

Vortrag für die 4. Atemtage in Cham vom 24. – 26.3.06 von Dr. med. P.Samuel Widmer Nicolet

Inzest

Als mich der Veranstalter dieser Atemtage bereits vor etwa zwei Jahren anfragte, ob ich hier und heute mitmachen würde, versuchte ich natürlich als Erstes herauszufinden, was er von mir wünschte, warum er mich rief. Ich habe in meinem Leben die Hausaufgaben immer gern und gut gemacht, eigentlich war es mir immer ein grosses Anliegen, meinen Beitrag zu leisten, die anderen zufrieden zu stellen, mitzuhelfen, dass unser Leben und das, was wir darin unternehmen, gelingen kann.

Als wir uns dann getroffen haben, *Urs Baumgartner* und ich, vor etwa einem Jahr, beschäftigte mich die Frage immer noch. Ein bisschen ist es mir da klarer geworden, aber auch nicht so richtig. Obwohl mir natürlich schon zu dämmern begann, worum es gehen könnte. Aber irgendwie war mir nicht ganz wohl dabei, dass ich es gewissermassen zwischen den Zeilen suchen musste, dass es nicht klar ausgesprochen war.

Ich habe dann auf die Vorankündigung gewartet. Aber auch diese brachte eigentlich keine zusätzliche Klarheit.

Was bedeutet das? Eigentlich wusste ich natürlich schon Bescheid. Auf den Kopf gefallen bin ich ja nicht. Es bedeutet, dass es um ein Tabu geht. Dass hier an diesem Wochenende ein Tabu angegangen werden soll. Ein heikles Thema. Niemand mag es so richtig beim Namen nennen. Es könnte einen in Schwierigkeiten bringen.

Und warum dann ich? Warum fragt er mich?

Nun, es dürfte sich inzwischen herumgesprochen haben, dass ich mich in meinem Leben viel mit Tabus, mit heissen Eisen beschäftigt habe. Auch mit demjenigen, um das es hier gehen soll. Und die Finger habe ich mir dabei auch verbrannt.

Aha! Endlich hatte ich begriffen, was ich die ganze Zeit schon vermutet hatte: Ich werde gerufen, um die heissen Kohlen aus dem Feuer zu holen. Man denkt: Der hat sich die Finger bereits verbrannt, der kann es sich leisten. Der hat seinen guten Ruf bereits eingebüsst, der hat nichts mehr zu verlieren.

Nun, Recht hat er, der *Urs Baumgartner*, dachte ich. So ist es. Sei es denn! Dann wollen wir Klartext reden. Das Kind beim Namen nennen. Das Tabu anpacken.

Das Thema meines Vortrags ist **der Inzest, der Inzest, der Missbrauch in der Psychotherapie**. Und natürlich all die Fragen und Themen, die sich darum herum gruppieren. Wir werden das Gebiet nicht erschöpfend behandeln, nicht von allen Seiten beleuchten können. Dafür ist es zu umfangreich. Aber lasst uns einmal damit beginnen!

„Wenn das nur gut geht“, dachte ich, als ich das Anliegen von *Urs Baumgartner* endlich begriffen hatte. Wenn man sich an Tabus wagt, wird man normalerweise bestraft dafür. Mit Liebesentzug. Ob die Tatsache, dass sich dieses Jahr nur ein Drittel der Leute vom Treffen vor zwei Jahren wieder angemeldet haben, etwas damit zu tun hat?

Während wir hier über den Inzest reden, hätte ich – um die Angelegenheit in die richtige Relation zu rücken – gerne, wenn wir uns dabei bewusst wären, dass jeden Tag und jahrein, jahraus 100'000 Menschen am Hunger und seinen Folgen sterben auf der Welt. Und dass wir ohne Weiteres in der Lage wären, dies zu verändern. Auch ein Tabu! Oder dass, um nur ein weiteres der vielen Beispiele des Schreckens auf unserem Planeten zu erwähnen, in Bangladesh in einem normalen Jahr 30'000 Kinder wegen Vit.A-Mangels erblinden. In einem

Jahr der Hungersnot sind es bis fünf Mal mehr. Und dass wir auch dies ganz leicht ändern könnten.

Ich dachte immer, es sei ganz schrecklich auf der Erde. Ich musste lernen, dass es noch viel schlimmer ist.

Ich würde gerne meinen Vortrag in die Wachheit für das Bewusstsein bezüglich dieser Angelegenheiten setzen, unter anderem vor allem auch deshalb, weil für mich diese Umstände eine zwar schwer zu verstehende, aber direkte Folge des Inzesttabus und anderer Folgetabus sind, denen wir uns unterwerfen.

Stellen Sie sich einmal vor: Sie beginnen mit einem Patienten eine Psychotherapie und beim ersten Treffen bringt er das ganze Dorf mit, seine ganze Verwandtschaft, seine Freunde und Feinde!

Was würden Sie wohl sagen? Sie würden sagen: Das geht doch nicht, so können wir nicht arbeiten! Psychotherapie kann nur in einer intimen Vertrauensbeziehung geführt werden, vornehmlich zu zweit, allenfalls in einer Gruppe.

In gewisser Weise, jedenfalls auf einer inneren Ebene ist es allerdings tatsächlich so: Der Klient bringt seine ganze Familie, alle Menschen, denen er begegnet ist, mit denen er sich verstrickt und verheddert hat, sein ganzes Leben mit. Er setzt dieses Unding, das zu Beginn eine wirkliche Beziehung zwischen ihm und Ihnen verhindert, vor Sie hin in den Raum. Dass er nicht allein ist ist tatsächlich sein Problem, auch wenn er es selbst nicht weiss. Und ihre Aufgabe – Sie sollten es wissen – besteht weitgehend darin, ihm zu helfen, all diese Verwicklungen zu verstehen und zu entwirren. Und dies geschieht in der Regel dadurch, dass dieser Mensch im Verlaufe der Zeit all diese unmöglichen Beziehungsmuster, in denen er sich verfangen hat, auf Sie überträgt und Sie diese in der Beziehung zwischen ihm (beziehungsweise eigentlich diesen Mustern) und Ihnen durcharbeiten. Das Ziel einer solchen Behandlung – Sie wissen es – ist die Entvölkerung des Raumes. Wenn dies gelingt, werden im Verlaufe der Zeit all die Leute, die ihr Klient mitgebracht hat, einer nach dem anderen aus dem Raum geschickt. Bis der Raum, und vor allem der Beziehungsraum, leer geworden ist, so dass Sie zwei einander nun wirklich begegnen können, Sie wirklich miteinander in Beziehung stehen können und nicht nur in einer Verkettung von Mustern, die irgendwo in der Vergangenheit gestrickt worden sind, die niemand mehr versteht. Selbsterkenntnis. Wirklichkeitserkenntnis.

Schliesslich sitzen sich also in ihrer Therapiestube nur noch zwei Erwachsene, reife, selbstverantwortlich gewordene Menschen gegenüber, die sich überlegen können, was sie wirklich zusammen wollen. Höchstwahrscheinlich wollen sie nun Abschied nehmen, weil tatsächlich die Therapie damit beendet ist und ihre Schicksalslinien keinen gemeinsamen Weg aufweisen. Und in diesem Abschied werden sie einander lieben und dankbar verbunden sein. Es sei denn, sie erkennen, dass ihre Schicksalslinien sie zu etwas anderem auffordern. Aber darauf werden wir später zurückkommen.

Stellen Sie sich aber nun vor: Nicht der Klient, sondern Sie, der Therapeut, die Therapeutin bringt in der ersten Stunde das ganze Dorf mit!

Das geht doch nicht, würden diesmal nicht nur Sie, sondern auch Ihr Klient ausrufen. Wie könnte man diesen äusserst persönlichen und intimen Prozess der Psychotherapie vorantreiben, wenn jeder seine Nase hineinstecken kann?

Tatsächlich ist es aber so, dass auch Sie ihr Dorf mitbringen. Neben Ihnen sitzt nämlich *Sigmund Freud* oder *C.G. Jung* oder sonst eine Koryphäe. Und hinter Ihnen Ihr Kontrollanalytiker, Ihre Supervisorin, Ihre Kollegen, höchstwahrscheinlich Ihre Frau oder Ihr Ehemann, möglicherweise noch immer Ihre Eltern und sowieso die ganze Gesellschaft, an die Sie sich angepasst haben. Oder etwa nicht? Ausser Sie wären im Prozess der Selbsterkenntnis bereits so weit vorgedrungen, wie Sie es eigentlich müssten, wenn Sie Menschen begleiten

wollen, nämlich bis dahin, wo Sie innerlich leer geworden sind, wo Sie Ihren inneren Raum soweit entvölkert haben, dass Sie ein Alleinstehender, eine Alleinstehende geworden sind, eine die nichts und niemand, keinen anderen Einfluss in sich duldet, als den der puren, reinen Lebenskraft und die dadurch fähig geworden ist, wirkliche Beziehung anzubieten, nicht irgendein konfektioniertes Muster, das man im Warenhaus im Ressort Psychotherapie kaufen kann. Beziehung, die einmalig ist, die sich selbst verantwortet, in der Sie niemanden mitreden lassen ausser die Betroffenen selbst.

Das ist natürlich revolutionär. Aber wir befinden uns in guter Gesellschaft. Vom Psychotherapeuten *James Hillmann* las ich kürzlich den Ausspruch: „Die Psychotherapiestube muss die Keimzelle bilden, in der die Revolution vorbereitet wird.“ Dem schliesse ich mich an. Auf jeden Fall die innere Revolution, und daraus kommt automatisch die äussere Revolte.

Stellen Sie sich nun schliesslich vor: Psychotherapie, in der vorgeschrieben ist, was die zwei Menschen, die darin aufeinander treffen, tun dürfen! Was sie haben dürfen zusammen, wo und wie und unter welchen Umständen sie sich berühren dürfen, was sie sagen dürfen und was nicht und so weiter... Die Grenzen darin wurden ausserhalb der Beziehung festgelegt, nicht zusammen ergründet und etabliert. Sie sind vorgegeben von einem anonymen Hintergrund. Und so weiter...

Daraus kann nichts werden. Nichts, was wie Freiheit, wie Liebe schmeckt, nicht wahr? Das wäre Warenhauspsychotherapie, keine persönliche Handanfertigung. Würden Sie sich damit zufrieden geben?

Aber Sie wissen: Genau so ist es! Genau diese Art von Psychotherapie zwingt man uns, anzubieten. Und die meisten tun es, weil sie nicht den Mut haben zu etwas anderem, eigenem. Angepasste Psychotherapie. Keine revolutionäre.

Wie löst man das Dilemma, um nicht dem Missbrauch Tür und Tor zu öffnen, gleichzeitig aber wirkliche Heilung, die nur im wirklichen Bezogensein stattfinden kann, zu ermöglichen? Denn die Missbraucher gibt es, die kranken Therapeuten, die in der Therapie ein Feld gefunden haben, um ihren eigenen ungestillten Hunger auszuagieren, die gibt es. Und es gibt sie vor allem unter den angepassten Therapeuten. Und häufig sogar unter denen, die sich ständig für die Verfolgung von schwarzen Schafen stark machen. Aber das ist ein Thema für sich, das wir heute hier nicht angehen wollen.

Eigentlich ist alles gut, so wie es ist. Dem Erwachten zeigt sich dies immer wieder in allen nur erdenklichen Zusammenhängen. Auch in der Psychotherapie. Alles ist gut so, wie es ist. Wir leben mit Verboten und Geboten, wir sind konditioniert, eingeschachtelt in tausend Erwartungen und Vorschriften, die uns aufoktroziert wurden. Solange wir unreife Menschen sind, das heisst, die innere Selbsterkenntnisarbeit nicht geleistet haben, die notwendig ist, um davon frei zu sein, solange wir nicht Liebende sind, halten uns die Gebote und Verbote, denen wir unterworfen sind, einigermassen in Schach. Sie halten unsere Verwirrtheit, unsere ungezügelter Emotionalität, unsere unreflektierten Vergnügenstendenzen in Schach. Und wir wissen alle, dass dies notwendig ist. Entweder sind diese Dämonen durch die Liebe am Zügel gehalten oder dann eben notdürftig durch Gesetze und Regeln.

Wie sagte *Lao Tse* so treffend:

*Wenn das Tao, die Liebe, verloren geht,
erscheint die Moral.*

*Wenn die Moral verloren geht,
erscheinen Religionen und Gesetze.
Dann krempeln alle die Ärmel hoch,*

und kämpfen gegen das Böse.

Der reife Mensch befreit sich selbst von diesen Zwängen. Er hat zurückgefunden zum Tao, zur Liebe, und ist daher wieder frei von Moral und Gesetzen. Er hat den Mut, wieder allein zu stehen, sein Leben, seine Beziehungen allein zu verantworten. Sich selbst Zügel anzulegen. Er ist ein Revoltierender. Und er ist bereit, die Risiken, die das mit sich bringt, zu tragen. Sie wissen, Rufmord und Ähnliches...

Ein Therapeut sollte ein erwachsener Mensch sein, ein in dieser Weise reifer Mensch, ein Liebender, ein Erleuchteter. Wenn er das nicht ist, ist es gut, wenn er sich an Moral und Gesetz hält. Er wird dann am wenigsten Schaden anrichten. Und es werden sich – da kann man sich auf die Regieführung des Lebens ruhig verlassen – nur diejenigen Klienten zu ihm verirren, die für mehr auch noch nicht bereit sind.

Ein liebender Therapeut aber wird mit seinem Klienten zusammen schliesslich eine reife, erwachsene Beziehung, in der nur noch zwei übrig bleiben, die sich von niemandem dreinreden lassen und alles, was sie tun und zusammen haben, selbst verantworten, eingehen. In eine solche Liebe wird niemand einen Keil treiben können. Davor braucht man sich nicht zu fürchten. Und wenn Ihnen am Ende der Therapie die Schicksalslinien zeigen, dass Sie nicht Abschied nehmen sollen, sondern eine Beziehung leben sollen, eine Arbeitsbeziehung, eine Liebesbeziehung, was auch immer, dann werden Sie es tun. Und es wird niemandem, ausser ihren Neidern, ein Problem sein. Sie leben die Revolution der Liebe.

Um Sie zu ermutigen, diesen Weg zu gehen, sich da wirklich zu befreien, will ich Ihnen dazwischen etwas aus meinem Leben erzählen:

Ich lese Ihnen zuerst einen Eintrag in mein Tagebuch vom 29.8.04, das ich kürzlich zusammen mit meiner Frau *Danièle Nicolet* unter dem Titel *Heute wurde uns eine Tochter geboren* veröffentlicht habe:

Herzgruppenplatz, 29.8.2004

Meinen gesellschaftlichen Auftrag als Psychotherapeut, so wie ich ihn verstanden habe, habe ich sehr ernst genommen. Ich hatte das menschliche Problem zu durchleuchten, zu verstehen und eine Lösung dafür zu finden.

Ich habe herausgefunden, wie es geht. In meinem Leben habe ich mich bemüht, alles zu verstehen und eine Lösung für alles zu finden. Und ich habe sie gefunden. Ich weiss heute, wie es geht. Ich bin wohl kaum der Einzige, der zu dieser Einsicht, dieser Intelligenz durchgebrochen ist. Es gibt nicht viele, aber es gibt auch andere, welche die Lösung gefunden haben. Ich sage es nicht aus Überheblichkeit; ich fühle mich keineswegs begeistert und wichtig dabei. Eher müde; auf jeden Fall bescheiden. Ich sage es, weil es den Tatsachen entspricht.

Man könnte mich berufen zur Konfliktlösung für welches Problem auch immer, im Grossen zwischen den Völkern, zwischen den verschiedenen, sich bekämpfenden Gruppen, aber auch im Kleinen für Betriebe, Familien, Einzelpersonen. Wo immer man mich einsetzen würde, ich könnte das jeweilige System und die einzelnen Menschen darin zum Blühen bringen. Ich könnte die ganze Menschheit, die Erde zum Blühen bringen. Ich weiss, wie es geht. Es ist gar nicht so schwierig. Letztlich, wenn man all die Verwirrung durchschaut hat, wird es ganz einfach.

Aber: Man müsste auf mich hören! Man müsste es wollen! Man müsste zuhören! Daran scheitert es. Oft auch dort, wo ich tatsächlich gerufen werde, von den Menschen in unseren Seminaren, bei denen, die mich als Therapeut aufsuchen.

Als Psychotherapeut fühle ich mich von der menschlichen Gemeinschaft verarscht. Ich habe den Auftrag, den man mir gegeben hat, angenommen und gelöst. Und nun stehe ich da mit der

Lösung, aber die menschliche Gemeinschaft will diese gar nicht. Der Auftrag war gar nicht ernst gemeint.

Die Menschen wissen es immer besser. Sie bauen auf ihre Tradition, auf ihre Erfahrungen, darauf, wie man es immer gemacht hat. Und leben dabei im Elend. So wie man es immer gemacht hat. Sie hören nicht zu. Die meisten lachen über einen, wenn man ihnen die Lösung für ihre Probleme bringen will. Andere bekämpfen einen, weil man sie am wunden Punkt getroffen hat, sie es aber nicht eingestehen wollen. Und wieder andere bewundern einen lieber, um einen auf Distanz zu halten, als sich wirklich auf die Botschaft, die man bringt, einzulassen.

Die Botschaft macht Angst, man will sie nicht. Die Botschaft steht im Widerspruch zu den Ansprüchen des Ich, das will man nicht.

Aber eigentlich könnte man mich berufen, in der Welt aufzuräumen. Ich wüsste genau, was zu tun wäre. Und ich würde die Aufgabe gerne annehmen. In Amerika, in Deutschland, im Irak, in Palästina. Ich wüsste die Lösung für das Problem der Armut, für die Krise zwischen Männern und Frauen, für das Problem der Arbeitslosigkeit und so weiter. Ich kenne die Lösung für die Welt. Überall, im Grossen und im Kleinen. Es wäre mir eine Freude und eine Ehre, anzuleiten zum Ordnung-Machen.

Aber man will nicht. Da kann man nichts tun. Nichts als warten. Warten und sehen. Warten und wissen. Warten und allein sein.

Und ein kurzer Abschnitt vom 29.10.04:

Ja, ich habe meinen Auftrag als Psychotherapeut, den ich von der Gesellschaft bekommen habe, angenommen. Ich habe die Lösung gefunden. Aber die Gesellschaft hat mich verarscht. Sie will die Lösung gar nicht. Ich soll nur so tun, als würde ich die Probleme lösen, aber das Messer ansetzen, soll ich nicht. Ja keine Veränderungen, das macht Angst. Aber die Veränderungen werden trotzdem kommen, so oder so. Einen Kindergarten von beschränkten, mit Problemen beladenen, unerwachsenen Kindern soll ich hüten. All jene, die für die Gesellschaft unnütz sind, pampern und unterhalten. Keine wirkliche Heilung ist gefragt. Oh, wie gerne würde ich mich anfreunden mit den Leuten an der Macht und ihnen von dem schenken, was ich gefunden habe!

Mit einem Wort: Ich habe meine Hausaufgaben als Psychotherapeut gemacht und nun will die Lösung gar niemand haben!

In den siebziger Jahren, meinen hauptsächlichen Lehrjahren als Therapeut, gab es einen Aufbruch in der psychotherapeutischen Bewegung, dem ich mich freudig angeschlossen habe. Die Zeit nach 1968! Alle Ketten wurden gesprengt. Alles schien erlaubt.

Eigenartig war allerdings, dass ich keinen Supervisor finden konnte, der sich auf Fragen bezüglich des Umgangs mit den Beziehungsgrenzen in der Therapie wirklich ernsthaft eingelassen hätte. Eigenartig war auch, dass dazu nirgends etwas gelehrt wurde. Nichts. Die wirkliche Forschung in der Psychotherapie schien gestorben zu sein. Es gab lediglich die fundamentalistische Strömung, in der Psychotherapie zu einer fixierten Religion geworden war, und die Stimme des Aufbruchs, die alles über Bord warf und die sich im Moment gerade durchzusetzen schien.

Später dann, so Mitte der achtziger Jahre, hat sie sektiererische Psychotherapie, wie ich sie nennen möchte, wieder die Oberhand gewonnen. Man sah sich plötzlich Angriffen und Diffamierungen ausgesetzt, wenn man für die Freiheit gegangen war. Der Begriff des *therapeutischen Inzestes* begann zu kursieren. Eine gute Sache nebenbei, dass der Missbrauch einen Namen bekam! Problematischer waren die Hexenjagden, die nun veranstaltet wurden. Schwarze Schafe wurden geächtet.

Über mir ist vor allem wegen meiner Bücher (*Im Irrgarten der Lust* und *Die unerlöste Liebe zwischen Vater und Tochter*) ein richtiges, jahrelang dauerndes Gewitter niedergegangen. Ich will Sie mit dieser Geschichte, mit dem Medienrummel, mit den Auseinandersetzungen in den Fachgesellschaften und so weiter nicht langweilen. Wenn es Sie interessiert, finden Sie alles darüber in meinem Buch *Des Kaisers Nacktheit, des Kaisers Dummheit*. Hier will ich Ihnen nur erzählen, dass mir dabei nichts geschehen ist. Ausser dass es mich berühmt und berüchtigt gemacht hat natürlich. Ich schreibe dies dem Umstand zu, dass ich immer im Einklang mit meinem Wissen und Gewissen gehandelt habe. Wirklichen Missbrauchern ist es da zum Teil wirklich an den Kragen gegangen.

In dieser Zeit spürte ich, dass man gelassen bleiben und warten muss. Die Stimmung war so, dass man sich bereits verdächtig machte, wenn man nur schon die einschlägigen Themen irgendwo aufbringen wollte. Das Tabu setzte sich wieder durch. Ich vermutete damals, dass es vielleicht fünfzehn Jahre dauern würde, bis man wieder ernsthaft über diese Dinge reden könnte. Also wirkte ich im Stillen und wartete ab. In den letzten Monaten und Jahren mehren sich nun tatsächlich die Zeichen, dass die Zeit dafür gekommen ist. Die Einladung hierher ist eines davon. Ich gehe davon aus, dass die Ernsthafteren unter den Therapeuten in den nächsten Jahren eine bewusste Auseinandersetzung und Integration bezüglich dieser Themen suchen werden. Es wird ihnen zu eng.

Warum erzähle ich Ihnen dies alles? Nun, die wichtigste Erfahrung, die ich in diesem Prozess gemacht habe, ist die, dass man keine Angst zu haben braucht. Dass einem nichts geschehen kann, was einem nicht vom Schicksal zugeordnet ist. Und dass alle Angriffe an einem abprallen, solange man integer ist. Daran bin ich gewachsen, stark geworden. So leicht kann man mich heute nicht mehr einschüchtern. Darum möchte ich Sie ermutigen, das Tabu wirklich anzugehen, es aufzudecken, es öffentlich diskutieren zu beginnen. Ich erzähle Ihnen dies alles, um Ihnen zu zeigen, dass die Konsequenzen nicht so gefährlich sind. Man kann sich die Wahrheit und die Liebe leisten. Man kann sich der Angst, die man davor hat, stellen und daran wachsen.

Worin besteht denn dieses Tabu eigentlich?

Im Wesentlichen können wir in unserem Inneren grob zwischen zwei möglichen Zuständen unterscheiden. **Angst und Liebe**. Das ist ja auch das Oberthema dieser Tagung. Entweder sind wir in Angst, oder wir stehen in der Liebe. Das Eine schliesst das Andere aus, denn Angst ist in der Tiefe immer die Angst vor der Liebe. Die Angst, für die Liebe zu stehen in der Welt, auch wenn dies Unannehmlichkeiten nach sich ziehen könnte.

Angst ist nichts anderes, als die Abwesenheit der Liebe in uns. Wenn wir nicht getrauen, das zu sein, was wir in der Tiefe sind, nämlich Liebende, dann spalten wir uns von der Liebe ab. Dieses Abgespaltensein erleben wir als Angst.

Ein Therapeut sollte ein Liebender sein, haben wir gesagt. Dann wird er unweigerlich in eine liebende Beziehung treten mit seinem Klienten. Das Einzige, was heilt. Und es wird nur Gutes daraus kommen.

Wenn er kein Liebender ist, dann bleibt er seinem Klienten die Liebe schuldig. Nicht nur kann er ihm dann nicht helfen, sondern er schadet ihm auch. Der Klient (letztlich ist das natürlich dessen Verantwortung, aber das ist wiederum ein anderes Thema, das wir heute nicht behandeln können) gerät bei ihm in **eine Wiederholungsfalle**. Sein ursprüngliches Trauma wird nicht aufgearbeitet. Stattdessen wiederholt es sich in der Therapie.

Der Klient kommt, weil er nicht geliebt worden ist. Er ist ein Abgewiesener. Es gibt Menschen, viele sogar, die praktisch nie oder nie liebevoll berührt worden sind, wenn sie in die Therapie kommen. Er sucht Berührung und Liebe, damit er heilen und wachsen kann. Und dann wird er, weil Sie Angst vor der Liebe und ihren Konsequenzen haben, bei Ihnen erneut abgewiesen, in ein intellektuelles Geschwätz verwickelt und so weiter. Sein Bedürfnis nach

Liebe und Berührung wird wieder nicht erfüllt, weil Sie Angst haben, Sie könnten des therapeutischen Inzests verdächtigt werden. Sie sind nicht allein mit ihm. Hinter Ihnen sitzen noch immer ihre Kollegen, ihre Frau, ihr Ehemann und so weiter... Sie haben Ihr Dorf dabei...

Ich nenne dies **den ehrbaren Inzest**. Weil sie das tun, was ehrbare Väter tun, wenn ihre Töchter in die Pubertät geraten.

Sie kennen sicher unter ihren Klientinnen solche aus der Heerschar von Frauen, die daran leiden, dass sich ihr Vater, als sie ungefähr zwölf Jahre alt waren, plötzlich von ihnen zurückgezogen hat. Und dies natürlich, ohne dass sie je verstehen konnten, was eigentlich geschehen war.

Nun, sie sind Frauen geworden. Und ihr Vater – ein ehrbarer Mann – wollte nicht übergriffig sein. Er hat sich zurückgezogen, bevor er irgendwelche ungehörigen Impulse entwickeln konnte. Impulse, wie sie ein normaler, ausgewachsener Mann hat, wenn er auf eine junge, erwachende Frau trifft. Eine lebendige Auseinandersetzung mit dieser Tatsache, eine wirkliche Beziehung mit seiner heranreifenden Tochter, in der man einen Umgang damit gesucht hätte, hat er sich nicht zugetraut. Es ist ja auch verboten. Die Liebe ist verboten. Deshalb hat er so viel Angst vor dieser Auseinandersetzung. Angst vor der Liebe. Seine Nachbarn sassen ihm im Nacken. Seine Frau. Er war nicht ein Alleinstehender. Er hat sich nicht getraut, das Inzesttabu zu lüften und zu hinterfragen.

Dies hätte er tun müssen, genauso wie Sie als Therapeut. Er hätte sich trauen müssen, ein Liebender zu sein, aus der Liebe heraus mit einer solchen Situation richtig umgehen zu können. Er ist der Bequemlichkeit unserer ganzen Gesellschaft gefolgt, die alle wichtigen Fragen lieber durch Gesetze und Regeln, durch Tabus löst und zu träge ist, sich wirklichem Bezogensein mit allem zu stellen. Wie behauptete *Lao Tse*: Wenn die Liebe verloren geht, kommen Moral und Gesetze...

Es braucht für den Umgang mit allen Beziehungsfragen ein liebendes Bezogensein. Um die wirklichen, die stimmigen Grenzen herauszufinden zwischen Therapeut und Klient, zwischen Vater und Tochter und so weiter, braucht es eine grosse Wahrhaftigkeit und Bereitschaft zur Liebe. Dazu gehört auch der Mut, allenfalls Fehler zu machen, zu nahe an die Grenzen zu geraten. Denn wie soll man eine natürliche Grenze erkennen, wenn man sie nicht zuerst auch ein wenig überschreitet, mit ihr spielt. Das schadet auch nicht. Die Liebe kann sich jeden Fehler leisten. Er wird in ihr immer schnell wieder gut gemacht.

Und was, wenn Sie eine solche Abklärung ernsthaft führen würden mit Ihrer Klientin, Ihrem Klienten und nach langem, vorsichtigem Schauen eine Schicksalswahrheit finden sollten, die Sie auffordert, zusammen weiterzugehen? Was, wenn der Inzest vollzogen werden soll, wenn er das Richtige ist? Aber dies ist vielleicht wiederum eine Frage, die für heute zu weit führen würde. Ich möchte Sie Ihnen aber doch zu bedenken geben.

Oder betrachten Sie, wie es viele „ehrbare“ Therapeuten tun, jeden Kollegen, der in einer glücklichen Beziehung mit einer ehemaligen Klientin lebt, als Unhold und Inzesttäter?

Solange ein Tabu die Beziehung regelt, ist die Beziehung gestört. Solange ein Tabu darüber befindet, ob und wie man sich berühren darf, gibt es eine unerträgliche Störung im ganzen System, eine Distanz, eine Entfremdung, welche Beziehung und Liebe verunmöglicht. Die Entfremdung, in der wir leben. Eine Folge *des Inzesttabus*.

Ein Liebender, ein Erwachter braucht keine Tabus. Keine Gesetze und Vorschriften. Aber wenn wir nicht wach sind, kommen sie auf. Und dann regeln sie halt notdürftig, was Wahrheit und Liebe viel besser handhaben könnten. Es ist dann richtig, dass sie da sind. Was es braucht, ist Liebe. Das ist es, was allenthalben fehlt in unseren Beziehungen. Auch in der Therapiestube. Sie hat den Mut, allen Fragen, die sich zwischen Menschen stellen, in einer lebendigen Auseinandersetzung zu begegnen. Die Liebe, das, was sich unter Menschen in ihrer Geschichte bis heute nie grossflächig durchsetzen konnte, ist die Revolution. Zu

lieben heisst, ein Revoltierender zu sein. Darin, in der Liebe, findet sich immer und auf jeden Fall eine für alle befriedigende Lösung. Das habe ich herausgefunden beim Lösen des Auftrags, den mir die Gesellschaft als Psychotherapeut aufgebürdet hat. Die Lösung ist einfach. Nur braucht es jemanden, der sie hören und anwenden will.

Man muss den Mut finden, sich dem zu stellen. Selbst und miteinander die jeweils gegebene Wahrheit herausfinden zu können. Es braucht diese lebendige Auseinandersetzung damit. Dann wird man sie auch finden.

Wie wechselt man nun aber vom Zustand der Angst zum Zustand der Liebe?

Die Frage nach dem Wie ist nie die richtige Frage. Nur der Unentschlossene stellt sie. Man muss die Liebe wollen, das genügt. Man muss für die Notwendigkeit der Liebe erwachen, das genügt. Am Übergang zwischen den beiden Zuständen, Liebe und Angst, finden wir den dritten wesentlichen Gefühlszustand in uns, die Trauer. Die Scham und die Trauer über das Fehlen der Liebe in uns und in der Welt. Man muss den Mut finden, sich dieser Trauer zu stellen. Dann wird man die Liebe finden.

Heute Nachmittag wollen wir dies alles im angekündigten Seminar dann üben.

Vor einem Jahr habe ich mich entschieden, wie mein zwölfjähriger Sohn die Haare wachsen zu lassen. Wie 1968, als ich zwanzig war. Eine Zeit lang hatte ich sie kurz getragen. Ich getraute mich nicht mehr, ein alter 68-iger zu sein. Ich schämte mich dafür, in der Welt zu stehen und plötzlich der zu sein, der von der guten alten Zeit spricht. Heute stehe ich dazu. Die 68-er Zeit war eine gute Zeit. Bei weitem die bessere als die Dunkelheit, in der wir heute leben. Sie war noch nicht die neue Geschichte, auf die wir alle warten. Aber sie war ein Aufbruch, ein neuer Anfang. Ich halte es mit *Jean Ziegler*, dessen neues Buch *Das Imperium der Schande* ich kürzlich voller Verzweiflung und unter vielen Tränen gelesen habe. Mit ihm zusammen finde ich, dass wir noch einmal mit der Revolution beginnen müssen. Immer wieder damit beginnen müssen. Aber diesmal soll es die Revolution der Liebe sein. Ich möchte nicht, dass die Opfer all derer, die für eine bessere Welt gekämpft haben umsonst gewesen sind. Ich bekenne mich zu ihnen, zu den Revolutionären der französischen Revolution genauso wie zu den Revolutionären gegen den Hunger in Brasilien oder zu den Wirrköpfen der 68-er-Bewegung. Wir stehen auf der Seite der Benachteiligten, weil die einzige Alternative dazu wäre, auf der Seite der Unterdrücker zu stehen. Und wir wollen keinen Trost, wir wollen Gerechtigkeit.

Wir spalten nicht, wir sind Psychologen. Den Benachteiligten trage ich genauso wie den Unterdrücker, beide, in mir. Der Unterdrücker ist die Angst. Die Benachteiligte ist die Liebe. Dazwischen liegen die Trauer und die Scham, die mich vom einen Zustand in den anderen führen. Der Weg der Psychotherapie. Ich entscheide mich für den Benachteiligten. Daraus kommt die Revolution der Liebe, weil der Liebende in unserer Welt der Benachteiligte ist. Der Weg des Erwachens, der Weg des Erwachsenseins.

Darf man sich berühren in der Therapie? Meine Antwort auf diese Frage: Wen geht das etwas an ausser mich und meinen Klienten, meine Klientin! Haben Sie den Mut, Ihre Therapiestube zu einer Keimzelle der Revolution zu machen, der Revolution der Liebe.

Haben Sie Fragen?

Möchten Sie etwas diskutieren?

(Übung fürs Seminar:

Zuerst unser **Schichtenmodell** vorstellen, speziell den Übergang von **den abwehrenden zu den abgewehrten Gefühlen** und zum **Innersten**. Psycholyse, ein anderer Tabubereich, mit

dem wir uns beschäftigt haben, arbeitet auch an diesem Übergang. Für die meisten Menschen, mit denen wir in der Psychotherapie konfrontiert sind, geht es um diesen Schritt.

Anschliessend **geleitete Meditation** mit sanfter Musik, wie wir sie zur Vorbereitung von psycholytischen Sitzungen gerne verwenden. Eventuell mit *Danielle Jolissaint, Danièle* und anderen Co-Therapeuten.

Anschliessend Zweier- und/oder auch Dreierübungen mit Gehaltensein. Vielleicht überhaupt die **Atemübung** in dieser Konstellation machen. Ein- oder zweimal wechseln, wegen dem Berührungstabu. Die Abklärung, wie weit Berührung angemessen ist, zwischen den Einzelnen zu erspüren versuchen. Aber eigentlich geht es darum, den anderen zu halten wie ein Baby, sofern er es zulassen kann. Und sich sonst halt in diese Richtung anzunähern. Es geht bei diesen Übungen und dieser Atemtechnik, bei dieser geleiteten Meditation um die feinen Gefühle, die *abgewehrten*, um den Eingang zur Liebe. Die Vorarbeit, das heisst die Auseinandersetzung mit den **abwehrenden Gefühlen**, sollte also geleistet sein. Das, was daraus kommt, eine Auseinandersetzung zwischen zwei erwachsenen, reifen und alleinstehenden (entvölkerten) Menschen, wird allmählich daraus hervordachsen. Diese beiden werden die Schicksalswahrheit zwischen einander zu ergründen und zu leben verstehen. Das ist Liebe.

Gedruckt u.a. in Freiheit beinhaltet Verantwortung, S. 65