

Wie der Sasower die Liebe lernte

Rabbi Mosche Löb erzählte: »Wie man die Menschen lieben soll, habe ich von einem Bauern gelernt. Der saß mit anderen Bauern in einer Schenke und trank. Lange schwieg er wie die andern alle, als aber sein Herz von Wein bewegt war, sprach er seinen Nachbarn an:

„Sag du, liebst du mich oder liebst du mich nicht?“

Jener antwortete: „Ich liebe dich sehr.“

Er aber sprach wieder: „Du sagst: ich liebe dich, und weißt doch nicht, was mir fehlt. Liebtest du mich in Wahrheit, du würdest es wissen.“

Der andre vermochte kein Wort zu erwidern, und auch der Bauer, der gefragt hatte, schwieg wieder wie vorher.

Ich aber verstand: das ist die Liebe zu den Menschen, ihr Bedürfen zu spüren und ihr Leid zu tragen.«

Martin Buber

Beraten mit Spiritualität, Compassion und Autonomie

„Es hat mir gut getan, wie Sie mir zugehört haben.“ Mit ähnlichen Worten wird mir als Seelsorgerin in einem Krankenhaus immer wieder Dank ausgesprochen. „Indem ich Ihnen von mir erzählen konnte, haben Sie mir geholfen, etwas Ordnung in mein Leben zu bringen.“ Ich frage mich, was ich getan habe, um solche Rückmeldungen zu bekommen. Was macht meine Arbeit wirksam für Patientinnen und Patienten? Ich kennzeichne meine Haltung als Pastorin und Transaktionsanalytikerin gegenüber Kranken mit drei Worten, mit Spiritualität, Compassion und Autonomie.

Meine Weltsicht und meine Arbeit in der Krankenhausesseelsorge schließen Spiritualität ein. Eine persönliche spirituelle Ausstrahlung gehört dazu, dass ich als Pastorin kongruent wahrgenommen werde.

Als Transaktionsanalytikerin stütze ich mich in meiner Praxis zusätzlich auf Bezogenheit und Autonomie. **Autonomie verstehe ich nicht nur als auf KlientInnen bezogenes Ziel, sondern auch als eine unverzichtbare Haltung in der Beratung.** Bezogenheit interpretiere ich im Schnittpunkt von Beratung und Seelsorge als *Compassion*.

Ich entfalte, wie ich diese zentralen Kategorien in Beziehung setze und verknüpfe.

Dabei gehe ich davon aus, dass wir uns in beraterischen/ pädagogischen/ therapeutischen Beziehungen an Autonomie und Compassion ausrichten und in dem Klima, das wir mit dieser Haltung verbreiten, Menschen unterstützen, heiler zu werden. **Geschieht solches Heilerwerden, solches Überschreiten, dann stellt sich mir die Frage nach Spiritualität, nach einem Erspüren und Formulieren eines Geschehen zwischen dem Menschen und einem unfassbar Anderen, nach „Gnade“.** Eric Berne zitiert einen französischen Chirurgen

aus dem 16. Jahrhundert, der über seine Arbeit mit Patienten sagte: „Ich behandle ihn, Gott heilt ihn!“ Und Leonhard Schlegel knüpft an: „Der Therapeut heilt niemanden; er behandelt den Patienten durch Einsatz seiner besten Fähigkeiten und sieht sorgfältig darauf, nicht zu schaden. Den Verlauf der Heilung überlässt er Gott, der Natur, höherer Kraft?“¹

Mir wird die Verbindung zum Beispiel in der folgenden Situation deutlich: Eine Frau erzählt ihre Leidensgeschichte; sie endet mit einem Seufzer, wie froh sie sei, vieles überstanden zu haben und geheilt nach Hause gehen zu können. Ich nehme ihre Bewegtheit auf: „Da möchten Sie auch dem Himmel danken.“ Ihr Lächeln signalisiert Zustimmung. Sie nickt. Manchmal biete ich am Ende eines solchen Gesprächs an, dass ich ein Gebet spreche, in dem ich in Worte fasse, was erlebt wurde; manchmal denke ich auch, dass mein Gegenüber leise für sich die Hände falten mag, wenn ich aus dem Raum bin – in dem Gedanken, gehalten und geborgen zu sein.

Im Folgenden beschreibe ich eine Spiritualität, die christlich geprägt ist und behaupte, dass sie an Autonomie gut anschließt und sie wertvoll erweitert. Wer sich nicht christlich verortet, kann sich fragen, wie er oder sie solche Phänomene „höherer Kraft“ zur Sprache bringt.

Spiritualität

Spiritualität definiere ich als Bezogenheit auf eine über das unmittelbare Ich, über die Anderen, über die Welt hinausgehende Wirklichkeit, eine Bezogenheit auf das, was „dahinter“ ist. **Spiritualität ist geformte Aufmerksamkeit.** In einer spirituellen Haltung lasse ich mich berühren. Gott ist Initiator. Ich bin Empfangende. Gott ist nicht verfügbar, aber er macht sich erreichbar. Christlich gesagt, nehmen spirituelle Menschen ein zweites Gesicht im Anderen wahr, besonders in denen, die Leid tragen, nämlich das Gesicht Christi. „Das, was ihr einem von diesen Geringsten getan habt, das habt ihr mir getan,“ sagt Jesus.

Wenn ich mich auf die Suche nach spirituellen Erfahrungen mit einem christlichen Bezugsrahmen einlasse, finde ich das Beispiel, das der „barmherzige Samariter“ gibt. Er sieht den unter die Räuber Gefallenen, lässt sich von ihm anrühren und auf seinem Weg aufhalten, pflegt ihn und sorgt umfassend für ihn. In der heutigen Sprache könnte man durchaus von Casemanagement sprechen. Von Jesus heißt es immer wieder, dass er in seinem Innersten erschüttert war, wenn er Menschen leiden sah. Jesus suchte, aus seiner Beziehung zu Gott, den er Abba – Papa nannte, gerechte und gelingende Beziehungen zu etablieren, Beziehungen, in denen Menschen an Leib und Seele satt wurden, in denen Zugehörigkeit erlebbar wurde, in denen beschädigtes Leben heil wurde. In diesem Sinn war Jesus auf seine Weise ein spiritueller Mensch und ‚Gottes Sohn‘.

¹ zitiert hier nach Schlegel, ZTA, Heft 1, Januar 1991, Seite 5, ursprünglich: Berne, Principles of Group Treatment, New York 1961, S. 63

Ich spreche hier von einer Spiritualität, die sich auf der Basis reicher Überlieferung und Geschichte zentralen Lebens- und Überlebensfragen der Gegenwart stellt, Fragen des Leids, des Friedens, der Gerechtigkeit, der Ökologie.

Von Spiritualität getragen ist der Satz einer Frau auf ihrem Weg zum Sterben. Gefasst und hoffnungsvoll sagte sie: „Da ist etwas in mir, was mir nicht gehört.“ Es war deutlich, wie tröstlich dieser Gedanke für sie war, dass da etwas in ihr ist, dass über sie hinaus geht, sogar über den Tod hinaus. So spürte sie Transzendenz, so erfuhr sie Gott, ganz in ihr und zugleich über sie hinausweisend. Sie fühlt sich dem zugehörig, was ihr selber nicht gehört, und sie erfährt: Ich gehöre zu etwas, das größer ist als ich – und genau das gehört mir nicht. Sie weiß sich aufgehoben in über sie hinausgehender heilsamer Bezogenheit, und sie ist bei sich, in Selbstbestimmtheit, in Autonomie.

Compassion

Wenn wir uns Menschen zuwenden, zeigen diese sich ganz, also auch in ihrer Bedürftigkeit, in ihrem Leid und in ihrer Sehnsucht. Eine liebevoll bezogene und leidempfindliche Wahrnehmung dieser Seiten nenne ich *Compassion*. Wenn wir Beziehungen gestalten, ist mir, auch aus meiner oben beschriebenen christlichen Haltung heraus, die Kategorie *Compassion* wichtig, um gezielt und bewusst parteilich Entscheidungen zu treffen, Menschen in Scheitern, in Krankheit, im Sterben und im Leid einzubeziehen, also im Sinn einer ethischen Verantwortlichkeit.

Zur Erfahrung von Ganzheitlichkeit gehört, den eindrucksvollen Schmerz auf dieser Erde wahrzunehmen und ihn zu integrieren. Um diesen Schmerz nicht auszublenden, dem wir persönlich begegnen und von dem wir als Menschen in Verbundenheit mit anderen wissen, nenne ich *Compassion* korrespondierend zur Autonomie. Ich spreche mich dafür aus, die mit *Compassion* gemeinte *Leidempfindlichkeit* in der Transaktionsanalyse zu leben und zu integrieren und denke, dass für die TA dasselbe gilt wie für die Kirche: Der katholische Theologe Johann Baptist Metz empfiehlt der Kirche², dass sie eine Kirche der *Compassion* werden muss, wenn sie dem Bedeutungsverlust und der Selbstprivatisierung entgehen will. Er bleibt bei diesem Fremdwort *Compassion*, weil es in besonderer Weise elementare *Leidempfindlichkeit* zum Ausdruck bringt. In ihm steckt „Passion“, d.h. Leiden, Leidenschaft und die Silbe „com“, d.h. mit: Mit-Leidenschaft mit den Leidtragenden unserer Welt. „Jesu erster Blick galt nicht der Sünde der anderen, sondern dem Leid der anderen.“³

² J.B. Metz, Memoria Passionis, Ein provozierendes Gedächtnis in pluralistischer Gesellschaft, Freiburg 2006

³ S. 163

Das deutsche Wort »Mitleid« ist für Metz kaum mehr unschuldig zu gebrauchen. Es klingt ihm „zu gefühlsbetont, zu praxisfern, zu unpolitisch“⁴. Er führt das englische Wort Compassion ein und erklärt: „**Ich verstehe dabei diese Compassion nicht als vages »Mitgefühl« von oben oder von außen, sondern als Mitleidenschaft, als teilnehmende, als verpflichtende Wahrnehmung fremden Leids, als tätiges Eingedenken des Leids der Anderen.**“⁵

„Wo diese Compassion gelingt, beginnt in der Bereitschaft, sich von fremdem Leid »unterbrechen« zu lassen das, was neutestamentlich das »Sterben des Ich« heißt, es beginnt die Selbstrelativierung unserer vorgefassten Wünsche und Interessen. Es beginnt das, was mit einem ebenso anspruchsvollen wie verstörenden Wort »Mystik« genannt wird.“⁶ Metz spricht von einer *Mystik mit offenen Augen*, die nicht scheut, sich auch dem Schmerz auszusetzen.

Mit solch einer *Mystik mit offenen Augen* schließt eine spirituelle Haltung an die *Compassion* an. Doch wie passt die Enteignung und Unterbrechung des Ich, die sowohl in der *Mystik* als auch in der Praxis des barmherzigen Samariters beschrieben wird, zu dem, was Ziel der Persönlichkeitsentwicklung in der Transaktionsanalyse ist: Autonomie?

Autonomie

Bewusstheit mit unmittelbarer sinnlicher Wahrnehmung dessen, was gerade geschieht (awareness), Spontaneität mit dem angemessenen Ausdruck von Gefühlen und Empfindungen (spontaneity) und Intimität (intimacy) mit offenen, aufrichtigen und liebevollen Beziehungen als Manifestationen von Autonomie sind selbstverständlich für die Ausrichtung unserer Arbeit als TA'ler in allen Anwendungsfeldern: Der Mut, die Fähigkeit und die Entscheidung zur Autonomie kennzeichnen skriptfreie Verhaltensweisen; sie bringen Integrierte Erwachsenen - Ichzustände zum Ausdruck.

Sprechen wir von Autonomie, meinen wir immer Autonomie in Beziehung. Dafür steht insbesondere ihr Ausdruck in der intimacy, ebenso auch in der awareness und spontaneity. Uns macht als Menschen aus, dass wir uns gegenseitig wahrnehmen, uns mitteilen, einander begegnen und aufeinander reagieren. Als mir eine Patientin bedauernd mitteilte: „Ich fühle mich wie meine eigene Großmutter“, sagte sie es im Bewusstsein ihrer Schmerzen, aus denen sie keinen Hehl machte; sie wahrte Distanz zu ihrer schwierigen Wegstrecke; sie war bei sich und trat mit sanftem Humor aus sich heraus; sie ließ sich auf die Beziehung zu mir ein, die ich durch mein Kommen und mein Gesprächsangebot eröffnet hatte. Die Patientin, eine christlich religiös beheimatete Frau, konnte sich in einer Weise äußern, in der sie sich selbst relativierte. Soweit zeigt sie sich für mich als Transaktionsanalytikerin in Autonomie. Als

⁴ S. 166

⁵ S. 166

⁶ S. 166

Christin und Pastorin ist eine solche Äußerung für mich Einladung, der betreffenden Person anzubieten, ein Gebet oder einen Segen zu sprechen; wenn gewünscht, nehme ich ein Ritual wahr, das den menschlich erfüllten Augenblick in eine göttliche, weiterreichende Dimension einbettet. Nicht selten sind Menschen dann zu Tränen gerührt: Im Sinn von spontaneity empfundene und ausgedrückte Gefühle nehme ich in ritueller Sprache auf. **Freude, Trauer, Schmerz und Angst bekommen eine absolute Würde.** Menschen fühlen sich gesehen, gesegnet und vielleicht ein bisschen heiler. Individuelles Erleben ist bei Gott aufgehoben.

Zugewandt, mit offenen Augen, leidempfindlich

Erste zentrale Kategorie meiner Arbeit ist Beziehung im Sinn von Compassion. Die Beziehung geht voraus; auf ihrer Basis können sich autonome Verhaltensweisen ausbilden.

So wie eine Mutter Beziehung zu ihrem Kind aufnimmt und so den Nährboden gibt für Autonomie und Selbstgefühl des Kindes, so ist für mich in einer religiösen, rück-bezogenen Haltung Gott mit seiner vorbehaltlosen Zuwendung der, der ein Kraftfeld eröffnet, in dem ich Compassion entwickeln kann, ohne mich dabei zu verlieren.

Compassion ist sowohl ein Qualitätsmerkmal der spirituellen Dimension als auch von Autonomie. **In der hier entfalteten Dreiheit ist Compassion das verbindende und unverzichtbare Glied.**

Spiritualität aus dem einen Bezugsrahmen und Autonomie aus einem anderen können sich ergänzen, wenn ich beide Aspekte in bestimmter Weise verstehe: nämlich der Person zugewandt, mit offenen Augen wahrnehmend und dabei empfindlich für das Leid. Das, was auf den ersten Blick aussieht, als würde es sich widersprechen, Autonomie mit dem intensiven, gegenwartsbezogenen Leben des Selbst auf der einen Seite und Spiritualität, die bis zum „Sterben des Ich“ reicht, auf der anderen, fließen also ineinander.

„Ich aber verstand: das ist die Liebe zu den Menschen, ihr Bedürfen zu spüren und ihr Leid zu tragen.“ So schließt Martin Buber die diesem Artikel vorangestellte chassidische Geschichte. Ich schließe mit der Überzeugung, dass diese Liebe letztlich heilsam ist.

Nora Borris, Pastorin und Transaktionsanalytikerin (CTA) in Hannover, 18.2. 2007