



„Ich aber sage dir...“
„Wahrlich, wahrlich, ich sage euch...“
Seinerzeit war es Jesus Christus, der den Menschen mit diesen Worten Lebensregeln und Orientierungshilfen gegeben hat. Und wer ist es heute, der es uns „wahrlich“ sagt? Gerade

heute, in einer Zeit von „Anything goes“, wünschen sich Menschen jemanden, der ihnen sagt, wo's langgeht. Was „wirklich wahr“ ist. Wo sie richtig liegen und nichts falsch machen können. Besonders wenn es um die großen existenziellen Fragen geht, die Fragen nach dem Woher und Wohin unseres Daseins, die Fragen nach dem, was wir tun sollen, nach Sinn und Ziel, nach Leben und Tod, aber auch in ganz normalen Krisen, sind wir mit unserem Alltagsverstand oft am Ende und wünschen uns Rat und Anleitung von einer Instanz, die tiefer und weiter blickt als dieser Alltagsverstand. Einige halten sich dann nach wie vor an die althergebrachten Botschaften der Bibel: „Wahrlich, ich sage euch...“ Für viele ist aber diese alte Redeweise nicht mehr verständlich, haben die Botschaften ihre selbstverständliche Gültigkeit oder auch ihre Alltagstauglichkeit verloren. Sie suchen anderswo. Philosophen haben zu jenen Fragen einiges zu sagen, aber auch sie sind nicht jeder-

manns Sache. Manche Menschen suchen und finden Gurus. Manche irren auch orientierungslos durchs Leben und halten sich fest an den materiellen Dingen und Antworten, die unsere Welt zu bieten hat. Auch wir TherapeutInnen sind oft gefragt zu sagen, wie es sich denn „wahrlich“ verhält und was die ratsuchenden Menschen tun sollen. Manche von uns genießen vielleicht die Macht, die uns dadurch zugeschrieben wird - aber bei Licht betrachtet sind wir ja auch nur ganz normale Menschen. Menschen allerdings mit einer speziellen Erfahrung und einem speziellen Handwerkzeug. Als Menschen wie du und ich können TherapeutInnen einer anderen Person niemals sagen, was sie tun soll, wo ihr Weg lang geht - das kann jeder Mensch nur für sich selbst wissen. Aber anderen dabei helfen, diesen Weg zu finden, nach persönlichen Wegweisern zu suchen, Ausschau zu halten, auf Abzweigungen aufmerksam zu sein und die individuelle Ausrüstung, sozusagen den Proviant und das Regencap und das Buschmesser zu sichten und zusammenzupacken: Das können wir TherapeutInnen. So wie eine Hebamme keiner Frau abnehmen kann, ihr Kind zu gebären - so kann keine TherapeutIn einer Person abnehmen, ihren individuellen Weg, ihre persönlichen Leitplanken und ihre eigenen

Aufgaben und Ziele zu suchen und zu finden. Aber Hebammen wie TherapeutInnen können Geburtshilfe leisten, können ermutigend und tröstend begleiten, eine Hand reichen, anfeuern oder bremsen oder warnen, wo es nötig erscheint. Die Idee, die dahinter steht, ist eine, die schon der Philosoph Immanuel Kant in die Welt gebracht hat: Die richtungweisende Instanz in einem menschlichen Leben - die, die sagt, wo's langgeht - hat jeder Mensch in sich selbst. Manche psychologischen Modelle sprechen vom „inneren Coach“, andere, eher spirituell orientierte vom „Höheren Selbst“. „Höheres Selbst“: Denn es ist nicht unser in seine Alltagsbelange verwickeltes, von Emotionen hin- und her geworfenes egomanisches Selbst, das uns eine Richtung weisen kann, im Gegenteil: Gerade dieses ist es ja, das Orientierung sucht. Sondern eine Instanz, die auf einer anderen Ebene als der der Alltagswirklichkeit steht, eine, die Weitblick und Überblick hat über das ganze Woher und Wohin eines Menschen. Sie steht auch über den kleinlichen Emotionen des Egos und zeigt die übergeordneten Emotionen Mitgefühl, Güte, Respekt, Wertschätzung für alles, was ist. Im Eifer des Gefechtes, im Drama (oder im Laufrad) des Alltags ist es oft zu laut oder wir sind zu gefangen in unseren Hamsterrädern, um uns

Zeit zu nehmen, diese Instanz wahrzunehmen, sie zu fragen und ihr zuzuhören (ChristInnen reden von „beten“). Dann ist es Aufgabe von uns TherapeutInnen, einen Raum dafür zu schaffen, den Weg dorthin zu entwerfen und KlientInnen zu ihrem „Höheren Selbst“ zu begleiten. Manchmal übernehmen wir auch für eine kleine Weile die Rolle des „inneren Coaches“, laden KlientInnen zum Überblick ein und fragen nach Zielen, Wegweisern und persönlichen Fähigkeiten.

Unser eindringliches „Ich aber sage dir“ besteht nicht in inhaltlichen Rat-Schlägen zur konkreten Lebensbewältigung, nicht in „Du sollst dieses oder jenes tun oder unterlassen“. Sondern es besteht darin, Menschen zu erinnern: Schau in dein eigenes Herz, höre der leisen inneren Stimme zu, die dich führen und leiten will, achte auf die Zeichen am Wegrand - auch auf die deiner Mitmenschen -, schätze die Botschaften deines Unbewussten, nimm dir Zeit, innezuhalten und die alltäglichen Dramen und Gefühlsverwicklungen aus einigem Abstand zu betrachten.

Vielleicht bietet sich in den dunklen Wintertagen zum Jahresanfang in diesem Sinne Gelegenheit, ab und zu aus dem Laufrad hervorzutreten und in der Stille zu lauschen auf diese „innere Stimme“ - die ja vielleicht „Gottes Stimme“ ist...

Anne Müller