

”Sie winken einander von ferne zu...”
Buchbesprechung von Ulrich Lessin

Ludwig Frambach: Identität und Befreiung in Gestalttherapie, Zen und christlicher Spiritualität; Petersberg (Verlag Via Nova) 1. Aufl 1994 (ISBN 3-928632-10-8) DM 48.-

Dieses Buch habe ich gelesen wie einen spannenden Wanderführer durch die reizvolle, noch wenig erschlossene Gebirgslandschaft der Beziehung von Gestalttherapie zu Religion und Spiritualität. Der Verfasser, Ludwig Frambach, ist als evang. Pfarrer, Gestalttherapeut und Meditationslehrer in diesem Gebirge wie zu Hause. Und so versteht er es, in seiner leicht überarbeiteten theologischen Dissertation die oft verschlungenen Pfade und unübersichtlichen Strukturen dieser Landschaft zu ordnen und den an therapeutischen und religiösen Fragen interessierten LeserInnen nahe zu bringen. Und zwar tut er dies - und das ist für theologische Literatur keineswegs selbstverständlich - in einer Form und Sprache, die ausgesprochen einladend ist und motiviert, sich seiner Führung auch dann zu überlassen, wenn er komplizierte Sachverhalte durchleuchtet oder sich an der Grenze des Sagbaren bewegt. Bis in viele kleine Verästelungen hinein entfaltet er in diesem Buch seine **Grundthese**, daß sich nämlich in den drei Bereichen, die er untersucht, Gestalttherapie, Zen und Formen christlicher Spiritualität analoge Strukturen im Hinblick auf den Prozeß von Identität und Befreiung nachweisen lassen.

Im ersten Teil seines Buches konstruiert er sich aus gestalttherapeutischem Ideenreservoir seinen Kompaß für diese Landschaft: Ähnlich wie z.B. F.M Staemmler und W. Bock entwickelt er aus F. Perls' Schichtenmodell der Neurose ein **Prozeßmodell**, das er gleichsam wie einen Kompaß benutzt, um sich in der Fülle des Materials von theologischem Wissen und religiösen Erfahrungen zu orientieren, ein fünfphasiges Modell des Prozesses von Identität und Befreiung.

Die erste Phase dieses Prozeßmodells entspricht bei Perls, der 'aufgesetzten' Schicht der 'Rollen und Spiele'. Frambach nennt sie die Phase der "**fixierten Vordergrund-Identität**", wo der Mensch sich auf überkommene Rollen auch dann fixiert, wenn sie überholt und situationsunangepaßt sind.

Darauf folgt - entsprechend der phobischen Schicht bei Perls - im Prozeßmodell Frambachs die Phase des Bewußtwerdens von Dualitäten, die er "**Identitäts-Differenzierung**" nennt: die Erfahrung der eigenen Widersprüchlichkeit, das Bewußtwerden der eigenen ungeliebten und ungeliebten Teile, der eigenen 'Schatten'.

Die dritte Schicht bei Perls ist der berühmte 'Impasse', das Erlebnis von Blockierung, Verwirrung, Chaos, also von existentieller Ausweglosigkeit. Dieser Schicht entspricht in Frambachs Prozeßmodell die Phase der "**Identitätsdiffusion**": Die alten Identitätsstrukturen sind in die Sackgasse geraten, Neuorientierung ist notwendig.

Die vierte Phase entspricht der Perlsschen Schicht der 'Implosion' oder der fruchtbaren Leere. Frambach nennt diese Phase das "**Identitätsvakuum**", wo der Mensch die existentielle Erfahrung des indifferenten Grundes macht: "Die alte Struktur der Identität hat sich aufgelöst, und eine neue ist noch nicht gebildet. Nichts herrscht vor." (S. 102)

Darauf folgt schließlich die letzte Phase, die von der wiedergewonnenen organismischen Selbstregulierung bestimmt wird und der Perlsschen Schicht der 'Explosion' entspricht, . Diese Phase beschreibt Frambach als Phase der "**befreiten Grund-Identität und Identitäts-Integration**", wo sich die 'Wiederbelebung des Selbst' als ein akzeptierendes Integrieren abgespaltener Seiten vollzieht.

Dieses Prozeßmodell also ist der Kompaß, mit dessen Hilfe der Autor seinen LeserInnen Orientierung verschafft in dem noch wenig erschlossenen Land der Beziehung von Gestalttherapie und Spiritualität.

Originell und für Gestalttherapeuten grundlegend wichtig ist die Art und Weise, wie Frambach diesen gestalttherapeutischen Kompaß eicht, wie er also das Perlsche Modell der fünf Schichten der Neurose rezipiert und weiterentwickelt: Von grundlegender Bedeutung in diesem Zusammenhang ist die zentrale Berücksichtigung der philosophischen Grundgedanken von **Salomo Friedlaender**, insbesondere von dessen Zentralthema, der **'schöpferischen Indifferenz'**: "Seit Alters her hat man beim Polarisieren mehr auf die Pole als auf die Indifferenz geachtet. In dieser aber steckt das eigentliche Geheimnis, der schöpferische Wille, der Polarisierende selber, der objektiv eben gar nichts ist. Ohne ihn aber gäbe es keine Welt." (S. Friedlaender: Schöpferische Indifferenz, 1926, S. 337) Die Wirkungsgeschichte dieses Indifferenzphilosophie hat in der gestalttherapeutischen Diskussion bisher kaum eine Rolle gespielt hat, obwohl Perls selbst die grundlegende Rolle Friedlaenders für die Gestalttherapie von Anfang an unterstreicht, ihn sogar als den ersten seiner drei Gurus bezeichnet (F. Perls: Gestalt-Wahrnehmung, 1981, S. 73f).

Diesem Blickwinkel entspricht es, wenn Frambach **die Phase des "Identität-Vakuums" als das Zentrum des Prozesses von Identität und Befreiung** sowohl in der Gestalttherapie als auch in den von ihm untersuchten religiösen Traditionen bezeichnet: "An diesem Punkt herrscht schöpferische Orientierungslosigkeit. Keine Richtung herrscht vor. Es ist der Punkt der größten Potenz, der Fülle der Möglichkeiten" (S. 103).

Auf diesem Hintergrund will ich eine sprachlich praktische Anmerkung Frambachs hervorheben, weil sie m. E. dazu beitragen kann, mehr Ordnung in das gestalttherapeutische Vokabular zu bringen: Oft wird in gestalttherapeutischen Kontexten synonym vom 'Figur-Grund-Konzept' oder 'Figur-Hintergrund-Konzept' gesprochen. Hier schlägt Frambach vor, den gegenüber dem prägnanten Vordergrund diffusen **Hintergrund** zu unterscheiden von dem indifferenten **Grund**, den er im Sinne der fruchtbaren Leere oder schöpferischen Indifferenz versteht. (S. 55)

Im zweiten und dritten Teil seines Buches macht sich Frambach dann - ausgerüstet mit diesem gestalttherapeutischen Kompaß - mit seinen LeserInnen auf den Weg durch die teilweise verschlungenen Pfade des Zen-Buddhismus und exemplarischer christlicher Traditionsstränge. Und es gelingt ihm auf diese Weise, Komplexität zu reduzieren, die Fülle der Ideen und Konzepte übersichtlich zu strukturieren und seinen BegleiterInnen nachhaltige Eindrücke dieser Welten zu vermitteln und frappierende strukturelle Analogien in Hinblick auf den Prozeß von Identität und Befreiung vor Augen zu führen. Diese **Strukturverwandtschaften** will ich exemplarisch am **Beispiel der für ihn zentralen vierten Phase** des Befreiungsprozesses verdeutlichen.

Im **Zen-Buddhismus** entspricht der Phase der schöpferischen Indifferenz 'daishi', der 'große Tod', 'mu', das Nichts, 'shunyata', die Leere, Erfahrungen, die analog wie bei Friedlaender Ausdruck sind von "höchster Positivität und ursprünglichster Kreativität" (S. 156): Die 'shunjata' - Leere transzendiert durch ihre Nicht-Dualität auch den Gegensatz von Leere und Nicht-Leere und entzieht sich so dem intellektuellen Zugriff. Sie ist das Ineinander-Wirken von 'sein wahres Selbst erlangen', 'sich selbst vergessen' und der Erfahrung, mit allem 'eins' zu sein." (S. 165) Sie ist Ausdruck der "Unfaßbarkeit der schöpferischen Grund-Dimension aller Erscheinungen", es geht "um die Auferstehung des Selbst aus dem Nichts zu einem selbst-losen Selbst." (S. 157)

Auch in den von Frambach untersuchten christliche Traditionslinien finden sich diese Strukturverwandtschaften wieder, und zwar vor allem in **mystischen Traditionen**, dem Hesychasmus, bei Meister Eckart, der 'Wolke des Nichtwissens' und Gerhard Tersteegen: In der ostkirchlichen Tradition des mystisch-asketisch orientierten **Hesychasmus**, dessen Wurzeln bis ins dritte Jahrhundert zurückreichen, entspricht diese Phase der 'apatheia', in der der Mensch frei wird von Sucht und Gier, wo die "spannungsreichen Differenzen der Psyche ... aufgehoben" sind "in der Erfahrung ihrer Indifferenz" (S. 191). Sie ist "Einübung in den Tod" und damit zugleich "Ausdruck eines radikalen spirituellen Wandels der Person." (S.193) Ähnlich bei **Meister Eckart**, dem als Ketzer verurteilten und erst im 19. Jahrhundert wiederentdeckten gelehrten Dominikaner: Auch hier spielt - wie Frambach herausarbeitet - die Phase des Identitäts-Vakuums eine zentrale Rolle. Eckart nennt sie das "Sterben in Gott": Dabei geht es "um ein Sterben durch die göttliche Natur hindurch, sofern sie wirkend ist, hinein in die wirkungslose Gottheit, die in sich selber schwebt, unbegreiflich für alle Kreatur." (S. 206)

Auch in der '**Wolke des Nichtwissens**', einem Übungsbuch zur mystischen Kontemplation von einem unbekanntem Verfasser aus dem England des späten 14. Jahrhunderts, findet sich das entsprechende Motiv des Nichts, des Ich-Todes: An diesem Ort der "'Innen'-Erfahrung der Kontemplation" ist es dem Menschen möglich, die "Dinge oder Wesen in ihrer Ungesondertheit, d.h. in ihrer Einheit zu betrachten und zu erkennen. (S. 221) "Dieses Verweilen im Nichts ist eine Art geistiges Sterben,... doch ist dies gleichsam ein 'Sterben, um zu leben'." (S. 222)

Bei **Gerhard Tersteegen**, einem Vertreter des reformierten Frühpietismus des 18. Jahrhunderts findet Frambach das Motiv des Identitäts-Vakuums z.B. in seinen Liedern wieder:

"Laß los, laß los, brich alle Band entzwei! Dein Geist wird sonst in Ewigkeit nicht frei..." (S. 257) oder

"O schönes Nichts - Du Fülle alles Lichts..." (S. 270)

Aber auch bei **Martin Luther**, von dem in der Regel vor allem seine antimystischen Äußerungen bekannt sind, findet Frambach deutliche Entsprechungen: Auch bei Luther liegt das Zentrum der Befreiung aus der 'incurvitas in se ipsum', der Selbstverkrümmung, in der Erfahrung des Nichts, im Tod des 'alten Adams': "Gottes Natur ist, daß er aus nichts etwas macht. Darum, wer noch nicht nichts ist, aus dem kann Gott auch nichts machen. Die Menschen aber machen aus etwas ein anderes. Das ist aber eitel unnütz Werk." (S. 241)

Mit Hilfe des von ihm aus gestalttherapeutischem Gedankengut heraus entwickelten Prozeßmodell findet Frambach also sowohl bei all diesen Vertretern der christlichen Tradition als auch in der Tradition des Zen überraschende strukturelle Analogien und liefert mit seiner synoptischen Gegenüberstellung einen wesentlichen Beitrag zum gegenseitigen Verständnis und Dialog. Eine szenische Metapher von B. Welte aufnehmend, mit der dieser das Verhältnis von Meister Eckart zum Zen-Buddhismus beschreibt (B. Welte. Meister Eckart, 1979 S. 174), könnte man sagen:

Diese Kapitel öffnen den Vorhang für ein Szenario von Identität und Befreiung, in dem es weit mehr Mitspieler gibt als in den Zwei-Personen-Stücken, die der Zuschauer zu sehen vielleicht schon gewohnt ist: Gestalttherapie, Zen-Buddhismus, Hesychasmus, Meister Eckart, die 'Wolke des Nichtwissens', Martin Luther und Gerhard Tersteegen. Sie alle - bisher oft als einander Fremde oder auch als Gegner gesehen - agieren nun miteinander auf der Bühne: Sie alle winken einander zu über die Jahrhunderte hin und teilweise aus weiter Ferne, sie alle bestätigen und ermutigen einander und von jedem her fällt ein besonderes Licht auf den je anderen. Und die ZuschauerInnen mögen eine Ahnung davon bekommen, daß, wenn der Scheinwerfer schwenken würde, noch ungeahnt mehr MitspielerInnen auf der Bühne sichtbar würden und ihr Licht irgendwann vielleicht auch sie selber erfaßt.

Im vierten und fünften Teil geht es schließlich um die Auswertung dieser Wanderung und vor allem um mögliche **Wechselwirkungen von gestalttherapeutischen, buddhistischen und christlichen Anschauungen**. Frambach läßt auf diesem Hintergrund zentrale christliche Grundbegriffe in neuem Licht erscheinen, so daß diese Kapitel des Buches m.E. für die in unsere christlich geprägte Kultur hineingewachsenen LeserInnen gerade dann besonders hilfreich sein können, wenn sie überkommene dogmatische Fixierungen hinter sich gelassen, aber noch keine für sie stimmigen neuen Antworten gefunden haben.

Am Beispiel der theologischen Rede von der '**Wirklichkeit Gottes**' will ich dies kurz andeuten: Ausgangspunkt ist auch hier wieder Friedlaenders 'schöpferische Indifferenz'. So beschreibt Framberg im Anschluß an die Theologen Karl Heim und Jürgen Kuhlmann die Wirklichkeit Gottes als "überpolar": "Alle Verhältnisbestimmungen und Unterscheidungen, die in der polaren Relativität gültig sind, versagen in bezug auf das überpolare Sein Gottes. Darin besteht die Transzendenz Gottes...Die Transzendenz, die *Ganz-Andersheit* Gottes, fällt zusammen mit seiner *Nicht-Andersheit*, seiner Immanenz. Das Absolute unterscheidet sich vom Relativen durch Nichtunterschiedenheit. Die Transzendenz der Wirklichkeit Gottes besteht gerade in ihrer radikalen Immanenz." (S. 311f) Zu dieser Grund-Erfahrung gehört auch, daß Frambach nicht einfach - gängigen christlichen Traditionslinien folgend - Gott als Person beschreibt, als männlich oder weiblich z.B., sondern paradox als transpersonal: "Gott Du unser Ich" (S. 327). In dieser Überpolarität, die in vielem z.B. der buddhistischen 'shunyata'-Leere entspricht, die ja zugleich Ausdruck ist "von höchster Positivität und ursprünglichster Kreativität" (S. 156), entzieht sich die Wirklichkeit Gottes prinzipiell dem Zugriff intellektuellen Erkennens, das Welt immer nur polar in Vordergrund und Hintergrund aufteilen kann. Die Wirklichkeit Gottes ist nur erfahrbar in der Überwindung der Fixierung auf die Dualität von Erkennendem und Erkanntem: "Die Weise, in der die überpolare Wirklichkeit Gottes erfahren und erkannt wird, muß die gewohnte Subjekt/Objekt-Struktur des gegenständlichen Existierens und Erkennens transzendieren." (S. 314)

Ein solches Verständnis der Wirklichkeit Gottes ist eine radikale Absage an jedwede Fixierung auf die vielen in den religiösen Traditionen überkommenen oder heute gängigen 'spirituellen' Hilfskonstruktionen unseres Intellekts, unseres Ich, mit der wir Gottes Wirklichkeit einzufangen, zu verstehen, zu materialisieren versuchen und die doch nichts anderes sind als verzweifelte Versuche unseres Ich, die "fundamentale Umkehr" zu vermeiden, "die den Lebensnerv, das Herz unseres bisherigen Selbst- und Weltverständnisses betrifft." (S. 314)

Insgesamt ein äußerst anregendes Buch, das den Hintergrund erweitert und neue Perspektiven eröffnet, zum Weiterdenken und Weiterfragen einlädt und dafür den Blick schärft, und das sowohl im psychotherapeutischen als auch im theologischen Bereich:

Für mich als Psychotherapeuten sind es vor allem differentialdiagnostische Fragen, die sich angesichts des Miteinanders und/oder Nebeneinanders und/oder Nacheinanders von Psychotherapie und spiritueller Praxis neu und präziser stellen: Wann ist es für TherapeutInnen angebracht und wann womöglich kontraindiziert, Spiritualität ins Spiel zu bringen, wann ist das sinnvoll, stimmig und verantwortlich und wann trägt es eher dazu bei, dazu, Neurosen der KlientInnen oder auch das eigene therapeutische Ego z.B. in der 'spirituellen' Verlängerung von Allmachtsträumen weiter zu pflegen und dabei scheinheilig zu werden? Auf dem Hintergrund der Grundthese dieses Buches von der Strukturverwandtschaft des gestalttherapeutischen und des spirituellen Befreiungsprozesses will ich die Metapher der Gebirgswanderung für das Miteinander dieser beiden Bereiche noch einmal aufgreifen: In diesem Bild könnte der Anstieg dem gestalttherapeutischen Prozeß mit der Entwicklung einer gesunden und umfassenden Ich-Struktur und der Rückweg dem spirituellen Prozeß mit der Überwindung der Illusion abgetrennter Ich-Fixierungen hin "zur Weite alledurchdringender, liebender Solidarität" (S. 286) entsprechen. Bei so einer Gebirgswanderung kann es viele

kleine Bergaufs und Bergabs zwischendurch geben; manchmal ist der höchste Punkt gar nicht markiert, so daß Auf und Ab fließend ineinander übergehen; ob Auf oder Ab, es gibt gefährliche Kletterstücke, wo es sinnvoll, manchmal sogar unerlässlich ist, erfahrene WegbegleiterInnen oder BergführerInnen zu haben; und es gibt sanfte Steigungen, wo der Weg beim Gehen wie von selber entsteht; manche WanderInnen sind sehr auf das Gipfelerlebnis fixiert und erlauben sich vielleicht gar nicht mehr, auf dem Weg nach rechts und links zu sehen; denn: "Wer den Berg besteigt, führt den Gipfel mit sich." (S. Friedlaender, Schöpferische Indifferenz 1926, S. 424) Und manche wiederum erwandern sich einfach so die Bergwelt und genießen ihre Schönheit, ganz gleich ob sie schmale oder breite Wege gehen, ganz gleich ob bergab oder bergauf, der Weg wird zum Ziel; ob die WanderInnen dann letztlich noch beim Anstieg sind oder sich schon auf dem Rückweg befinden, läßt sich von außen nur unzureichend entscheiden, sondern erschließt sich erst im Dialogprozeß.

Mich als Theologen hat dieses Buch erneut dafür sensibilisiert, nach dem Verhältnis von Theorie und Praxis zu fragen, erneut die auch von Frambach gestellte erkenntnistheoretische Frage nach Sinn und Grenzen des intellektuellen und theologischen Erkennens zu stellen; erneut zu fragen, wann theologisches Denken sinnvoll und notwendig ist als Ergänzung und Korrektiv spiritueller Praxis und wann es zum Selbstzweck verkommt, das sich der eigenen Grenzen nicht mehr bewußt ist, das größenwahnsinnig Gedanken z.B. über die Wirklichkeit des Absoluten mit dessen Wirklichkeit selber verwechselt und in narzißtischer Selbstbespiegelung letztlich das behindert, wozu dieses Buch auch und vor allem einlädt: sich auf den Weg zu machen ins Gebirge, sich zu öffnen und sich einzulassen auf spirituelle Erfahrungen, die den Intellekt überschreiten.