

„In des Menschen Brust ist Unendlichkeit“

Annäherungen an den Gegenstand der Psychologie¹

Arist v. Schlippe

Zusammenfassung

Die Psychologie ist in gewisser Weise eine „Wissenschaft ohne Gegenstand“, da das, was unter Seele zu verstehen ist, erst konstruiert werden muss, ehe es untersucht werden kann. Ausgehend von dieser Erkenntnis wird eine systemische Konzeption von Seele versucht. Unter dieser Perspektive erscheint Seele nicht als etwas, das unabhängig vom Beschreiber existiert – wir werden beseelte Geschöpfe, indem wir uns beseelt wahrnehmen.

Erste Annäherungen: drei Anfänge

Dieser Beitrag stellt für mich eine Herausforderung dar. Ich bin Psychologe, habe die „Seelenkunde“ also studiert und lehre sie seit Jahren. Doch was weiß ich von „der Seele“, was weiß die Psychologie von dem Schatz der Seele? Nichts, oder? Die Seele hat die Psychologie an die Theologie abgegeben – kein Wunder, dass da viele lieber von den Verhaltens- oder Kognitionswissenschaften sprechen als von Psychologie. Ein kohärentes Bild der Seele in der Psychologie kann ich Ihnen also nicht bieten, eher ein Kaleidoskop, einen Bilderbogen unterschiedlicher Annäherungen an den Gegenstand der Psychologie. Und daher hat dieser Beitrag auch drei Anfänge – vielleicht passend zum Thema der Unendlichkeit – so gesehen kann man auch sagen: dieser Beitrag hat nur drei Anfänge und nicht unendlich viele...

Der erste Anfang beginnt mit einer Frage: Kann man eigentlich über die Seele sprechen oder muss man erleben, was Seele heißt? Lässt sich das Unbegreifliche begreifen ohne sinnliche Erfahrung? Atmen Sie doch bitte einmal tief ein und wieder aus. In der Körpertherapie ist der Atem das, was in der Psychoanalyse der Traum war: der Königsweg zu einem Bereich in uns, den wir mit vielen verschiedenen Begriffen belegen, alle gleichermaßen unscharf – Seele, Selbst, Mitte, Hara. In der Schöpfung wird dem Menschen der Odem des Lebens eingehaucht – mit jedem Atemzug können wir, wenn wir wollen, dazu wieder in Kontakt treten, Atem als Synonym für das, was einen Körper zu einem lebendigen Wesen macht, Atem, Hauch und Seele.

1) Überarbeitete und ergänzte Version eines Vortrags zur EXPO-Tagung „Wo aber bleibt die Seele?“ der evangelischen Gemeindeakademie Osnabrück am 1.7.2000

Der zweite Anfang besteht in einer Geschichte, die mir einfiel, als ich darüber nachdachte, ob für mich die Seele eigentlich im Menschen oder zwischen Menschen verortet ist – ich werde später darauf zurückkommen, zunächst einmal nur die Geschichte:

Sabine und Thomas, ein Paar, kinderlos, beide Anfang 30, meldet sich zur Egetherapie in unserer Lehrpraxis. Dort arbeiten wir nach der Methode des Reflektierenden Teams, eine Methode aus der systemischen Therapie (Hargens & v. Schlippe 1998): ein Therapeut führt das Gespräch, die beiden anderen sitzen mit im Raum, das Gespräch wird im Laufe einer Sitzung 2-3x unterbrochen und das Team unterhält sich, führt also ein „Gespräch über das Gespräch“. Die Grundidee ist die, damit einen Rahmen bereitzustellen, in dem Veränderung geschehen kann. Auf diese Methode kann ich leider nicht weiter eingehen, aber vielleicht können Sie sich vorstellen, dass es eine interessante Erfahrung sein kann, als Zuhörer dabeizusein, wenn zwei Fachleute sich über die Anliegen unterhalten, die man eingebracht hat.

Zurück zum Paar: „Wir kommen nicht weiter“ ist die einhellige Beschreibung. Seit sieben Jahren sind sie zusammen, der partnerschaftliche Dialog ist mittlerweile ganz zum Erliegen gekommen, sie haben seit drei Jahren keine sexuellen Kontakte mehr. Er sitzt den ganzen Abend vorm Fernsehen, sie legt sich ins Bett und schläft, ist immer müde. Beide haben Angst, sie, bald an Krebs zu sterben wie ihre Mutter, er, nicht älter zu werden als 50, so wie sein Vater. Sie wünschen sich eine Hilfe bei der Entscheidung, ob sie nun wirklich ernst machen, ja zueinander sagen sollten, was heiraten und Kinder bedeute, oder sich zu trennen. So sei es für beide schwer auszuhalten.

Im Gespräch entwickelt sich eine eigenartige Atmosphäre von Nebel, ich erlebe sie wie verzaubert, aber nicht voneinander. Eine Dynamik, in der merkbar ist, wie sie sich blitzschnell in alten Bildern verfangen, „er ist so“, „sie ist so“. Daher lasse ich sie einander gegenüber sitzen und sich anschauen. Es passiert etwas Merkwürdiges. Beide schauen sich nur kurz an und richten dann den Blick nach unten. Wir zerlegen gemeinsam das, was in diesen Mikrosekunden geschah.

Sabine hat nur noch den starren Blick ihres Mannes vor dem inneren Auge. An wen erinnert sie der Blick? An die Mutter. Wir lassen die Szene plastisch werden: die Mutter hatte in der Zeit zwischen dem zehnten und 22. Lebensjahr der Klientin krank auf dem Sofa gelegen. Sie litt zuerst an schwerem Diabetes, der dazu führte, dass ihr zunächst die Zehen, dann der Fuß, dann das Bein amputiert wurden. Später bekam sie Krebs, an dem sie nach drei Leidensjahren starb. Wie würde die Mutter schauen, wenn sie und ihr Partner sich umarmen würden? Oh, sie würde sicher mißbilligend schauen. Es ist, als sei sie von der Mutter gebannt, mit Blick auf diesen Vortrag würde ich sagen: ihre Seele ist gefangen in der Atmosphäre, die von der leidenden Seele der Mutter ausging.

Was hat Thomas vor seinem inneren Auge? Es ist ganz schnell ebenfalls das Bild seiner Mutter, das sich zwischen ihn und seine Partnerin schiebt. Sein Vater erlitt ganz unerwartet einen Herzschlag, als Thomas 19 war, und er erinnert sich daran, wie er sich für die Mutter verantwortlich fühlte, die er von dem Schock des jähen Todes ihres Mannes über Jahre wie gelähmt erlebte, seufzend, in sich zusammengesackt. Seine Traurigkeit hatte keinen Platz. Eine Szene kommt ihm in den Sinn: Es klingelt – „Thomas, du bist jetzt der Mann im Haus, mach mal die Tür auf!“

Je genauer wir die Muster auseinander nehmen, um so deutlicher wird, dass die Signale, die sie beide nach außen senden, und die inneren Bilder beider aufeinander abgestimmt sind: sie runzelt die Stirn, seufzt, atmet stockend und sackt in sich zusammen, während sie an ihre Mutter denkt – ihn katapultiert das in das alte Gefühl: „Thomas macht das schon, alle verlassen sich auf mich!“ Er schaut mit starrem Blick, wenn er sich auf genau dieses alte Gefühl konzentriert, und genau diesen nutzt sie, um ihren eigenen inneren Film ablaufen zu lassen. Eine Partnerschaft, zwei Seelen, die ihre alten Gefängnisse mitgebracht haben und sie in der Gegenwart zu einem gemeinsamen neuen bauen, perfekt aufeinander eingespielt.

Das Reflektierende Team nutzt die Gelegenheit, spielerisch neben die alten Bilder hypothetische neue Bilder zu stellen: Wie wäre es für Sabine, sich vorzustellen, die Mutter hätte einen Liebhaber gehabt? Was wäre das wohl für einer, eher ein feuriger oder ein sanfter? Hätte sie das wohl genossen? Und ob das Bild wohl hilft, die Mutter von der Göttin Kali zu einer lebendigen Frau werden zu lassen? Und wenn Sabine dann der Mutter heute ihren jetzigen Partner vorstellen würde, wo würde denn dann der Vater sitzen? Säße er dann rechts oder links neben ihr – und was wäre das für ein Bild? Was wäre, wenn Thomas sich vor seine Mutter stellen und sagen würde: „Ich bin froh, Mama, dass du geblieben bist“ und: „Ich bin Thomas, dein Sohn!“ Wenn Thomas die Möglichkeit gehabt hätte, von seinem Vater ein Andenken geschenkt zu bekommen, was wäre das? Vielleicht wäre es ja eine Möglichkeit, noch einmal zum Grab zu gehen und sich von Vater beschenken zu lassen? Was es wohl wäre? Und wenn er dann, danach mit seiner Frau zu seiner Mutter gehen würde und um ihren Segen bitten – wie würde die ihn dann wohl anschauen?

Beide reagieren belebt auf die Phantasien im RT: es sei ihnen gar nicht so klar gewesen, wie sehr die alten Geschichten sie noch gefangenhielten. Die festgefahrenen Bilder beginnen sich zu bewegen, indem sie verbunden werden mit den neuen: dadurch dass jeweils der Partner aus der Gegenwart in die alten Bilder mit eingeführt wird, müssen diese neu erzeugt werden. Die Erkenntnis, dass sie so schnell auf die mimischen Signale des anderen mit alten Filmen reagieren, führt dazu, dass sie experimentieren, einmal Rücken an Rücken zu sitzen. Was wäre etwas Neues, etwas, das sie bisher noch nie versucht hatten? Sie kommen auf die Idee, sich Briefe zu schreiben, ehe sie beginnen zu sprechen.

In der nächsten Sitzung geht es beiden sichtlich besser, auch wenn sie zunächst nicht davon erzählen. Erst die Reflexion des Teams, die darauf verweist, lässt ein weiteres Muster erkennen, mit dem sie sich in der Vergangenheit festhalten: es darf keiner merken, dass es mir gut geht – aha, es ist ein Geheimnis! Wie würde ihre Mutter auf sie schauen, wenn es ihr gut geht, wie seine Mutter auf ihn? Sabine reagiert heftig auf diese Frage: sie würde missbilligend schauen, und wenn ich auch noch gelöst und glücklich wäre, dann wäre meine Mutter sehr erbost: angesichts ihres Leidens darf ich nicht glücklich sein! Aufgefordert, die Verstrickung mit der Mutter zu symbolisieren, wählt Sabine eine Schnur, die sie um ihren Bauch legt und festhält – hinter ihr steht der Stuhl der Mutter, das Seil ist dort festgemacht. Kann sie das Seil loslassen? Nein, es geht nicht – deutlich wird hier, wie sehr sie selbst festhält, und damit gefangen ist in dem Bild, dass sie für die Mutter verantwortlich ist. Erst als sie aufgefordert wird, sich dem Stuhl der Mutter gegenüberzusetzen, lässt die bindende Kraft nach. Sie kann ihre Kompetenz als erwachsene Frau in die Szene mit hineinnehmen, das Leid der Mutter achten, ohne es zu übernehmen, ja, ihr Glück könnte sogar eine besondere Form der

Wertschätzung der Mutter sein: „Gerade weil dein Leben so schwer war, liebe Mutter, nehme ich mein Leben, mache etwas daraus, auch zu deiner Ehre!“ Symbolisch stellt sie dann ihrer Mutter ihren Mann vor und sagt zu ihr: „Mutter, ich habe einen Mann und ich will ihn als Mann!“

Für ihn ist es fast noch wichtiger: wie würde sein Vater schauen, wenn er wüsste, es geht ihm gut? Das führt zu der frühen Entscheidung des 19-Jährigen nicht älter als 50 Jahre zu werden, es nicht verantworten zu können, Kinder zu bekommen – auch hier findet er eine Form, seiner gefangenen Seele zu helfen, indem der Bann in Bindung verwandelt wird: „Vater, es war so schwer, dich gehen zu lassen – in meinem Herzen lebst du weiter, und ich kann dein Sohn bleiben und muss dich nicht vertreten“. In den folgenden Sitzungen erarbeiteten sich beide weiter schrittweise Rituale, die diese Prozesse vertieften. Die Therapie dauert zurzeit noch an, doch es geht beiden sehr gut miteinander. Sie fühlen sich befreit und in der Lage, miteinander eine lebendige Partnerschaft zu leben.

Der dritte Anfang, wieder eine Frage: was ist eigentlich die Seele? Natürlich, scheinbar weiß jeder, was damit gemeint ist, nicht wahr? Ich begann zu fragen, in der Familie, bei Freunden und Kolleginnen und Kollegen und stellte schnell fest, dass die Antworten, die ich erhielt, alles andere als homogen waren, ja, dass es vielleicht sogar so viele Vorstellungen von der Seele gibt, wie es Menschen gibt (eine etwas kühne Hochrechnung aus den etwa 30 Antworten, die ich erhielt). Eine interessante Entdeckung machte ich noch: sowohl bei mir selbst als auch bei den Befragten: das Thema „hat Energie“, wie man so sagt. In kürzester Zeit entstanden heftige, lebendige und leidenschaftliche Gespräche, Menschen reagierten angeregt und auch erfreut, auf die Seele angesprochen zu werden. Und ich merkte etwas in mir selbst: ein Teil von mir wurde wach, wieder wach, ein Teil meiner Seele vielleicht, der sich meldete und sagte: „Gut, dass du endlich mal wieder vorbeikommst. Du hast dich lange nicht gemeldet.“ Ich las alte Tagebuchnotizen von mir, las kreuz und quer durch mein Bücherregal von Hölderlin bis Wittgenstein und begann intensiver zu träumen. Schon dafür hat es sich gelohnt und ich danke den Veranstaltern dafür ganz persönlich.

Einige dieser Aussagen:

Was ist die Seele?

- „Ein Stück Gottes“, sagte meine Tochter. Mein Sohn, 12 Jahre alt, zuckte zunächst mit den Achseln, dann sagte er: „Wissenschaftlich gesehen gibt es keine Seele, sie ist kein Organ!“ „Aber“, entgegnete meine Tochter, „der Körper wird leichter, wenn man stirbt und man weiß nicht warum. Das ist, weil dann die Seele den Körper verlässt!“ Später erfuhr ich von einer anderen Freundin, dass es sich um exakt zwei Gramm handle. Die Seele wiegt also 2 Gramm!
- Ein elfjähriges Mädchen fand, dass Seele das Bewusstsein sei, das uns sagt: ‚Das darfst du nicht‘ – „Wenn du etwas klaust oder so.“ Und fügte hinzu: „Wir haben sie nicht, aber wir denken, wir haben sie.“

- Eine Kollegin meinte, Seele sei das, was übrig bleibe, wenn man vom Menschen Körper und Geist abziehe. Wieder eine andere sagte, es sei das, was die Atome zusammenhalte, was dafür Sorge, dass sich die vielen Atome, aus denen wir bestehen, nicht zerstreuen. Und auch sie bezog sich auf die Transzendenz: „Man kann nur über die Seele sprechen, wenn man an Gott glaubt“ – aha: doch nur ein Gegenstand für die Theologie.
- Eine ganz andere Antwort gab mir ein Kollege, Hochschullehrer für Psychologie. „Seele, das ist eine animistische Vorstellung von etwas Flatterhaftem in mir selber“, sagte er, und fügte dann hinzu, dass die modernen Bewusstseinsmodelle festgestellt hätten, dass es im Gehirn so etwas gebe wie ein reales metakognitives System, das sich als Beobachtungsnetzwerk um kognitive Prozesse herumlagert – „und das ist die Seele“.
- In einer Supervisionsgruppe entstand wieder ein ganz anderes Gespräch: „Seele ist das, was den Menschen ausmacht, das Übernatürliche im Menschen“, sagte die eine, ein anderer Teilnehmer meinte: „Seele, das hat mit Gemüt zu tun, mein Hund z. B. hat auch eine Seele!“ – „Dein Hund hat keine Seele!“ war die scharfe Antwort einer dritten.
- Bei Freunden: „Seele, das ist das, was ich als mein Innerstes spüre und was die anderen als meine persönliche Energie wahrnehmen“ – „Das Zentrum der Gefühle“ – „Seele ist das, was uns vom Tier unterscheidet“ – „Seele ist der Reiter auf dem Pferd des Intellekts, wir kümmern uns zu viel um das Pferd, zu wenig um den Reiter!“ und: „Seele ist synonym mit Leben. Was seelenlos ist, ist tot.“ Interessant fand ich auch die Definition: „Seele ist die weibliche Form des Geistes – es heißt *der* Geist, aber *die* Seele!“
- Ein guter Freund von mir, selbst als Familientherapeut tätig, formulierte es so: „Für mich ist Seele der innerste Kern eines Menschen oder eines Systems. Auch eine Familie hat eine Seele. Seele ist unabhängig von körperlichen Gegebenheiten, manifestiert sich aber darin“. Ein interessantes Bild: Seele ungebunden von dem Körper, den sie bewohnt. Noch pointierter die Aussage einer anderen Bekannten: „Seele, das ist was frei Flottierendes, die ist überall.“

Wir wissen also alle etwas von der Seele, doch alle etwas anderes. Warum sagt denn die moderne Psychologie so wenig über die Seele aus? Ist es vermessen, einen Beitrag über die Seele zu schreiben – als Psychologe, nicht als Philosoph, Dichter oder Theologe? Jedenfalls: in keinem psychologischen Wörterbuch, das ich mir anschaute, auch nicht in einem der aktuellsten Einführungswerke in die Psychologie von 1999 mit einem immerhin 25-seitigen engzeilig gesetzten Stichwortverzeichnis findet sich das Wort Seele. Der Gegenstand der Psychologie sind „Verhalten, Erleben und Bewusstsein des Menschen“ (Zimbardo & Gerrig 1999, S. 2), was bedeutet das für die Wissenschaft von der Seele? Hat die Psychologie die Seele vergessen, so etwa der Vorwurf von Horst Eberhard Richter, für den die Psychologie als Wissenschaft ohne Psyche beteiligt ist an einem gesellschaftlichen Prozess der Unterdrückung des Seelischen, dem wir heute unterworfen sind. Er sieht in der Unterdrückung

der Bewusstmachung schmerzlicher seelischer Unfreiheit eine Strategie gesellschaftlicher Repression. Wie auch immer: es ist nicht leicht, sich dem Gegenstand der Psychologie anzunähern.

Psychologie – Wissenschaft ohne Gegenstand

Das Wort Gegenstand impliziert ein Bild: etwas steht uns entgegen, präsentiert sich uns als zu erkennendes Objekt. Die klassische Physik befasste sich mit den Gegenständen unserer realen Welt, wahrscheinlich wissen Sie von der großen Verunsicherung, in die diese Wissenschaft geriet, als sich in Teilchenphysik und Quantenmechanik zeigte, dass die scheinbar feste Welt so fest gar nicht ist. Vielleicht ist die Psychologie also gar nichts so Besonderes, vielleicht erschrickt jede Wissenschaft einmal, wenn der scheinbar eindeutige Gegenstand sich gar nicht als so präzise beschreib- und begrenzt zeigt. Für die Psychologie sind die Dinge da recht klar, denn ihr Gegenstand existiert ganz offensichtlich nicht. Ich zitiere den Schweizer Psychologen und Wissenschaftstheoretiker Walter Herzog: „Der Gegenstand der Psychologie (kann) nicht ‚gefunden‘ oder ‚entdeckt‘ werden, ... er (muss) vielmehr *geschaffen* werden. Es gibt nicht ein irgendwie Gegebenes, das als Gegenstand der Psychologie identifiziert werden könnte. ... Die Antwort auf die Frage nach dem Gegenstand der Psychologie wird sich nie einstellen.“ (Herzog 1984, S. 91f).

Jeder psychologischen Theorie unterliegt ein „anthropologisches Vorverständnis“, d. h. ein Menschenmodell, eine zwangsläufig metaphorische Antwort auf die Frage: „Was ist der Mensch?“ – und damit auch auf die Frage nach der menschlichen Seele. Keine psychologische Theorie ist formulierbar ohne einen Kern von Annahmen über das „Wesen“ des Menschen, sozusagen die Prämissen jeder Theorie vom Menschen. Man kommt nicht daraus: auch wenn man sagt, es gebe kein „Wesen des Menschen“, es gebe keine „Seele“, ist das eine Antwort, die auf bestimmten Prämissen über gerade das Wesen des Menschen beruht. Diese Voraussetzungen werden gewählt und festgelegt in einem mehr oder weniger expliziten Entscheidungsprozess.

Und noch etwas Besonderes, die Formulierung des Erkenntnisgegenstandes der Psychologie ist gleichzeitig eine Aussage über den Beobachter selbst: ich kann nicht ein Menschenbild haben, das nichts mit meinem Bild von mir selbst zu tun hat. Ich kann unmöglich das Menschenbild, sagen wir, vom Menschen als Maschine haben, das nicht gleichzeitig auch offenbart, dass ich mich selbst als Maschine sehe und behandle. Das macht die Psychologie zu einer besonderen Wissenschaft: der Beobachter der menschlichen Psyche, der Seelenkundler, ist immer auch Beobachter seiner selbst – und das Modell, das er von der Seele hat, ist damit auch gleichzeitig eines, das er von sich selbst hat. Wie er über die Seele spricht, spricht er auch über sich selbst und, wie Wittgenstein sagt: „In unserer Sprache ist eine ganze Mythologie niedergelegt.“ (1996, S. 337). Das heißt aber auch: unsere Sprache

verbindet uns eng mit unserer jeweiligen Kultur, in der wir leben. Wir können nicht über Seele sprechen, ohne über das jeweilige Bild von Seele zu sprechen, das durch eine jeweilige Kultur geprägt ist.

Die gegenwärtige Psychologie steht in der Situation einer mehr oder weniger friedlich ausgetragenen Konkurrenz der verschiedenen Bilder, die Ausdruck jeweils ganz unterschiedlicher Kulturen sind. Das Spannungsfeld dieser Konkurrenz ist differenziert, vielfältig und nicht leicht zu beschreiben. Es reicht vom Modell des Menschen als „Maschine“, das sich heute im Gewand einer Computermetaphorik wiederfindet, bis hin zu Vorstellungen vom Menschen als einer sozialen Konstruktion, in der sich komplexe gesellschaftliche Prozesse niederschlagen. Es reicht vom Bild vom Menschen als Opfer seiner Geschichte und seiner Vergangenheit bis zum Bild des Menschen als Wesen, das sich aktiv und konstruktiv die Welt zu eigen macht. Es reicht von Bildern vom rational gesteuerten Problemlöser bis hin zu Vorstellungen vom Menschen, dessen Wesen in den Geschichten immer wieder neu erzeugt wird, die er sich und anderen erzählt. Das Bild vom Selbst des Menschen als Substanz, die gefunden, objektiviert werden kann, steht dem vom Selbst des Menschen als Prozess gegenüber, der sich immer wieder neu aktualisiert und wandelnde Prozessgestalten annimmt.

Bilder der Seele – zwischen Romantik und Postmoderne

Ich werde im Folgenden einen sehr vereinfachenden Blick einnehmen und verschiedene Bilder der Seele jeweils einem Denken zuordnen, das ich in der Romantik, der Moderne und der Postmoderne verwurzelt sehe. Die Vereinfachung dabei ist mir bewusst. Wir alle tragen wahrscheinlich von all den angesprochenen Bildern etwas in uns und keines möchte ich als richtig oder als falsch bezeichnen.

Die Tiefe der Seele: ein Bild der Romantik

Eine sehr prägnante und bis heute bestimmende Metapher ist die der Tiefe. Sie lässt sich in der Tradition der Romantik verorten, sie hat bis heute eine hohe Attraktivität. Lichtenberg begreift Seele im Sinne dieser Metapher: „Was für ein unermesslicher Sprung von der Oberfläche des Leibes zum Inneren der Seele“ (zit. nach Herzog 1984, S. 91), und für seinen Zeitgenossen Hölderlin tönt „erst in tiefem Leid das Lebenslied der Welt in uns“ (S. 176).

Die Psychoanalyse, besonders die analytische Psychologie Jungs lässt sich in dieser Kultur verorten. So sieht C. G. Jung die Psyche des Menschen ... „unabsehbar kompliziert und von einer unbeschränkten Mannigfaltigkeit, der mit bloßer Triebpsychologie unmöglich beizukommen ist.“ Weiter schreibt er: „Ich kann nur in tiefster Bewunderung und Ehrfurcht anschauend stille stehen vor den Abgründen und Höhen seelischer Natur, deren unräumliche Welt eine unermessliche Fülle ... birgt ... Neben diesen Eindruck vermöchte ich nur noch den Anblick des gestirnten nächtlichen Himmels stellen; denn das Äquivalent der Welt

innen ist nur die Welt außen, und wie in diese Welt durch das Medium des Körpers erreiche, so erreiche ich jene Welt durch das Medium der Seele“ (Jaffe 1977, S. 415).

Die sich aus der Tiefenmetapher ergebende psychotherapeutische Praxis ist die Aufarbeitung, Bewusstmachung tiefliegender Konflikte, die gegen Widerstände ans Licht geholt werden. Der therapeutische Prozess gleicht einer langen Wanderung durch diese Seelenlandschaften, der/die TherapeutIn ist ein enger Begleiter auf dieser Reise. Er/sie ist empathisch für erlittenes Leid – und Sie können sich vorstellen, wie wichtig diese Seite der Empathie auch für Thomas und Sabine, unser Paar vom Anfang ist.

Die Steuerung der Seele: das Bild der Moderne

Die Metaphorik der modernen Psychologie stellt sich explizit gegen die Tiefenpsychologie. „In Ehrfurcht zu verharren“ – wie wenig passt dies zu den Werten der Moderne – Machbarkeit und Effizienz. Die Hauptcharakteristika der Seele liegen hier nicht im seelischen Tiefgang, sondern in der Fähigkeit, logisch zu denken, in Berechenbarkeit, Klarheit – in der Vernunft. Unsere gegenwärtige Wissenskultur ist ein Kind dieser Moderne, ihr unterliegt auch die Psychologie. Sie verlangt Messbarkeit, Reproduzierbarkeit, Objektivität – und Fragen nach der Seele lassen keine Antworten erwarten, die dazu passen. Seele ist dann ein animistisches Relikt, es „gibt“ sie nicht mehr, weil es keine passende Metapher mehr gibt. Gefühle etwa nennt der Kognitionspsychologe Steven Pinker (1998) in seiner Computertheorie des Geistes „ausgeklügelte Softwaremodule“, die den komplexen Bauplänen biologischer Systeme entsprechen (S. 453).

In dem Gedicht „Selbstbefragung“ des (von mir an sich hoch geschätzten) Gegenwartsdichters Gernhardt heißt es:

*„Ich horche in mich rein.
In mir muss doch was sein.
Ich höre nur ‚Gacks‘ und ‚Gicks‘.
In mir da ist wohl nix.“*
(1996, S. 142)

Das passt zu dem Bild des „Materiehaufens namens Mensch“ von dem Steven Pinker an anderer Stelle spricht. Entsprechend passt zu diesem Seelenbild eine psychotherapeutische Praxis wie die der Verhaltenstherapie, die die Selbststeuerung ins Zentrum ihrer Praxis stellt. Menschen sollen lernen, sich optimal zu steuern, entsprechend benötigen sie Informationen und müssen trainiert werden, mit sich besser umzugehen. Und auch hier finden wir einen Sinn, wenn wir an das Paar aus dem Beispiel denken: Kommunikationsfertigkeiten können auch trainiert werden, können helfen, Missverständnissen vorzubeugen und sich aus alten eingefahrenen Mustern zu lösen.

Die Entdeckung des Möglichkeitsraums: Seele in der Postmoderne

Humanistische Psychologie und systemische Therapie sehe ich in dieser Beschreibung als psychologische Richtungen, in denen sich das Seelenbild einer Kultur der Postmoderne widerspiegelt. Vergeben Sie mir, wenn ich ein wenig tendenziös in meiner Darstellung bin. Auch wenn ich in den soeben geschilderten Modellen positive Aspekte finden kann, so sehe ich mich als Vertreter der beiden nun folgenden Richtungen und es wird mir nicht so einfach sein, sie genauso sachlich zu schildern wie die ersten.

Die Humanistische Psychologie wurde auch als „Human Potential“-Bewegung bezeichnet. Sie zeichnete das Bild eines Menschen, der weder von innen determiniert ist (durch Triebe etwa) noch von außen, sondern der als ein im Kern gutes Wesen mit einem unerschöpflichen Potenzial an Möglichkeiten ausgestattet ist – wovon er im Allgemeinen nur etwa 2% nutzt. Empathie richtet sich dann nicht nur auf das Leiden einer Seele, sondern auch auf die in ihr schlummernden Möglichkeiten. Ein mir sehr lieber Spruch, den ich von einer Kollegin hörte, stammt von Martin Walser: „Wie könnte der liebe Gott diesen Menschen, dieses Paar gemeint haben?“, also: welche Möglichkeiten schlummern in ihnen und warten darauf, entdeckt zu werden. Von der Rekonstruktion des Leidens kommen wir zur Konstruktion neuer Möglichkeiten.

Martin Buber gilt als einer der Philosophen, auf die sich die Humanistische Psychologie beruft. Eine Anekdote von ihm weist darauf hin, dass der Möglichkeitsraum auch noch ganz andere Arten von Seelenbildern beinhaltet. In einer Diskussion in der amerikanischen psychoanalytischen Vereinigung soll Buber auf eine entsprechende Zwischenfrage hin ausgerufen haben: „Aber meine Herren, das Unbewusste befindet sich doch nicht im Menschen! Es befindet sich zwischen den Menschen!“ Das Protokoll, so die Geschichte, verzeichnete an dieser Stelle „erhebliche Unruhe im Raume“. Buber gehörte sicher ganz besonders zu den Vertretern, die darauf verwiesen, dass der Mensch mit seiner Unendlichkeit in seiner Brust verloren ist, wenn diese Unendlichkeit nicht auch eine Entsprechung findet, eben im Gegenüber: „Einander reichen die Menschen das Himmelsbrot des Menschseins“ (Buber 1978, S.37), und dass gerade in diesem Unterschied, in der schöpferischen Differenz zwischen den Menschen das liegt, was Seele ausmacht. Damit ist Buber einer der Wegbereiter für eine so genannte systemische Sicht der Menschen, in der deutlich wird, dass das von Haut umschlossene Individuum als zentrale Einheit zu sehen, eben nur eine mögliche Sichtweise ist. Dass wir auch anders denken und wahrnehmen können, etwa in Einheiten von gemeinsam erzeugtem Sinn, zeigt ein Blick über die Grenzen unseres Kulturkreises hinaus:

Es gibt Kulturen, die offenbar ganz andere Bilder vom Selbst und damit von der Seele anbieten. Man könnte sie „Selbst in Beziehung“ nennen (Gergen 1996): „Ich bin der Sohn von...“ So werden in bestimmten balinesischen Kulturen die Eltern als „Vater von...“, „Mutter von...“ bezeichnet, darüber hinaus geht die Namensverwendung generell viel

„weicher“ vor sich: ein Kindername verschwindet, wenn das Kind die Adoleszenz erreicht hat, Namen werden verwendet, um die Position eines Menschen in seinem Sippengefüge zu kennzeichnen, nicht um ihn persönlich zu identifizieren. Dies unterstreicht noch einmal, ich zitiere den amerikanischen Sozialpsychologen Ken Gergen, dass „... alle solchen Annahmen darüber, ‚wie wir wirklich sind‘..., ... Produkte einer bestimmten Kultur und eines bestimmten Zeitpunkts in der jeweiligen Geschichte (sind)“ (Gergen 1996, S. 40f).

Die Metaphern der Vielfalt und der Selbstorganisation

Gegenwärtig kommt mit der systemischen Psychotherapie noch ein neuer Aspekt ins Gespräch, ich meine das Bild des Menschen von sich selbst als Geschichtenerzähler, der durch eine Pluralität von Stimmen gekennzeichnet ist. Die Dinge, von denen wir sprechen, sind nicht so sehr *in* der Welt, sondern sie sind Perspektiven von Sprechern. So gesehen erscheint alles, worüber wir sprechen, gerade deshalb existent, weil wir so darüber sprechen, wie wir dies tun. Seele liegt so gesehen nicht in der Tiefe, auch nicht an der Oberfläche, sondern sie liegt dort, wo man sie sucht – oder dort eben nicht, wo man sie nicht sucht, nicht über sie spricht. Im Erzählen unserer Welt entsteht eben diese Welt, ein Vorgang, für den wir das Wort Selbstorganisation finden. Wir Menschen und alles, was uns ausmacht, und unsere Geschichten sind nicht voneinander zu trennen. Mein Lieblingszitat stammt von einem amerikanischen Psychotherapeuten: „Menschen sind unverbesserliche und geschickte GeschichtenerzählerInnen – und sie haben die Angewohnheit, zu den Geschichten zu werden, die sie erzählen. Durch die Wiederholung verfestigen sich die Geschichten zu Wirklichkeiten, und manchmal halten sie die GeschichtenerzählerInnen innerhalb der Grenzen gefangen, die sie selbst erzeugen halfen“ (Efran 1992, S. 115).

Hierzu ein Ausschnitt aus dem Buch „Perlmans Schweigen“. Es geht um die Geschichte eines Sprachwissenschaftlers, der sich in einer persönlichen Krise befindet. Gleichzeitig – und das macht den Reiz des Buches aus – spiegelt sich sein persönlicher Weg in einem linguistischen Manuskript wider, das er begutachten soll. Es handelt von der Frage, woraus eigentlich unser Bewusstsein besteht, und von der Rolle von Erzählungen, von Geschichten in diesem Zusammenhang. Die Stelle, die ich vorlesen möchte, spiegelt Perlmans Gedanken, während er das Manuskript liest:

„Wie konnte (das) ... aussehen, dass das Erzählen die Erinnerungen erst schuf? Ging es darum, dass die verschiedenen Erzählungen sozusagen immer mehr zusammenwachsen? Sich etwas zu eigen machen (stand da) – da dachte man zunächst an ein Stück Substanz, einen festen Kern, der um das Neue, das bisher draußen geblieben war, erweitert wurde. Aber einen solchen festen Kern, eine Konstante, die in aller erzählerischen Aneignung vorausgesetzt wäre, konnte es ... nicht geben, denn was für das eine Stück Erinnerung galt, galt für alle. War er bereit zu der Behauptung, dass ein Selbst, eine Person im psychologischen

Sinne des Wortes, gar keinen festen Kern besaß und überhaupt nichts von einer Substanz an sich hatte, sondern ein dauernd sich erweiterndes und einer fortwährenden Umschichtung unterworfenen Gespinnst von Geschichten war – ein bisschen wie ein Gebilde aus Zuckerwatte auf dem Jahrmarkt, nur ohne Materie? Perlmann wurde schwindelig bei dem Gedanken, und aufgeregt nahm er den nächsten Absatz in Angriff.“ (Mercier 1997, S. 151)

Ein Gebilde wie Zuckerwatte... Die Art von Wirklichkeit, die über das Erzählen von Geschichten zwischen Menschen erzeugt wird, hat eine solche Qualität. Das Menschenbild der postmodernen Kultur stellt den Sinn, stellt Bedeutung in den Mittelpunkt, und zwar die Bedeutung, wie sie innerhalb einer Gruppe von Menschen entsteht. Damit sind also die Bedeutungen gemeint, die innerhalb einer jeweiligen Kultur den Dingen zugewiesen werden. Seele wird damit zu einem Kulturbegriff, so wie Menschen Verkörperungen einer Kultur sind: Es gibt keine menschliche Natur unabhängig von seiner Kultur (Bruner 1997, S. 31). Ein Kind wird in eine Welt von Geschichten, von Bedeutungen hineingeboren und nimmt vom ersten Lebensmoment an diesen aktiv teil. Und wenn wir Seele als Potenzialität beschrieben haben, die sich innerhalb des Menschen und zwischen den Menschen bzw. ihren Geschichten finden lässt, so müssen wir nun zugestehen, dass es eine Seele unabhängig von der jeweiligen Kultur nicht in einem Sinn „gibt“, wie wir dieses Wort gewöhnlich verwenden. Das kann Angst machen – zu Recht, denn mehr als in jedem anderen Bild wird die Verantwortung deutlich, die wir ganz persönlich dafür haben, ob wir selbst uns seelenlos sehen – und es damit auch sind, oder uns als beseelt wahrnehmen – und indem wir dies tun, auch beseelt werden. Diese Sicht verschiebt die Betrachtung von den Dingen auf den Beschreiber der Dinge. Wir werden einem Gegenstand um so eher gerecht, wenn wir es zulassen, dass verschiedene Beschreiber ihre verschiedenen Perspektiven einbringen und darstellen können, und es ist folgerichtig, dass die systemische Psychotherapie aus der Familientherapie heraus entstand: Die Sache selbst verliert an Bedeutung, auch Gefühle beispielsweise sind nicht nur im Besitz einer Person, sondern können unter dem Aspekt der Bezogenheit aufeinander gesehen werden. Ich zitiere noch einmal Gergen: „Meine Depression ist demnach nicht mehr ein Stück von mir; sie entsteht aus der Art und Weise meiner Beziehung zu anderen. Sie ist vergleichbar mit der Tanzbewegung zweier Tänzer, die nur aus dem Zusammenhang des komplexen Tanzes heraus Sinn macht. Es ist daher ‚unsere‘ Depression, ich bin ihr Träger“ (1990, S. 198). Die systemische Therapie als Modell, das zu dieser Art des Denkens passt, sieht ihre Aufgabe vor allem darin, einen Raum für Selbstorganisation bereitzustellen, innerhalb dessen Veränderung geschehen kann, in dem die Vielfalt der Stimmen zum Ausdruck kommen kann und in dem das Spiel mit neuen Möglichkeiten und unterschiedlichen Beschreibungen gespielt werden kann.

Noch ein weiteres Stück vom Kaleidoskop

Ich hatte Ihnen versprochen, viele kleine Bilder von Seele zu präsentieren, Ihnen Sprünge zuzumuten und Ihnen eher ein Kaleidoskop anzubieten als ein festes Modell. So möchte ich Sie zum Schluss mit einem Bild von Seele konfrontieren, das auf einer ganz anderen Ebene liegt. In einem sehr bewegenden Buch beschreibt der amerikanische Therapeut Ken Wilber den Prozess der Begleitung seiner krebskranken Frau bis zu deren Tod. Das Buch endet mit dem folgenden Gedicht:

*„Steht nicht an meinem Grab und weint,
ich bin hier nicht, ich schlafe nicht.*

*Ich bin die tausend Winde,
das Diamantglitzern auf dem Schnee.*

*Ich bin der Sonnenschein auf reifem Korn,
ich bin der sanfte Herbstregen.*

*Wenn ihr aufwacht in der Morgenstille,
bin ich der schnelle Flügelschlag
stiller Vögel in kreisendem Flug.*

Ich bin der Stern, sein mildes Licht in der Nacht.

*Steht nicht an meinem Grab und weint,
ich bin hier nicht ...“*

Was für ein anderes Verständnis von Seele. Weder die Metapher der Tiefe spiegelt sich hier, nicht die der Steuerung der Seele durch einen kompetenten Geist, auch nicht das Bild von einer Seele, die auf ein Gegenüber bezogen ist, vielmehr das Bild einer Seele, deren Existenz sich in der Schöpfung findet, in unserer Brust ist dann jeweils ein kleiner Teil der unendlichen Seele, die sich in der ganzen Welt findet – um ein letztes Mal Hölderlin zu zitieren: „Eins zu sein mit allem, was lebt!“ Erschreckend und tröstend zugleich.

Schluss

Offenbar ist es davon abhängig, wie wir uns selbst fragen, wie wir auf uns zugehen, ob wir in uns „Unendlichkeit“ wahrnehmen oder nur „Gacks und Gicks“ hören, ob wir die Seele innerhalb von uns verorten, zwischen den Menschen oder überall. Dann würde auch für uns die Unschärferelation gelten. Sie wissen, dass die Physik bzw. die Physiker in eine tiefe Krise gerieten, als deutlich wurde, dass die Natur ihre Antworten je nach der Art der Frage gibt, die an sie gestellt wurde – als Teilchen oder als Welle. Vielleicht ist die Psychologie ja in einer ähnlichen Situation: die Seele gibt uns jeweils die Antworten, je nachdem, welche Art von Frage wir ihr stellen. Die Seele ist da, wo wir sie suchen. Wittgenstein schrieb: „Die Tatsachen gehören alle zur Aufgabe, nicht zur Lösung“. So lange wir versuchen, die Lösung

im Bereich der Tatsachen zu finden, wird die Seele sich verweigern, eine mathematische Lösung werden wir nicht finden. Lösungen liegen im Möglichkeitsraum, und dieser ist unendlich.

Das heißt aber auch, dass immer dann, wenn wir meinen, die Antwort auf die Seele gefunden zu haben, die Suche erst richtig losgeht. Und doch sollten wir nicht aufhören, nach der Seele zu fragen – es ist der Prozess des Fragens, der uns Menschen – und damit auch die Psychologie als Wissenschaft – in Bewegung hält, lebendig hält. Und in dem Moment, wo wir meinen, es gefunden zu haben, müssen wir es schon wieder loslassen. Im Zen heißt es: „Im Anfängergeist liegen viele Möglichkeiten, im Expertengeist nur wenige“. In diesem Sinne finde ich es gut, dass die Psychologie sich in Bezug auf die Seele im Zustand des ‚Anfängergeistes‘ befindet – und angesichts der Unendlichkeit in der Brust des Menschen wird das wohl auch so bleiben. Zum Glück!

Literatur

- Buber, M. (1978). Urdistanz und Beziehung. Heidelberg: Lambert Schneider.
Bruner, J. (1997). Sinn, Kultur und Ich-Identität. Heidelberg: Carl Auer.
Efran, J. et al. (1992). Sprache, Struktur und Wandel. Dortmund: Modernes Lernen.
Gergen, K. (1990). Die Konstruktion des Selbst im Zeitalter der Postmoderne. Psychologische Rundschau 41, pp. 191-199.
Gergen, K. (1996). Das übersättigte Selbst. Heidelberg: Carl Auer.
Herzog, W. (1984). Modell und Theorie in der Psychologie. Göttingen: Hogrefe.
Hölderlin, F. (1977). Hyperion. Stuttgart: Reclam.
Jaffe, A. (1977). Erinnerungen, Träume, Gedanken. C.G. Jung. Zürich: Walter-Verlag.
Mercier, P. (1997). Perlmann's Schweigen. München: Knaus.
Pinker, S. (1998). Wie das Denken im Kopf entsteht. München: Kindler.
Richter, H.E. (1988). Chance des Gewissens. München: dtv.
Wilber, K. (1993). Mut und Gnade, Scherz-Verlag, München.
Wittgenstein, L. (1996). Ludwig Wittgenstein. Ein Reader. Stuttgart: Reclam.
Zimbardo, P., Gerrig, R. (1999). Psychologie. Berlin/Heidelberg: Springer.

Dr. Arist v. Schlippe
Wielandstraße 15
49078 Osnabrück

*Eine seltsame Zeit faellt auf uns
Die Milch kippt um, Der Hund hat Hoerner,
Die Zebrah einen Hut, die Frau einen Stier.
Eine schlimme Zeit faellt auf uns
Der Kernreaktor, die iranische Bombe, der Terror ueberall
Und nichts zu tun, nichts zu tun.*

Noam Omer, Israel

