich vielen Strophen.

TOPDOG: Ohne Fleiß kein Preis. (Hesiod)

Erst die Arbeit, dann das Spiel.
Arbeit ist des Bürgers Tugend, Segen seiner Mühe Preis. (Schiller)
Wer immer strebend sich bemüht, den können wir erlösen. (Goethe)
Im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brot essen. (1. Mose 3,19)
Vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt. (Hesiod)
Arbeit schändet nicht. (Hesiod)
Wer nicht arbeitet, soll auch nicht essen. (Paulus)
Glück hat auf die Dauer nur der Tüchtige. (von Moltke)
Müßiggang ist aller Laster Anfang.
Unser Leben währet siebenzig Jahr und wenns hochkömmt, sinds achtzig Jahr.
Und wenn es köstlich gewesen ist, dann ist es Mühe und Arbeit gewesen. (Psalm 90)

UNDERDOG: Es dröhnt mir in den Ohren, wie erschlagen fühle ich mich, schwindlig wird mir angesichts dieser Übermacht und angst und bang. Angesichts von Massenarbeitslosigkeit das Loblied der Nicht-Arbeit zu singen, ist schon ziemlich dreist. Wer will schon gerne als faul gelten oder sich gar dazu bekennen. „Faule Sau“, sagt man zu dem, und den Geruch von Fäulnis meidet man lieber. Wirklich kein angenehmer Platz, auf dem ich da sitze. Lieber wieder zurück? Hilfe suchend schaue ich mich um und suche nach Rettungsankern. Der Volksmund kommt mir zur Hilfe:

Arbeit macht das Leben süß, Faulheit stärkt die Glieder.
Wer Arbeit kennt und sich nicht drückt, der ist verrückt.

Also doch nicht ganz allein auf weiter Flur. Ich atme auf. Wenn schon keine Autoritäten auf meiner Seite, dann wenigstens Volkes Stimme. Witze macht man gern darüber. Kennen Sie den schon: „Für mich jedenfalls“, trumpft der Vater auf, ist es eine Gnade und ein Vergnügen, arbeiten zu dürfen.“ „Siehst du“, erwidert der junge Faulpelz kühl, „und ich bin eben der Auffassung, daß wir nicht zum Vergnügen auf der Welt sind.“ Allmählich bekomme ich wieder Oberwasser. Der Platz beginnt mir zu gefallen und gerade rechtzeitig fällt mir eine Anekdote über Theodor Heuss ein, immerhin erster Bundespräsident unseres Staates: Als der nämlich im Parlamentarischen Rat das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland mit ausarbeitete, beantragte einer der Teilnehmer die gesetzliche Verankerung des Rechtes auf Arbeit. Daraufhin verlangte Heuss die Verankerung des Rechtes auf Faulheit. - Sogar ehrwürdige Autoritäten auf meiner Seite. Ein leichtes Schmunzeln erhellt mein Gesicht.

TOPDOG: Mit Witzen dich über Wasser halten, das sieht dir ähnlich. Doch dafür ist die

Sache, um die es hier geht, viel zu ernst.

UNDERDOG: Ich zucke zusammen, meine Aufmerksamkeit geht auf die andere Seite. Ich gebe mir einen Ruck: Also, wenn's sich denn nicht vermeiden läßt, zur Sache, Schätzchen: Du tust so unschuldig, als hättest du keine Ahnung von dem, was du bewirkst, und erst recht keine Verantwortung dafür. Wenn du zum Beispiel einem Menschen suggerierst, über Arbeit an sich selbst 'weiterzukommen', dessen neurotisches Muster eben gerade darin besteht, daß er sich selbst nur über Arbeit und Leistung definieren kann, dann ist das kurzfristig und möglicherweise ein folgenschwerer 'Rückschritt'. Nimm nur als ein Beispiel die Beschreibung von W. Lenk, wo das Versagen der Krebstherapie nach Simonton bei einem seiner Patienten offensichtlich gerade damit in Verbindung stand, daß dieser die ihm in diesem Programm gestellten Aufgaben wie seine Arbeit begriff und dementsprechend pflichtbewußt erfüllte: „Herr A. hatte es geschafft, gewissenmaßen durch Anpassung an die Forderung des Programms sämtliche Widerstände aufrecht zu erhalten...Die therapeutische Arbeit ging gewissermaßen über seinen Persönlichkeitskern hinweg.“¹⁷

TOPDOG: Ja, das ist ja sicher richtig, daß die Therapie auf die Persönlichkeit des Klienten bezogen sein muß. Aber du solltest nicht so maßlos übertreiben und den Erfolg oder Mißerfolg therapeutischer Bemühungen von dem Gebrauch oder Nichtgebrauch eines Wortes abhängig zu machen. Außerdem ist es ein verhängnisvoller Fehler unserer Zeit, Mühe und Schmerz aus dem Leben der Menschen zu verbannen. Fritz Perls hat diese Entwicklung doch treffend beschrieben: „In früheren Zeiten lebte der Mensch als soziales Wesen für das, was als richtig galt, und tat seine Arbeit, einerlei, ob er sie sich gewünscht hatte oder für sie geeignet war. Aber die ganze Gesellschaft wurde regiert und reguliert durch verschiedene 'Du sollst' und durch den Puritanismus. Man erfüllte seine Pflicht, ob man wollte oder nicht. Jetzt hat sich, wie ich meine, das ganze gesellschaftliche Milieu gewandelt. Der Puritanismus ist zum Hedonismus geworden. Wir fangen an, dem Vergnügen, dem Genuß und dem Rausch zu leben. Alles läuft, solange es Spaß macht. Das klingt gut. Klingt besser als Moralismus. Es ist aber ein sehr ernster Rückfall. Wir haben nämlich jetzt eine krankhafte Angst vor Schmerz und Leiden... Alles, was keinen Spaß macht oder unangenehm ist, muß vermieden werden. So rennen wir vor jeder Frustration, die schmerzhaft sein könnte, davon und versuchen, sie zu vermeiden. Und das Resultat ist ein Mangel an Wachstum.“¹⁸

UNDERDOG: Da hat der alte Gestalt-Meister ja recht. Sicher ist es eine wichtige Erkenntnis von Fritz Perls, die Bedeutung des Engpasses für den therapeutischen Prozeß entdeckt zu haben. Doch du, du schüttest ja das Kind mit dem Bade aus, wenn du Wachstum und

Ulrich Lessin

Entwicklung mit Mühe, Anstrengung und Schmerz so eng zusammenkoppelst. Offensichtlich ist der ständige Gebrauch der Suggestion 'arbeiten' auch an dir nicht spurlos vorübergegangen. Das Prozeßmodell mit dem berühmten Engpaß zu dem einzigen Modell von Wachstum und sinnvoller Veränderung zu machen, zu konstatieren, "daß es im Interesse einer vollständigen... Bearbeitung eines jeweiligen Themas notwendig ist, alle fünf Phasen zu durchlaufen,"⁴¹⁹ spricht für sich. Da proklamierst du *einen* Weg als den allein selig machenden. Mit der Fixierung auf dieses Modell schaffst du selber neue Wirklichkeiten, kurbelst du bei halbwegs Gesunden eher Sensationslust, Bühnenspektakel, 'Engpaßgeilheit' an, als daß du grundlegende Veränderungen ermöglichst, und bei Menschen mit „frühen Störungen“ läufst du Gefahr, weitere „als-ob Phänomene“ zu produzieren und die „Karriere der Überanstrengung“⁴²⁰ weiterzuführen. Dieses am Geburtsprozeß orientierte Prozeßmodell mit dem Engpaß ist *ein* Modell von menschlicher Veränderung. Daß es im menschlichen Leben aber auch Wachstums- und Heilungsprozesse gibt, die nach ganz anderen Gesetzmäßigkeiten geschehen, ist dir offensichtlich entgangen.

TOPDOG: Wenn du schon auf *mich* nicht hören willst, dann vielleicht auf die Worte der Bibel: Nach der Vertreibung aus dem Paradies sagt Gott zu Eva: „Du wirst viele Beschwerden haben, wenn du schwanger bist, und unter Schmerzen wirst du deine Kinder zur Welt bringen.“ Schon damals haben die Menschen also etwas davon gewußt, daß Arbeit, Mühe und Schmerzen mit dazu gehören zum menschlichen Leben.

UNDERDOG: Belesen wie du bist, solltest du aber eigentlich wissen, daß die historisch-kritische Forschung herausgefunden hat, daß mit diesem Satz keine unumstößliche Fest-schreibung gemeint ist, sondern daß es sich dabei um eine Ätiologie handelt, d. h. um den Versuch, vorgefundene Verhältnisse mit Hilfe mythischer Geschichten zu erklären. Ich finde, das solltest du eigentlich wissen, und dann solltest du wirklich nicht päpstlicher sein als der Papst und endlich zugeben, daß es das gibt: die Möglichkeit von Veränderung auch ohne deinen Engpaß, ohne Mühe und Arbeit.

TOPDOG: Irgend etwas stimmt hier nicht mit den Rollen. Du schlägst mir 'Du solltest' um die Ohren. Das ist ja wirklich lächerlich und ich muß mir das nicht bieten lassen, von dir schon gar nicht. Also, komm bitte sofort wieder zur Vernunft und zwing mich nicht, zu anderen Mitteln zu greifen.

UNDERDOG: Interessant, wie schnell dir die Argumente ausgehen. Mich bringst du so erst richtig in Fahrt: Merkst du denn gar nicht, wie viel Lebendigkeit du unterdrückst, wenn du dich an dein Arbeits-Ritual klammerst? Statt mit dem zu gehen, was im Hier und Jetzt da ist an Energien, Gefühlen und Interessen und was überhaupt nicht deiner Arbeitsmoral entsprechen muß. Und das alles aus Angst vor Chaos

und Unsicherheit, das alles, damit du dich sicher fühlen kannst in deiner Rolle!



TOPDOG: Du übertreibst mal wieder, wie so oft. Aber was du auch immer sagst, eines kannst du einfach nicht ernsthaft leugnen: Arbeit ist und bleibt einfach - und da kannst du reden, soviel du willst - *die* wesentliche und einzigartige Form schöpferischer Selbstverwirklichung des Menschen und damit *das* Mittel zu seiner Befreiung. Hör nur gut zu: Arbeit „ist eine erste Grundbedingung alles menschlichen Lebens, und zwar in einem solchen Grade, daß wir in gewissem Sinne sagen müssen: Sie hat den Menschen selbst geschaffen.“²¹ „In der Arbeit „verändert er zugleich seine innere Natur. Er entwickelt die in ihr schlummernden Potenzen und entwirft das Spiel ihrer Kräfte seiner eigenen Botmäßigkeit.“⁴²²

UNDERDOG: Es ist wirklich schier unglaublich, wie naiv du tun kannst. Ausgerechnet Marx und Engels dafür zu zitieren. Dabei weißt du doch ganz genau, wie die beiden Hegels idealistische Arbeitsauffassung²³ kritisiert und Arbeit unter den Bedingungen kapitalistischer Produktionsverhältnisse als entfremdete Arbeit analysiert haben: Daß wir eben weit entfernt sind von dem lustbetont tätigen Kleinkind, das sich in seinem Tun selbst verwirklicht und sich die Welt zu eigen macht, sondern daß es sich bei „Arbeit“ immer auch um ein Tätigsein handelt, das seinen Wert nicht in sich selber hat, sondern Mittel zum Zweck ist. Vielleicht hörst du mal zu; denn zitieren kann ich auch: „Arbeitend ist der Arbeitende 'bei der Sache'... In jedem Fall ist er nicht 'bei sich selbst', läßt er nicht sein eigenes Dasein geschehen, - vielmehr stellt er sich in den Dienst des 'Anderen seiner selbst', ist er beim 'Anderen seiner selbst' - auch dann, wenn dieses Tun gerade sein eigenstes frei übernommenes Leben erfüllt. Diese Entäußerung und Entfremdung des Daseins, dieses Aufsichnehmen des Gesetzes der Sache statt des Geschehen-Lassens des eigenen Daseins ist prinzipiell unaufhebbar (obwohl sie während und nach der Arbeit bis zur völligen Vergessenheit verschwinden

kann).“⁴²⁴ Du redest über Arbeit so naiv, als wüßtest du nicht, wie viele Menschen nicht erst unter unseren Produktionsverhältnissen, wo es um Profit geht weit mehr als um Menschlichkeit, wie viele Menschen an ihrer Arbeit verreckt sind oder wie viele ihre Arbeit verstümmelt oder krank gemacht hat. Du redest über Arbeit, als hättest du einfach vergessen, daß es ein Satz war ganz ähnlich wie deiner, der als die zynischste aller natioalsozialistischen Parolen als Überschrift über dem Eingang der Menschenvernichtungsanlage in Auschwitz angebracht war und alle, die durch dieses Tor hindurchgingen und zum Tode bestimmten waren, mußten ihn lesen: „Arbeit macht frei.“ Hast du das millionenfache Grauen einfach vergessen, daß du so naiv daharredest?²⁵ Ich hoffe, jetzt siehst du endlich ein, daß die Zeiten zu Ende gehen, wo automatisch „Arbeit immer alles gute Gewissen auf ihre Seite“⁴²⁶ bekommen hat.

3. Epilog

Nachdem sich nun inzwischen beide Seiten Zitate um die Ohren schlagen und sich im Stil der Auseinandersetzung immer ähnlicher geworden sind, ist es *Zeit*, auf die dritte Position zu gehen.

Interaktion

Was ist nun, von dieser Warte aus, noch zu sagen? Zunächst einmal: Die von mir beschriebenen Reaktionen auf die Metapher 'Arbeit' sind natürlich nicht bloß meine individuelle Reaktionen, sondern sind im Kontext unserer gesellschaftlichen Bedingungen typische und damit auch verallgemeinerbare Reaktionen.²⁷ Bei dem Wort 'Arbeit' handelt es sich also ebenso wie zum Beispiel bei dem Wort 'Faulheit' um einen Affektbegriff, ein Begriff also, der stark vorbelastet ist und dementsprechend ausgesprochen starke suggestive Kraft hat. Und gerade wenn es um die Bezeichnung für das Herzstück der Gestalttherapie geht, scheint es mir unbedingt notwendig, ganz sorgsam mit Begriffen umzugehen, will man nicht Mißverständnissen Tür und Tor öffnen und mit dazu beitragen, daß der therapeutische Prozeß sich von vornherein in eine bestimmte, vielleicht nicht einmal erwünschte Richtung bewegt. Die Metapher 'Arbeit' ist in diesem Zusammenhang eine Produktetikettierung, die Mißverständnisse geradezu provoziert, und deshalb scheint es mir notwendig, sie viel sparsamer und besonnener einzusetzen, und zwar nur noch dann, wenn sie wie maßgeschneidert zu der jeweiligen Klientin und ihren Wert- und Normvorstellungen paßt. Ansonsten, also in unspezifischeren psychotherapeutischen Zusammenhängen, plädiere ich dafür, mehr deskriptive Begriffe überall da zu verwenden, wo bisher der Begriff 'Arbeit' geläufig war, z. B.

Ulrich Lessin

den Begriff 'Interaktion'²⁸, wie er auch z.: von J. Haley²⁹, R. Cohn³⁰ und R. Kurtz³¹ verwandt wird.

Wer will arbeiten? Auch wenn manchem, der Gestalt-Gruppen leitet, der Abschied von dieser Zauberformel schwer fällt und Neukonstruktionen vielleicht erst einmal weniger griffig und eingängig sein mögen: Wenn Gestalttherapeutinnen ihre eigene Sprache und ihre Wirkung ernst nehmen und sich bewußt machen, welche Weichen sie mit der Suggestion 'arbeiten' stellen, ohne es vielleicht zu wollen, dann ist es sinnvoll, auch diese Frage entsprechend abzuwandeln, und zwar so, daß sie weniger suggestiv und mehr beschreibend wird.³² Ganz häufig kann es natürlich auch sinnvoll sein, auf eine solche Frage ganz zu verzichten und den Gruppenprozeß nicht auf diese Weise vorstrukturieren. Wenn sich aber aus dem Gruppenprozeß ergeben hat, daß ein Gruppenmitglied in Kontakt mit der Gruppenleiterin treten will, dann ist es sinnvoll, die dann häufig gestellte Frage „Willst du arbeiten?“ analog zu ersetzen und zwar in der Weise, daß die jeweilige Formulierung wirklich auf die konkrete Person, mit der man es zu tun hat, zugeschnitten ist.³³

Wu Wei

Auf der inhaltlichen Ebene ist es schwierig, angesichts unserer totalen Arbeitsgesellschaft einen stimmigen Gegenpol zu der mit der westlichen Kultur eng verwobenen therapeutischen 'Arbeits'-Haltung zu finden. Es ist also gut, auch über den Tellerrand hinaus nach Vorstellungen Ausschau zu halten, die andere Kulturen entwickelt haben. Und so will ich mich zum Abschluß mit dem Prinzip beschäftigen, das in der Tradition des Taoismus „Wu Wei“ genannt wird, was wörtlich mit „Nicht-Handeln“ übersetzt werden kann. Das ist allerdings „nicht im wörtlichen Sinn zu verstehen,... ist nicht als Trägheit, Faulheit, *laissez-faire* oder bloße Passivität aufzufassen... *Wu-Wei* als 'nicht zwingen' bedeutet... mit dem Strich gehe, mit dem Stoß rollen, mit der Strömung schwimmen, die Segel nach dem Wind richten, die Gezeiten mit der Flut nützen... Dieses Prinzip wird durch die Parabel von der Pinie und der Weide im tiefen Schnee anschaulich gemacht. Der Ast der Pinie ist starr und zerbricht unter der Last, während der Ast der Weide dem Gewicht nachgibt und der Schnee abgleitet.³⁴ Oder mit den Worten Lao Tse's: „Das Tao tut nichts, und doch bleibt nichts ungetan.“³⁵

Doch: „Das Tao, über das man reden kann ist nicht das ewige Tao.“³⁶ Vielleicht noch am ehesten in Bildern und Geschichten. Also eine Geschichte über das Wu-Wei, z.B. diese von Chuang-Tse:

„In der Schlucht von Lü stürzt der große Wasserfall Tausende von Fuß hinab, und seine Gischt ist meilenweit sichtbar. Unten in den

schäumenden Wassern ist nie ein lebendiges Geschöpf erblickt worden. Als Konfuzius einmal in einiger Entfernung vom Rande des Wasserfalles stand, sah er einen alten Mann, der von den wilden Fluten mitgerissen wurde. Er rief seine Schüler herbei, und zusammen rannten sie, den Ärmsten zu retten. Aber als sie endlich das Wasser erreicht hatten, war der Alte ans Ufer geklettert, spazierte einher und sang vor sich hin. Konfuzius eilte zu ihm. 'Du müßtest ein Geist sein, um das zu überleben,' sprach er, 'aber du scheinst doch ein Mensch zu sein. Was für eine geheime Macht besitzt du?' 'Nichts im besonderen', erwiderte der Alte. 'Ich habe schon in sehr jungen Jahren zu lernen begonnen und immer weiter geübt, während ich heranwuchs. Jetzt bin ich des Erfolgs sicher. Ich geh mit dem Wasser unter und komme mit dem Wasser wieder hoch. Ich passe mich an und vergesse mich selbst dabei. Ich überlebe, weil ich nicht gegen die Übermacht des Wassers ankämpfe. Das ist alles.'³⁷

„Wie macht man das, Wu-Wei? „Was bedeutet das für unsere psychotherapeutische Arbeit?“ fragen wir mit unserer westlichen Denkweise und Logik, versuchen zu analysieren und zu erklären und glauben, daß wir damit schon alles verstanden hätten. Doch: „Das echte Wu-Wei zielt nicht auf Wu-Wei, und daher ist es das wahre Wu-Wei.“³⁸ Doch auch auf diese Gefahr, ein paar Stichworte zu Wu-Wei in der Psychotherapie:

- mitgehen, begleiten, Spielraum lassen
- leer werden
- eigene Interessen loslassen
- eigene Vorannahmen, Vorurteile und Vorwissen „einklammern“³⁹
- achtsam sein
- die Klientin annehmen und sein lassen, wie sie ist
- den Fluß der Ereignisse gleich-gültig wahrnehmen und ihm absichtslos folgen
- einmal gewonnene Eindrücke überprüfen und gegebenenfalls revidieren
- sich öffnen für Überraschendes
- Vertrauen sich entwickeln lassen in die eigene Intuition und in die Kraftquellen der Klientin
- nachgeben „gegenüber dem, was im Inneren als Problem vorhanden ist, um darin etwas Neues und Fruchtbare zu entdecken“⁴⁰
- sich lösen vom Ehrgeiz, sich selbst Erfolge zuzuschreiben
- jeder Klientin die Möglichkeit lassen, „sich im Einklang mit ihrer eigenen Natur zu entfalten“⁴¹
- verändern, ohne verändern zu wollen
- begreifen, daß alles, was zu tun ist, von der Klientin getan werden muß
- durch eigene Zurückhaltung die Eigenverantwortlichkeit der Klientin stärken
- statt Scheinsicherheit Unsicherheit

kultivieren⁴²

- der Versuchung widerstehen, die Leere durch Handlungen zu unterbrechen, statt dessen die furchtbar erscheinende Leere fruchtbar werden lassen⁴³

- alles Tun, jede Technik in den Dienst dieser Haltung stellen

Noch einmal Fritz Perls:



„Du mußt den Fluß nicht schieben, er fließt von allein.“⁴⁴

Oder im Anschluß an Gertrude Stein:

„Eine Rose ist eine Rose ist eine Rose. Ich bin, was ich bin, und ich kann mich in diesem Augenblick von dem, was ich bin, nicht unterscheiden.“⁴⁵

Vielleicht hilft uns eine solche therapeutische Haltung, daß wir uns an das erinnern, was in der christlichen Tradition 'Gnade' genannt wird; vielleicht werden wir weniger anfällig dafür, der Ideologie der Machbarkeit zu verfallen und das zu überschätzen, was wir mit unserem therapeutischen Handeln bewirken können. Dazu noch eine Geschichte zum Schluß: „Der zu Besuch weilende Gelehrte war bereit zu kritischer Auseinandersetzung. 'Verändern unsere Bemühungen nicht den Lauf der menschlichen Geschichte?' fragte er. 'Oh ja, das tun sie', sagte der Meister. 'Und hat nicht menschliche Arbeit die Erde verändert?' 'Ganz sicher hat sie das', sagte der Meister. 'Warum lehrt ihr dann, daß menschliches Mühen nur wenig bewirkt?' Sagte der Meister: 'Weil die Blätter doch fallen, auch wenn der Wind nachläßt.'⁴⁶

¹ D. Graf: Sprache und Gestalttherapie. In: Gestalttherapie 1989, S. 70

² Dem entspricht auch das Bild, daß Außenstehende von Gestalt-Therapie haben. So schreiben z.B. Dörner/Plog in ihrem Psychiatrie-Lehrbuch: „Für Menschen, bei denen kranke Anteile überwiegen, seien es neurotische oder psychotische, vor allem aber süchtige und suizidale, ist die Gestalttherapie wegen des stark agierenden Elementes gefährlich.“

(Hervorhebung von mir) K. Dörner u. U. Plog: Irren ist menschlich, Rehburg-Loccum 1982, S. 400

³ F.-M. Staemmler: Was ist was? Würzburg 1987 S. 7

⁴ Spielerischer Umgang mit den Sprachformen erscheint mir angemessen, solange es für das Problem der inadäquaten männlichen Dominanz in diesem Bereich noch keine mich befriedigende Lösung gibt. In diesem Aufsatz benutze ich die weibliche Sprachform außer in den Zitaten und den Auslassungen des Top dog im Dialog.

⁵ Daß sich viele Gestalttherapeutinnen noch immer, wenn sie Gruppen leiten, auf dieses Einzelarbeitsritual fixieren, statt die in der Gruppe vorhandenen Ressourcen optimal zur Geltung kommen zu lassen, hat wahrscheinlich mit dem verständlichen Bedürfnis zu tun, möglichst sicher zu gehen und auch wirklich gute Arbeit leisten zu können.

⁶ Historisches Wörterbuch der Philosophie, hrsg. v. J. Ritter, Darmstadt 1971 Bd.1, Sp. 480f

⁷ V. Frankl: Vom Sinn der Arbeit und des Lebens. In: Universitas 1988, S.212; vgl. auch F. Perls Warnung vor dem „Schnell-schnell-schnell“ (in F. Perls: Gestalt-Therapie in Aktion, Stuttgart 1969, S. 10f)

⁸ M. Ende: Momo, Stuttgart 1973, S. 69ff

⁹ Für die katholische Moraltheologie erfolgt der Prozeß der „Heimholung der säkularisierten Aufwertung der totalen Arbeitsgesellschaft in den christlichen Kontext“ (R. Hank: Arbeit - die Religion des 20. Jahrhunderts, Frankfurt a.M. 1995, S. 82) spätestens mit E. Welty's Schrift: Vom Sinn und Wert der menschlichen Arbeit. Heidelberg 1946.

¹⁰ M. Weber, Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus. In: M.W. Gesammelte Aufsätze zur Religionssoziologie I UTB 1488, S. 167ff

¹¹ M. Baumotte: Konkurrenz und Leistung. In: Pastoraltheologie 1981, S. 331ff

¹² A. Lowen, Körperausdruck und Persönlichkeit, München 1981, S. 246f

¹³ H. Scheuerl: Das Spiel, Weinheim 1979 S. 69f

¹⁴ K. u. H. Eidenschinck: „Du darfst so bleiben, wie du bist!“ In: Gestalt-Therapie 1992, S. 44

¹⁵ K. u. H. Eidenschinck a.a.O. S. 39

¹⁶ Natürlich stehen Gestalttherapeutinnen hierbei nicht allein auf weiter Flur. R. Hank a.a.O. beschreibt ausführlich den Prozeß der Totalisierung von 'Arbeit' in unserer Gesellschaft, den Prozeß der Kolonisierung aller Lebensbereiche durch 'Arbeit'. (R. Hank a.a.O. S. 9) Wenn dieser Prozeß anhält, werden wir es über kurz oder lang wahrscheinlich nicht nur mit 'Gestaltarbeit', sondern z.B. auch mit solchen Wort- und Sinnungetümen wie 'Spielerarbeit' oder 'Ruhearbeit' zu tun bekommen, werden also Gegenbilder zu 'Arbeit'

immer mehr von ihr ausgehöhlt werden.

¹⁷ W.Lenk: Vorschläge zur Veränderung des Simonton-Programms. In: Hypnose und Hypnotherapie nach Milton H. Erickson, hrsg. von B. Peter, München 1985 S. 215ff

¹⁸ F. Perls, Grundlagen der Gestalt-Therapie, München 1977, S. 141f

¹⁹ F.-M. Staemmler/W. Bock: Ganzheitliche Veränderung in der Gestalttherapie, München 1991, S. 167. Mit Sätzen wie diesem provozieren die Autoren entsprechende Bewertungen z:B: „Ihr Modell des strukturierten Prozeßverlaufs preßt seelisches Geschehen auf normierte Abläufe.“ (H. Petzold: Rückschritte der Gestalttherapie. In: Integrative Therapie 1987, S. 441) Daß ihnen „diese Interpretation völlig unverständlich“ (F.-M. Staemmler/W. Bock: Zwischenspiel, Würzburg 1991, S. 14) erscheint, kann da nur verwundern.

²⁰ H. Petzold, Rückschritte der Gestalttherapie a.a.O. S. 442

²¹ F. Engels: Anteil der Arbeit an der Menschwerdung des Affen. MEW 20, Berlin 1962, S. 444

²² K. Marx: Das Kapital. Kritik der politischen Ökonomie, Bd.1, Berlin 1947, S. 185f

²³ vgl. R. Hank a.a.O. S. 85: „In der Arbeit des Menschen realisiert Gott selbst sich in der Welt... Arbeit ist Medium der Menschwerdung.“

²⁴ H. Marcuse: Über die philosophischen Grundlagen des wirtschaftswissenschaftlichen Arbeitsbegriffs. In: Archiv für Sozialwissenschaft und Sozialpolitik 69,1933, S. 276

²⁵ zum historischen Hintergrund dieser Parole vgl. R. Hank a.a.O. S. 79ff

²⁶ F. Nietzsche zit. nach R. Hank a.a.O. S. 92

²⁷ vgl. R. Hank a.a.O.

²⁸ zum Begriff 'Interaktion' im Bereich der Psychotherapie vgl. die ausführliche Darstellung von M.B. Buchholz u. U. Streeck: Psychotherapeutische Interaktion. Aspekte qualitativer Prozeßforschung. In: dieselben (Hrsg): Heilen, Forschen, Interaktion, Opladen 1994, S. 67ff

²⁹ vgl. J. Haley: Gemeinsamer Nenner Interaktion, München 1987

³⁰ vgl. R. Cohn: Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion, Stuttgart 1980

³¹ vgl. R. Kurtz: Körperzentrierte Psychotherapie, Essen 1985, S. 50ff

³² Zum Beispiel so: Wer aus der Gruppe will sich mit dem, was sie bewegt, in Interaktion (oder Kontakt) mit mir (dem Gruppenleiter) begeben? Oder metaphorischer: Wer will, daß ich sie ein Stück auf ihrem Weg begleite? Wer will Wegbegleitung? Oder, oder...

³³ Die in diesem Zusammenhang z.B. von Fortbildungsteilnehmerinnen häufig gebrauchte Ersatzformulierung „Willst du Dir das näher anschauen?“ ist sicher Ausdruck von Unbehagen mit der Standardfrage. Allerdings ist es

nicht sinnvoll, nunmehr mit dieser Formulierung eine neue Standardfrage zu kreieren. Im Sinne des individuellen Zuschnitts ist diese Formulierung nur dann sinnvoll, wenn sich die Therapeutin bewußt ist, daß sie mit dieser Frage den visuellen Wahrnehmungskanal anspricht und zugleich Dissoziation der Klientin zu ihrem Problem suggeriert.

³⁴ A. Watts: Der Lauf des Wassers, Frankfurt 1983, S. 115f, vgl. dazu auch die Haltung der Spontanität, die - dem taoistischen „Tzu jan“ vergleichbar ist und die bei Perls/Hefferline/Goodman als „ein mittlerer Modus zwischen Tun und Erleiden“ beschrieben wird (F. Perls / R.F. Hefferline / P. Goodman: Gestalttherapie. Lebensfreude und Persönlichkeit, Stuttgart 1981, S. 164).

³⁵ Lao Tse: Tao-Te-King, Zürich 1990, Nr. 37

³⁶ Lao Tse a.a.O. Nr. 1

³⁷ zit. nach B. Hoff: Tao Te Puh, Essen 1984, S. 70

³⁸ Lao Tse a.a.O. Nr. 38

³⁹ F.-M. Staemmler: Kultivierte Unsicherheit. In: Integrative Therapie 1994, S. 282

⁴⁰ S. Schoen: Psychotherapie als Tao. In: Gestalt-Kritik 1/1992, S. 13

⁴¹ M. Kaltenmark: Lao-tzu und der Taoismus, Frankfurt a.M. 1981, S. 95 Die mit dieser Haltung des 'Wu Wei' verbundenen Einsicht beschreibt S. Blankertz als Voraussetzung des Entwurfs einer anarchistischen Gesellschaftsordnung durch P. Goodman, S. Blankertz: Der kritische Pragmatismus Paul Goodmans, Köln 1988, S. 51f

⁴² vgl. F.-M Staemmler: Kultivierte Unsicherheit, a.a.O. S. 272ff

⁴³ vgl. W. v. Dusen, der ein solche Haltung im Rahmen der Psychotherapie eines schizophrenen Patienten beschreibt (W. v. Dusen: Wu Wei: Nicht-Geist und die fruchtbare Leere. In: H. Petzold (Hrsg.): Psychotherapie - Meditation - Gestalt, Paderborn 1983, S. 245); vgl auch F. Perls, der im Bezug auf S. Friedländer's „Schöpferische Indifferenz“ schreibt: „Wenn ihr im Nichts des Nullpunktes bleibt, bewahrt ihr die Balance und Perspektive. Später erst wurde mir klar, daß dies das westliche Äquivalent zur Lehre Lao-tse's ist.“ (F. Perls: Gestalt-Wahrnehmung, Frankfurt 1981, S. 80) vgl. auch P. Goodman: „Es ist das fruchtbare Vakuum des Tao, wo schwere Massen durch ihr eigenes Gewicht stürzen und unsichtbare Keime treiben.“ (P. Goodman: Anarchistisches Manifest. In: S. Blankertz / P. Goodman: Staatlichkeitswahn, Wetzlar 1980, S. 114) vgl. auch die Phase der 'Diffusion' (F.-M. Staemmler / W. Bock a.a.O. S. 137ff)

⁴⁴ F. Perls: Gestalt-Wahrnehmung, a.a.O. S. 191

⁴⁵ F. Perls: Gestalt-Therapie in Aktion, a.a.O. S. 12

⁴⁶ A. de Mello: Eine Minute Weisheit, Freiburg 1986, S. 51