

Die körperlichen Wurzeln der Gerechtigkeit

Bearbeitung eines Vortrages von Albert Pesso in Osnabrück am 6.11.2006

The Roots of Justice are in the Body

Albert Pesso und Melanie Thole-Bachg

Zusammenfassung

Der Artikel befasst sich mit dem Thema des körperlichen Ursprungs des Gerechtigkeitsempfindens sowie des menschlichen Bestrebens, Gerechtigkeit herzustellen. Die hiermit in Zusammenhang stehenden psychischen Variablen werden dargestellt sowie psychische und soziale Auswirkungen fehlgeleiteten Gerechtigkeitsstrebens beschrieben. Die Möglichkeiten, mit der Methode der PBSP Therapie solchen Fehlentwicklungen entgegenzuwirken, werden vorgestellt.

Schlüsselwörter Gerechtigkeit – Passung – Gedächtnis – geistiger Körper, geistiges Auge – sensomotorisches System – Sexualität – Aggression – Defizite – Trauma – Löcher im Rollengefüge – Omnipotenz – PBSP-Therapie

Summary

The article deals with the bodily origin of justice as well as the human goal to gain justice. The psychic variables which are connected with this subject as well as the psychic and social consequences of missing justice are described. The possibilities to counteract these aberrations with the method of PBSP-Therapy are introduced.

Keywords Justice – fittedness – mind – body of mind – eye of mind – sensomotor system – sexuality – aggression – deficits – trauma – holes in roles – omnipotence – PBSP-Therapy

Einführung

Der Titel impliziert bereits, dass Gerechtigkeit keine willkürliche, artifizielle Setzung vor einem kulturellen Hintergrund ist; Gerechtigkeit ist nichts, was von außen auferlegt wird. Gerechtigkeit entsteht im Körper. Es ist gut, darüber nachzudenken, denn wir befinden uns inmitten sehr ungerechter Zeiten. Wir sehen überall Ungerechtigkeit, wir sehen Mord und Folter, und es ist herzerreißend für jedermann. Was passiert, wenn Sie die Zeitung lesen? Es bewegt Sie, hierüber zu lesen, und Sie fragen sich: Wo ist Gerechtigkeit? Sie fragen sich: Was lief falsch? Und jeder fühlt sich veranlasst, etwas dagegen zu tun. Wenn das Gerechtigkeitsempfinden nicht im Körper wurzeln würde und nur künstlicher oder kultureller Herkunft wäre, hätten wir nicht so viel Hoffnung, etwas ändern zu können. Für diese Zuversicht müssen wir einen Grund haben. Und wenn das Motiv für diese Hoffnung im Körper liegt, dann bedeutet dies, dass der Grund für die Hoffnung universell ist. Und er ist sogar in den Leuten, die im Namen der Gerechtigkeit so viele Menschen töten. Es muss also eine Art von Hoffnung geben: eine Hoffnung darauf, dass es auch eine Art von Antwort gibt. Wenn wir nicht an eine Art von Antwort denken können, dann werden wir beginnen uns vorzustellen, dass Gerechtigkeit nicht im Körper wurzelt, dass Gerechtigkeit sich in einem körperlosen Zustand findet und nur gefunden werden kann, wenn wir tot sind. Im Himmel.

Ein schrecklicher Gedanke, dessen Implikationen Sie alle kennen. Es bedeutet, dass wir die Welt betrachten und denken: „Wo ist denn Gott?“ oder: „Was ist das für ein Gott, der

dies erlaubt?“, und dass es hier auf der Erde und in unserem Körper schrecklich ist. Dann gibt es keine Gerechtigkeit im Leben, die einzige Gerechtigkeit liegt im Tod. Damit ist alles in bester Ordnung: Wir müssen darauf warten zu sterben, und dann werden wir Gerechtigkeit erlangen.

Gerechtigkeit als Passung

Die Vorstellung, dass die Gerechtigkeit im Körper liegt, basiert auf dem Wissen, dass die Wurzeln der Gerechtigkeit in allem sind, was lebt. Nicht nur im Menschen; sie liegen überall. Wenn man die Basis der Gerechtigkeit betrachtet, so hat diese zunächst etwas damit zu tun, die Dinge passend zu machen. Wenn man über Gerechtigkeit redet, redet man über Passung. Passung ist das, worum es im Leben geht. Damit ist gemeint, dass Dinge aufeinander abgestimmt und genau richtig sind. Und ebendies geschieht im Leben. Die allererste Gerechtigkeit im Sinne einer Passung liegt schon im Beginn des Lebens, zum Beispiel bei den Bakterien. Auch wenn sich dies zunächst abwegig anhört, gibt es doch auch bereits dort eine Passung: Ein Bakterium hat sensorische Fähigkeiten, es nimmt Informationen auf und benutzt diese dazu, sein Leben fortzusetzen. Das ist eine sensomotorische Realität. Sensomotorische Realität ist zentral für das Leben: Information kommt hinein und löst eine angeborene biologische instinktive Aktivität als Reaktion hierauf aus. Warum ist das so? Damit das Leben weitergehen kann.

Es geht also bei Gerechtigkeit darum, dass das Leben weitergehen kann, dass es nicht endet. Es gibt folglich Gerechtigkeit

keit tatsächlich vom Beginn des Lebens an. Wir als Menschen streben nach Gerechtigkeit in einer komplexeren Weise, doch auch sie basiert immer noch auf sensomotorischen Realitäten.

Wir alle sehen die Welt und tun etwas, in unmittelbarer Reaktion auf sie. Der Grund, warum wir auf die Welt reagieren, ist dieser: am Leben zu bleiben. Wir müssen dafür in Reaktion auf das, was uns erreicht, etwas Passendes tun. Warum wollen wir am Leben bleiben?

Das Überleben des Einzelnen und das Überleben der Art

Wir wollen am Leben bleiben, weil das Leben der Grund ist, aus dem wir geboren wurden. Wir entstanden aus dem Ei und dem Spermium, ohne darum gebeten zu haben, und bereits seit diesem Moment ist der Antrieb zu leben in uns. Dies wird als evolutionäres oder genetisches Gedächtnis bezeichnet. Wir werden ohne ein persönliches Gedächtnis geboren, aber das genetische Gedächtnis ist bereits vorhanden. Das genetische Gedächtnis umfasst die Sammlung des Datenbestandes von allem, was erfolgreich gelebt hat seit Beginn der Zeiten. Der Lebenshunger ist hier ein zentraler Bestandteil.

Als Menschen befinden wir uns in einer sonderbaren oder schicksalhaften Position: Wir haben uns nicht dafür entschieden, geboren zu werden, und auch nicht dafür, zu sterben. Aber wir sitzen sozusagen in einem Instrument, das genau das macht. Und wir müssen sagen: „Das bin ich.“ Aber „es“ bewegt uns und lässt uns funktionieren. Dieses „es“ will am Leben bleiben: In uns gibt es diesen immensen Drang zu leben, das eigene Überleben sicherzustellen. Das bedeutet, dass alles, was ich sehe, von mir selektiv gesehen und bewertet wird in Bezug auf die Frage: Ist das gut für mich, oder ist das schlecht für mich? Aber wir bewerten Wahrnehmungen zunächst nicht mit Gedanken, d. h. kognitiv, sondern unmittelbar mit einer Körperreaktion, also sensomotorisch. In Analogie zu dem vorhin erwähnten Bakterium nehmen wir sensorische Informationen auf. Aufgrund der selektiven Aufmerksamkeit nehmen wir vor allem die Dinge wahr und auf, die zu mehr Leben führen. In dem Moment, in dem wir etwas sehen, reagieren wir motorisch hierauf, bevor wir überhaupt darüber nachgedacht haben: Dieser Prozess wird „see-do“ genannt. Und das, was wir tun, dient dem Zweck, das Überleben zu gewährleisten. Wir müssen sozusagen „passen“, eine genaue „Passung“ erbringen, um das Leben fortsetzen zu können. Und das geschieht, bevor wir denken, unser Körper reagiert auf alle Arten von sensorischem Input, und mit der Zeit werden wir nicht nur sehen, sondern uns auch daran erinnern, was wir sahen und ob es gut war; und wir werden nicht nur etwas tun, sondern uns auch erinnern, was wir taten, sowie daran, ob es gut war. Das bedeutet: In dem Moment, in dem wir sehen, erinnern wir uns; und in dem Moment, in dem wir etwas tun, erinnern wir uns. Jeder Moment des Sehens und Handelns ist auch ein Moment des Erinnerns. Sonst könnten wir nicht von den ersten Tagen unseres Lebens an zu wirksam Handelnden werden. Damit ist klar: Wenn wir sehen, sehen wir mit unseren tatsächlichen Augen, aber wir erinnern uns auch, und wir er-

innern uns sozusagen mit unseren geistigen Augen. Das geistige Auge sieht den Datensatz, den wir gesammelt haben und der uns hilft, besser zu überleben, denn darum geht es bei Erfahrungen, beim Lernen und beim Gedächtnis.

Wenn ich etwas tue, wird ein Teil meines Gehirns alle neurologischen Koordinaten festhalten und bewerten, was gut und schlecht war. So bemüht sich z. B. ein Baby oder ein Kleinkind, seine motorischen Reaktionen in der Weise zu entwickeln und zu koordinieren, dass eine gewünschte Handlung gelingt, und lernt aus der Erfahrung. Unser geistiger Körper erinnert, was gut und was schlecht war, und stellt unserem realen Körper Informationen und ein Koordinatensystem zur Verfügung.

Der geistige Körper und das geistige Auge sind sehr wichtig in Bezug auf das Thema der Gerechtigkeit. Zunächst einmal aber geht es um das „see-do“: Wir sehen etwas und erinnern uns, etwas gesehen zu haben, und wir erinnern uns, etwas getan zu haben. Es kommt darauf an, am Leben zu bleiben und einem anderen genetischen Streben zu entsprechen. Das zentrale genetische Streben ist zum einen das Überleben des Individuums. Das andere zentrale genetische Streben ist, das Leben über den eigenen Tod hinaus zu erhalten. Wenn ich mich entwickle, geschieht dies auch mit dem Streben, einen Partner zu haben, so dass es mehr und weiteres Leben geben kann. Mit anderen Worten ist das andere zentrale genetische Streben das Überleben der Art, und dies ist ebenfalls sehr wichtig für unser menschliches Dasein. Sicher ist uns das nicht immer unmittelbar zugänglich, wir erfahren dies jedoch in unseren sexuellen Wünschen und Bedürfnissen. Aber natürlich geht es in der Sexualität im Wesentlichen um das Überleben der Art.

Jedes Mal, wenn wir sehen, sehen wir uns unter dem Blickwinkel, ob und wie das Gesehene mich am Leben erhält; und wir beziehen dabei auch mit ein, dass wir uns entwickeln und sterben und dass es Leben nach uns geben wird. Das heißt, in uns eingebettet ist ein Interesse dafür, was passieren wird, nachdem wir gegangen sind. Und zwar auf der Erde - und hier setzt das Thema der Gerechtigkeit ein. Wir machen uns Gedanken über die Menschen, die nach uns kommen; wir interessieren uns für sie und ihr Wohlergehen; wir wollen, dass sie ein gutes Leben haben. Und damit die Menschen, die nach uns kommen, ein gutes Leben haben können, muss es Gerechtigkeit und Fairness geben. In der Vorstellung von Zeugung liegt die Vergegenwärtigung des Todes, d. h. eine Bewusstheit darüber, dass der Tod kommen wird, und auch Bewusstheit darüber, dass es Leben nach dem eigenen Tod geben wird. Ohne dies kann es keine Gerechtigkeit geben: Der Sinn der Gerechtigkeit liegt darin, weiteres Leben zu ermöglichen und zu fördern, und zwar über den eigenen Tod hinaus.

Fundamentale Antriebe des Lebens

Nach dem „see-do“, dem sensomotorischen System, mit dem es verbunden ist, dem eigenen Überleben und dem Überleben der Art, sind weitere wesentliche Aspekte im Hinblick auf die Gerechtigkeit zu betrachten. Zunächst einmal sind hier die fundamentalen Anstöße oder Bestrebungen des Lebens wichtig: Arbeit sichert das eigene Überleben und trifft Vor-

sorge für das Leben der nächsten Generation. Die zentralen Antriebe des Lebens sind also: zu arbeiten und zu lieben, wie schon Freud gesagt hat. Es gibt jedoch einen dritten zentralen Antrieb des Lebens, und dieser ist: Gerechtigkeit zu üben. Um Gerechtigkeit zu üben, bedarf es des Bewusstseins. Ohne Bewusstsein ist es einem Lebewesen nicht klar, dass es sterben wird, und es wird nicht so beteiligt und besorgt sein in Bezug auf das Überleben der nächsten Generationen.

Gerechtigkeit meint: Dinge vollständig, d. h. ganz zu machen, Dinge passend zu machen, und es gibt eine angeborene „Gestalt“, dies zu tun. Dies liegt auch der Vorstellung von Heilung zugrunde: Heilen bedeutet vollständig zu machen. Das wiederum bedeutet: Wir haben Vorstellungen darüber, wie Ganzheit oder Vollständigkeit auszusehen hat, und wir fühlen uns gedrängt, Einheit und Geschlossenheit herzustellen und aufrechtzuerhalten. Wo immer es eine Unvollständigkeit gibt, gibt es eine Frustration; und wenn eine Geschlossenheit erreicht wird, stellt sich Erleichterung ein. Wir werden also stets belohnt, wenn wir Vollständigkeit herstellen.

Sexualität und Aggression

Ein weiterer wesentlicher Aspekt, der im Hinblick auf die Gerechtigkeit noch einzuführen ist, sind die beiden „Motoren“, die all dies in Gang halten. Diese tun das, was häufig Gott zugeordnet wird: geben und nehmen. Aber wir selbst sind diejenigen, die dies tun. Und hierin liegt so viel Macht, dass wir dies auf Gott projizieren. Es geht um Erschaffung, also Sexualität und Tod, und damit auch um die Aggression, die dem Tod zugrunde liegen kann. Die beiden starken Kräfte, die all dies antreiben, was bisher beschrieben wurde, sind die Fähigkeiten, zu erschaffen und zu zerstören. Jeder hat diese Fähigkeiten, zu töten und zu erschaffen, und in jedem Moment kann dies passieren. Und es geschieht. Das sehen wir auf der ganzen Welt: töten, aber nicht erschaffen. Es gibt Vergewaltigung; aber sie erschafft nicht, sondern benutzt Sexualität als ein Mittel. Das ist wild gewordene Gerechtigkeit. Gerechtigkeit gerät außer Kontrolle, wenn wir nicht wissen, wie wir diese beiden Nuklearkräfte, die wir besitzen, zusammenbringen und modulieren können. Nur wenn dies gelingt, entsteht daraus Zärtlichkeit, Mitgefühl, Arbeit und Liebe. Aber wenn die Nuklearkräfte in uns losbrechen, außer Kontrolle geraten, sind es Höllenkräfte, die da freigesetzt werden. Wie kann es dazu kommen, dass so etwas geschieht?

Drei verschiedene Klassen von Ereignissen können hierzu führen. Zunächst einmal möchte ich über die Dinge sprechen, die passieren müssen, während wir aufwachsen. Während wir uns entwickeln und um erwachsen zu werden, ist es erforderlich, dass unsere grundlegenden Bedürfnisse befriedigt werden. Unsere fundamentalen Bedürfnisse sind: einen Platz in der Welt zu haben; mit Nahrung versorgt zu werden, Unterstützung zu bekommen, geschützt und respektiert zu werden und das Bedürfnis, begrenzt zu werden. Kinder werden ständig von ihren Eltern begrenzt: Würden Kinder über die nötige physische Stärke verfügen, würden sie ihre Eltern jeden Tag der Woche ernsthaft attackieren. Die hierzu nötige Ener-

gie haben sie. Wir setzen ihnen Grenzen, und damit wissen sie, wie sie mit diesen Energien umgehen sollen. Es ist zentral, dass in der Phase des Aufwachsens diese Kräfte in den Kindern zusammengehalten werden, damit sie sich nicht verselbstständigen.

Die zweite Kategorie unter den angesprochenen Ereignissen sind Erfahrungen von Traumata. Nach einer möglichen Geschichte von Defiziten geht es nun um eine mögliche Geschichte von traumatischen Erfahrungen. Eine traumatische Erfahrung verletzt die Unantastbarkeit des Selbst und übernimmt die Kontrolle über das Selbst. Durch einen Teil unseres Gehirns, die Amygdala (Mandelkern), werden Überlebensreaktionen ausgelöst: zu erstarren, zu kämpfen oder zu fliehen. Es gibt noch eine weitere Überlebensreaktion: zu beschwichtigen. Als Folge einer Traumatisierung steigt das Vermögen zu töten erheblich, denn kämpfen ist das, was wir tun müssen, um zu überleben. Oder uns zu öffnen, uns dem anderen sexuell auszuliefern, um nicht getötet werden. Hier liegt auch der Grund für das sogenannte Stockholm-Syndrom: Seinerzeit entwickelten die bei einem Überfall genommenen Geiseln Zuneigung zu den Terroristen. Dies geschah nicht, weil die Geiseln verrückt waren, sondern weil ein solches Verhalten eine instinktive Überlebensreaktion darstellt.

Wenn Menschen also eine defizitäre Biografie haben, wenn ihre Bedürfnisse nicht ausreichend befriedigt worden sind und sie nicht genügend begrenzt wurden, sind ihre Kräfte unzureichend eingebunden. Wenn sie traumatisiert worden sind, ist es ähnlich. An dieser Stelle sind wir wieder bei der Gerechtigkeit: Weil wir dieses Gefühl für Gerechtigkeit haben, passiert etwas sehr Sonderbares. Und das hat etwas damit zu tun, dass wir Geschichten hören.

Doch zunächst noch einmal zurück zu unserem Bedürfnis, Dinge ganz und vollständig zu machen. Menschen möchten automatisch helfen, wenn eine Unvollständigkeit zu erkennen ist. Wie erkennen wir, dass jemand Hilfe braucht und welche Hilfe er braucht? Wir sind hierzu imstande, weil wir über Spiegelneuronen verfügen. Es ist eine neurologische Tatsache, dass wir – genau wie einige Affen – hinorganisch über die Möglichkeit verfügen, mit unserem geistigen Körper das zu tun, was wir andere tun sehen. Jedes Mal, wenn Menschen etwas sehen, sehen sie es in ihrem eigenen Geist so, als ob ihr Körper das Gesehene tun würde. Wenn Affen einen anderen etwas tun sehen, fühlen sie in sich selbst, wie es sich für den anderen anfühlt. So weiß man, dass der andere ein Inneres hat, und man kann das Innere des Gegenübers fühlen, weil das eigene Gehirn so ist wie das des anderen. Mit unserem geistigen Körper können wir etwas tun, und mit ihm versuchen wir Gerechtigkeit herzustellen. Wenn Sie die Zeitung lesen, was passiert dann? Sie heilen alle die Wunden. Wenn Sie von den afrikanischen Kindern lesen, die hungern, dann ist ein Teil Ihres geistigen Körpers in Afrika und gibt ihnen zu essen. Weil Sie fühlen, was sie fühlen – und das ist Empathie -, haben Sie das Bedürfnis, etwas zu tun, etwas zu vervollständigen. Wir alle fühlen die Notwendigkeit, etwas zu Ende zu bringen, die Handlung abzuschließen. Jeder möch-

te helfen: Einige Leute helfen, indem sie in der Realität etwas tun, aber alle helfen mit ihrem geistigen Körper.

Das Familiennetzwerk – Reaktionen auf ein unvollständiges Familiennetzwerk

Wir haben einen Sinn dafür, was vollständig, natürlich und gerecht ist in Bezug auf ein familiäres System. Dieses Vermögen ist von Anfang an vorhanden: Wir entstanden aus einem Spermium und einem Ei; es ist uns klar, ich hatte einen Vater. Und der Vater ist entstanden aus einem Spermium und einem Ei, folglich hatte auch er eine Mutter und einen Vater, das sind also Großmutter und Großvater. Dasselbe gilt für die Mutter. Mein Vater hatte Brüder, also Onkel. Diese haben Kinder, es gibt Cousins und Cousinen. Wir erwarten, dass es einen vollständigen Satz gibt; wir wissen instinktiv, was ein vollständiges Familiennetzwerk ausmacht, wie es beschaffen sein sollte. Wir wissen es ganz genau. Und wenn es so ist, fühlt es sich gut an, es ist genau recht.

Aber wenn wir Geschichten hören, passiert etwas. Stellen Sie sich vor, ich sage zu Ihnen: „Rotkäppchen ...“ Was passiert? Sie sehen Rotkäppchen. Und wenn ich fortfahre: „... hatte einen kleinen roten Hut“, dann sehen Sie diesen Hut. Wenn Sie also eine Geschichte hören, werden Sie sie vor Ihrem geistigen Auge sehen, und auch Ihr geistiger Körper wird reagieren. Wenn wir Geschichten hören, in denen es irgendeine Unvollständigkeit gibt, will unser geistiger Körper etwas dagegen unternehmen.

Wir haben eine Vorstellung von einem vollständigen Familiensystem als einem Netz: Es ist, als ob wir wissen, wie ein gerechtes, richtiges Familiennetzwerk sein sollte. Wir haben aber nicht nur das. Wir haben in uns auch etwas, das man in Analogie zu Stammzellen „Stamm-Selbsts“ nennen kann. Teile unserer Selbsts können jede Art von Rolle übernehmen und ausfüllen. Wenn ich aufwache, kann ich ein Bruder oder eine Schwester sein, ich kann ein Ehemann oder eine Ehefrau sein, ein Vater oder eine Mutter, eine Großmutter oder ein Großvater. In einem Menschen liegt das Potenzial zu jeder einzelnen Rolle, die vorkommt; und wenn der Mensch aufwächst und diese Rolle angesprochen wird, wird er sie ausfüllen.

Wenn man z. B. an eine Spinne denkt: Die Spinne fertigt ein Netz an und beendet ihre Arbeit als perfekte, vollständige Gestalt. Wird dieses Netz vom Wind zerstört, produziert die Spinne neue Fäden und stellt es wieder her. So oder so ähnlich machen wir es auch, wenn wir Geschichten über ein unvollständiges oder zerbrochenes Familiensystem hören. Wenn Sie ein Kind sind, und Sie hören von Ihrer Urgroßmutter, die Sie nie gesehen haben, dass sie eine Waise war, weil ihr Vater in einem Krieg getötet wurde: Dann sehen Sie ihre Großmutter als ein Kind, dessen Vater starb. Spiegelneuronen ermöglichen es Ihnen zu fühlen, was sie fühlte, und Sie wissen auch, was sie vermisste. Also was tun wir, wenn wir emphatisch sind – was wir alle sind – und wenn wir Mitleid verspüren, was wir alle tun? Wir nehmen ein kleines Stück von uns selbst und werden für unsere Urgroßmutter der Vater, der nicht stirbt.

Und dass wir dies tun, wissen wir nicht: Unser geistiger Körper läuft durch die Welt und ist ein Messias. Wir alle warten auf den Messias, aber das ist falsch: Messiasse sind überall. Jeder Einzelne von uns ist gedrängt dazu, zu vervollständigen und Gerechtigkeit zu üben. Bei uns allen ist das so, wir können nichts dagegen tun, und wir wissen nicht einmal, dass es geschieht. Unser geistiger Körper bewegt sich durch das Universum und füllt dabei jede Leerstelle.

Wenn Sie an Geschichten aus Ihrem eigenen Leben denken, denken Sie einmal darüber nach, welche Art von Ereignis in Ihrer kulturellen Geschichte, Ihrer persönlichen Geschichte, Ihrer religiösen Geschichte Sie zum Weinen bringt. Wenn Sie an all die Ungerechtigkeiten denken, wird in dem Moment, in dem Sie diese Ungerechtigkeiten vor Ihrem inneren Auge sehen, ein Teil von Ihnen, ohne dass Sie es wissen, durch Raum und Zeit hindurch sich dieser Lage annehmen. Dies geschieht fortwährend, ohne dass wir es erkennen; das ist unser Sinn für Gerechtigkeit; es ist in unserem Körper, und wir alle wollen die Welt heilen.

Die dunkle Seite des Strebens nach Gerechtigkeit: Omnipotenz, unbegrenzte Sexualität und Aggression

Es gibt auch eine dunkle Seite dieses Bemühens, Gerechtigkeit herzustellen: nämlich dann, wenn dieses Streben blind ist. Um diesem Aspekt näherzukommen, ist es zunächst wichtig, sich die drei zentralen Verbindungen des menschlichen Lebens zu vergegenwärtigen: Da ist zunächst einmal die Verbindung zu mir selbst. Ich muss wissen, wer ich bin und was ich fühle. Ich kann nicht nur ein Kopf sein, sondern brauche auch die Verbindung zu meinem limbischen System. Um zu leben, benötige ich auch die Verbindung zu den anderen: Erst werden meine Bedürfnisse von den anderen befriedigt; dann werde ich eine Verbindung zu jemand anders eingehen, und es entstehen Kinder. Die dritte Verbindung ist die Verbindung zu Gott. Wir benötigen ein Gefühl dafür, dass es eine letzte, letztendliche Bedeutung und Ordnung im Universum gibt. Andernfalls ist es schwierig zu leben.

Meine Definition von Gott ist: Alles, was ist. Und meine Definition von mir selbst oder von einem anderen ist: Alles, was ich bin, und alles, was der andere ist. Wir sind also nicht alles, was ist. Aber wenn es dazu kommt, dass wir es so empfinden, dass wir alles sind, was ist, dann bedeutet dies, dass es keinen anderen, kein Gegenüber gibt. Gott braucht keinen anderen, denn Gott ist alles, was ist. Das Merkwürdige an der Sache aber ist dies: Wenn wir ein Loch in einem Rollengefüge füllen, beginnen wir uns so zu fühlen, als wären wir der Einzige oder die Einzige auf der Welt, die dies tun könnten. Dann fangen wir an zu denken, wir wären alles, was ist. Wir hören dann auf, bloß menschlich zu sein, fühlen uns in einem gottähnlichen Zustand, ohne dies jedoch zu wissen. Und wenn wir unbewusst fühlen, dass wir alles sind, was ist, löst dies die Einbindung von Aggression und Sexualität, und wir werden überladen mit Energie. Je mehr Löcher im Rollengefüge wir füllen, desto weniger Kontrolle haben wir über diese Kräfte,

und wir müssen alle Arten von Abwehr einsetzen, um sie zurückzuhalten.

Folgeschwer ist insbesondere, wenn wir Löcher im Rollengefüge füllen, solange wir noch zu jung sind. Schon kleine Kinder tun dies. In einer Versuchsanordnung mit 18 Monate alten Kindern wurde eine Wäscheleine quer durch den Raum gespannt. Eine Frau nahm aus einem Korb Wäschestücke und hängte diese auf die Wäscheleine, wobei die Kleinkinder ihr zusahen. Die Frau ließ dann ein Wäschestück fallen. Die Kinder reagierten darauf, indem sie sich auf dieses Wäschestück zu bewegten und sich bemühten, es aufzunehmen und der Frau zu reichen, sie wollten helfen (Warneken und Tomasello, 2006).

Das Bestreben, Rollen zu übernehmen und zu helfen, besteht bereits in der Kindheit. Aber wenn wir uns zu früh um andere sorgen, wenn wir zu früh geben, sinkt unsere Fähigkeit zu empfangen. Das ist eine vertrackte Gleichung, von deren Bestehen ich gleichwohl überzeugt bin. Wenn wir zu früh Verantwortung für den anderen übernehmen, können wir uns nicht gut entwickeln.

Einschließende und ausschließende Gerechtigkeit

Nun spreche ich über reife Gerechtigkeit und unreife Gerechtigkeit. Wenn wir zu früh Gerechtigkeit üben, setzt das diese ungeheuren Kräfte in uns frei. Diese Energien erfüllen Teile von uns mit Furcht, und von Zeit zu Zeit treten sie unkontrolliert hervor. Auf diese Weise kommen auch bestimmte Führer in dieser Welt zu ungeheuren Kräften, die losbrechen. Ich nehme an, dass sie irgendwo in ihrer Geschichte zu früh Rollen übernehmen mussten; zum Beispiel wurden sie vielleicht der Ehemann für ihre Mutter, oder ein Versorger für ihren Vater. Sie wurden dann „die Einzigen“. Die meisten Menschen, bei denen eine solche Entwicklung eingetreten ist, verfügen über Kontrollmechanismen, um zu verhindern, dass sich die als bedrohlich stark wahrgenommenen sexuellen und aggressiven Energien freisetzen: Sie werden beispielsweise depressiv, oder sie dissoziieren; was dazu führt, dass das Energieniveau sich senkt. In anderen Fällen sagen sie: „Ich bin nicht böse – das Böse bedroht mich“, verhalten sich autoaggressiv oder bringen sich um ihre Fähigkeit, glücklich zu sein. Möglich ist auch, dass sie niemals etwas zu Ende bringen, denn etwas abzuschließen bedeutet, etwas vollständig zu machen, und das wollen sie nicht tun.

Aber einige Menschen, die Löcher im Rollengefüge gefüllt haben und später eine machtvolle Position erlangen, werden dann maßlos und denken, sie seien die Einzigen. Solch ein Mensch ist dazu bereit, die Macht zu übernehmen, und wird versuchen, andere Führer auszuschalten, da er sich als „der Einzige“ betrachtet. Dies kann man bei jedem Diktator beobachten: „Jeder, der nicht ‚ich‘ ist, ist tot.“ Was wir dann sehen, ist keine einschließende Gerechtigkeit, sondern eine ausschließende Gerechtigkeit in dem Sinne, dass gesagt wird: „Ich werde für mich und das Meine sorgen, aber alles, was nicht dazugehört, ist totes Fleisch“.

Wir können einschließende Gerechtigkeit erreichen und ausüben, wenn alle unsere Bedürfnisse erfüllt werden, während wir erwachsen werden. Dann sind unsere aggressiven sexuellen Energien gut begrenzt, und wir können Gerechtigkeit bewirken. Zu viele unserer Führer haben keine solche gute Geschichte; wenn sie Macht erreichen, brechen sich ihre übermäßigen Kräfte Bahn, und was man sieht, sind tote Körper und Vergewaltigung überall. Es ist also sehr wichtig, sicherzustellen, dass wir wirklich Kulturen haben, in denen tatsächlich und gut für Kinder gesorgt wird, wo Traumatisierung nicht vorkommt und Menschen nicht zu früh Löcher im Rollengefüge füllen müssen. Denn wenn sie dies tun, führt dies zu weltweiter Ungerechtigkeit, und genau das finden wir gegenwärtig vor. Alle diese Menschen haben Geschichten von Ungerechtigkeit, die Jahrhunderte zurückreichen, und sie versuchen, all dies zu heilen. Unkontrollierbare Kräfte brechen dann hervor, und sie töten oder haben Fantasien von endlosem Sex.

PBSP-Therapie

An dieser Stelle wird die Psychotherapie wichtig. Menschen kommen zur Therapie und haben in ihrer Biografie nicht erfüllte Bedürfnisse. Was wir in der PBSP-Therapie tun, ist Folgendes: Wir versuchen eine neue Biografie zu gestalten; neue Erinnerungen, in denen alles das, was sie gebraucht hätten, um zu reifen und erwachsen zu werden, werden bereitgestellt, wir üben Gerechtigkeit und vollenden. Mit dieser neuen Biografie werden die erlebten Defizite geheilt; die Menschen können wachsen und verfügen über Begrenzungen für ihre Kräfte. Wir haben gelernt, mit Personen zu arbeiten, die biografische Defizite in Bezug auf ihre Bedürfnisbefriedigung aufweisen, die traumatische Erfahrungen haben, und wir wissen auch, wie mit den Menschen zu arbeiten ist, die zu früh Löcher im Rollengefüge gefüllt haben und genau deswegen Widerstand dagegen zeigen, dass ihre Bedürfnisse erfüllt werden. Denn es ist so, dass wir dann, wenn wir zu früh Löcher im Rollengefüge gefüllt haben, kaum noch nehmen können. Dann haben wir den Märtyrer, die „heilige“ Person, denjenigen, der gibt und gibt und dabei selbst ein schlechtes Leben hat. Sie kümmern sich um die anderen, können aber nicht empfangen.

Ich möchte das, was wir als PBSP-Therapeuten dann tun, an einem Beispiel deutlich machen: Denken Sie an ein Mädchen an ihrem vierten Geburtstag. Es ist ihr Geburtstag, aber ihre Mutter weint. Das Mädchen empfindet unmittelbar Mitleid und fragt die Mutter: „Was hast du, Mama?“ Die Mutter sagt: „Als ich vier Jahre alt war ...“; an dieser Stelle beginnt die Tochter im Geiste eine Art Film über ihre vierjährige Mutter zu sehen, und die Mutter sagt weiter: „... ist mein Vater ...“ – „Oh, Mama hatte einen Vater“ – das Mädchen sieht nun auch den Vater ihrer Mutter vor ihrem geistigen Auge, während die Mutter fortfährt „... gestorben.“ – „Oh“ – sie sieht das so verwundende Ereignis. Was wird das Kind nun tun? Das kleine, vier Jahre alte Mädchen nimmt sozusagen den möglichen Vater aus sich heraus, mit ihrem geistigen Körper wird sie der Vater der Mutter. Das passiert, wenn Sie Ihren Kindern Geschichten über Ihr Leid erzählen. Die Kinder werden es

mit ihrem geistigen Körper heilen, ohne etwas davon zu wissen. Aber wenn sie dies mit ihrem geistigen Körper tun, verändert sich die Einteilung der Energie in ihrem realen Körper in hohem Maße.

Doch die Mutter war mit ihrer Geschichte noch nicht am Ende angelangt. Sie sagt: „Du bist so ein liebes kleines Mädchen, du hörst mir zu, wenn ich weine. Aber dein Vater“ – „Oh, Papa“ – „ist so gemein. Er lacht über mich, wenn ich weine und geht weg.“ – „Oh“, denkt das Kind, „Mama hat keinen Mann.“ Wieder nimmt das Kind einen Teil von sich und wird der Ehemann der Mutter. Sie sorgt für die Mutter, gleichzeitig sinkt ihre Fähigkeit, sich selbst bemuttern zu lassen; sie gibt zu viel. Sie wächst auf, sie wird eine Führungskraft, sie gibt ständig, sie empfängt nichts und kann dies nicht ertragen, sie hat viele Probleme. Sie ist zugleich eine kompetente Person, aber ihr Leben ist nicht gut.

In der Therapie sagt sie: „Oh, ich hatte eine so schreckliche Kindheit. Meiner Mutter ging es immer schlecht, weil ihr Vater früh starb.“ PBSP-Therapeuten sagen dann: „Warum geben wir Ihnen nicht eine ideale Mutter?“, und sie sagt: „Wollen Sie mich auf den Arm nehmen?“ Sie zeigt mit einem Mal Widerstand, und all das Ungeheuerliche, das durch die Übernahme von Rollen entstand, zeigt sich in der negativen Übertragung auf den Therapeuten, sie könnte ihn umbringen, sie will nicht weitergehen; dabei hatte sie sich einen kurzen Moment zuvor wirklich nach einer besseren Mutter gesehnt! Wenn Menschen nicht nehmen, nicht empfangen, frage ich sie: „Für wen haben Sie gesorgt, als Sie jung waren?“ Die Patientin, den Tränen nahe: „Für meine Mutter. Sie hatte ein so schreckliches Leben.“ All das Mitgefühl für ihre Mutter tritt zutage. Dann tun wir das, was wir „einen Film machen“ nennen. Wir sagen: „Suchen Sie jemanden (aus der Therapiegruppe) aus, der die Rolle Ihrer Mutter als kleines Mädchens übernimmt.“

Die Patientin weint, nachdem sie dies getan hat, und eine Rollenspielerin in dieser Rolle sieht. Wir schlagen vor, der Mutter einen „idealen Vater, der nicht stirbt“, an die Seite zu stellen. Ein Mann übernimmt diese Rolle und sagt in dieser Rolle zur Mutter der Patientin: „Wenn ich dein idealer Vater wäre, würde ich nicht sterben, wenn du vier bist.“ Was passiert nun mit der Patientin: Entspannung und Entlastung ist in ihren körperlichen Reaktionen erkennbar. Die Bürde fällt von ihr ab, und es ist, als ob der Teil ihres geistigen Körpers, der dort engagiert war, wieder zu ihr zurückkehrt. Sie sagt: „Was für eine Erleichterung. Wenn meine Mutter einen Vater gehabt hätte, hätte sie eine bessere Mutter sein können, und sie hätte besser für mich gesorgt.“

Nun wartet sie darauf, bemuttert zu werden; aber bevor wir ihrer Mutter nicht in glaubwürdiger Weise einen Vater gegeben haben, wäre dies nicht möglich gewesen. Doch ehe wir ihr eine gute Mutter geben, gestalten wir einen weiteren „Film“. Wir sagen zu ihr: „Wie wäre es, wenn wir einen weiteren ‚Film‘ probieren: Ihre Mutter als junge Frau, und wir geben ihr einen idealen Ehemann. Und er würde zu ihr sagen: ‚Wenn ich dein idealer Ehemann wäre und du weinen würdest, würde ich dich

in meine Arme nehmen und nett zu dir sein.“ „Ja“, sagt die Patientin weinend, „das hätte meine Mutter gebraucht.“ Und der Teil ihres geistigen Körpers, der zum Ehemann der Mutter geworden war, kommt zu ihr zurück, und nun ist sie in einer besseren Lage, um etwas zu bekommen. Und wir fragen: „Hätten Sie gern eine gute Mutter, die erwachsener gewesen wäre?“, und sie sagt: „Was für eine gute Idee!“ Einige Minuten zuvor hatte sie dies rundweg abgelehnt und mich angegriffen, weil ich so etwas vorgeschlagen hatte. Nun jedoch könnte sie eine ideale Mutter bekommen, und ihre Bedürfnisse würden befriedigt. Ihre Energien wären dann nicht mehr unfassbar und nicht mehr so unterdrückt, und sie hätte mehr Kapazitäten für sich selbst.

Abschluss: Zusammenfassung und Ausblick

Wir alle versuchen unaufhörlich, Gerechtigkeit in der Welt herzustellen. Es ist wichtig für jeden von uns, dass wir zu den Angelegenheiten, die wir gerecht zu machen versuchten, als wir klein waren, „Filme“ zu machen, in denen dies von der richtigen Person getan wird. Damit können wir eine erwachsenere Gerechtigkeit erreichen, können wachsen und die Befriedigung unserer Bedürfnisse erfahren. Dann haben wir eine einschließende Gerechtigkeit, die auch „andere, die nicht ich sind“, umfasst; dann kann die Welt überleben und nicht nur „ich und die Meinen“, sondern die ganze Verschiedenartigkeit. Damit können Menschen dies erreichen und die Art von Gerechtigkeit hinter sich lassen, die sagt: „Meine Gerechtigkeit für die Welt meint, dass jeder, der nicht denkt wie ich, tot ist.“ Wir brauchen die Art von Gerechtigkeit, die sagt: „Jeder hat das Recht, gleichberechtigt zu leben.“

Literatur

- Gazzaniga MS (2006): The Ethical Brain. The Science of Our Moral Dilemmas. New York: Harper
Gintis H, Bowles S, Boyd R, Fehr E (2005): Moral Sentiments and Material Interests. The Foundations of Cooperation in Economic Life. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press
Warneken F, Tomasello M (2006): Altruistic Helping in Human Infants and Young Chimpanzees. Science 313(3)

Dr. Melanie Thole-Bachg, geb. 1961, Dipl.-Psych.
Psychologische Psychotherapeutin und Kinder- und
Jugendlichenpsychotherapeutin.
Tätigkeit als Gerichtssachverständige

Psychologische Praxis für Sachverständigengutachten
Dr. Melanie Thole-Bachg
49205 Hasbergen
E-Mail: thole-bachg@gmx.de