

Georg Henkel

Lebendige Begegnung – Heilende Blicke¹

Therapeut und Patient

Wie begegne ich in der Psychosynthese als Helfender demjenigen, der Hilfe sucht? Martin Buber sagt, alles wirkliche Leben sei Begegnung.² Hilfe und Heilung kann nur dort geschehen, wo echte Begegnung stattfindet. Echte Begegnung geschieht in einem Raum der Freiheit und ist eine wertschätzende Beziehung, die (Selbst)Erkenntnis, (Selbst)Vertrauen und Wachstum auf beiden Seiten fördert. Das, was mir im Gegenüber als das Andere begegnet, wird in seiner Andersheit gewürdigt, weil diese als bereichernd empfunden wird.

Mein Gegenüber ist darum nicht in erster Linie ein ›Fall‹ oder ›Problem‹, sondern eine Person, die offen für Veränderung und Entwicklung ist und die darauf wartet, ihre reichen Möglichkeiten zu entfalten. Ihre Tiefe ist ihr Geheimnis. Sie *ist* ein lebendiger, schöpferischer Prozess und möchte sich in ihrer Ganzheit als bewusstes Wesen ›erfüllen‹; sie steht – wie ich selbst auch – im Gesamtprozess des Lebens, das sich entfaltet und immer reicher und differenzierter wird. Sie ist –

¹ Erschienen in: Zeitschrift für Psychosynthese Nr. 31 (September 2014), S. 6-9.

² Martin Buber, Ich und Du, Heidelberg ⁸1974, S. 18.

wir beide sind – dieses eine Leben in je einzigartiger Form. Wir begegnen uns in dieser originellen Lebendigkeit.³

Das ist wunderbar und aufregend! Wer will schon im Voraus wissen können, was in dieser umfassenden Lebendigkeit geschieht? Welches Modell kann hinreichend sein, mir den anderen oder mich selbst umfassend zu erklären? Der gute Therapeut weiß, dass er nichts weiß (dass er aufgrund seiner Profession etwas *kann*, steht auf einem anderen Blatt), – und das ist die Basis, um dem Gegenüber offen und ohne Vorurteile begegnen zu können.

Die bewusste Unwissenheit ist die Voraussetzung dafür, um mit grundsätzlicher Akzeptanz für den anderen da zu sein. Erst auf dieser Basis ist es möglich, therapeutisches Können förderlich einzubringen. Verfahren, technisches Wissen, bewährte Formeln – das alles sind ohne dieses Bewusstsein nur Worte und Gedankenschlacken, wenn es da nicht den Raum für eine echte Begegnung gibt. Es geht eben nicht zuerst um Techniken und Methoden, die ihren Platz zwar *in* der lebendigen Beziehung haben, diese aber nicht ersetzen können.

Die Beziehung zum anderen ist nicht möglich ohne eine Beziehung zu mir selbst. Idealerweise *habe* ich nicht eine Beziehung zu mir – das wäre ja eine Form

³ Vgl. Peter F. Schmid, Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge, Würzburg 1995, S. 100-108; 130-134.

der Spaltung –, sondern ich *bin* ich selbst. Das schließt Bewusstheit und Beobachtung, mit anderen Worten: Dis-Identifikation, nicht aus. Dis-Identifikation ist nötig, um selbst ganz klar sein zu können. Ein klares Selbst ermöglicht es mir, authentisch zu sein, und lässt auch dem anderen genügend Freiraum, um darin er selbst zu sein. Eigene Gedanken und Gefühle, Bewertungen und Urteile werden in der Regel im Raum der Begegnung erscheinen. Es bedarf auf der Seite des Therapierenden der Wachheit für sich selbst und die eigenen inneren Prozesse.

Was löst mein Gegenüber in mir aus? Was triggert es in mir an? Was erkenne ich von mir selbst in ihm? Möchte ich es sehen? Halte ich mir stand? Kann ich annehmen, was mir im anderen begegnet? Kann ich mitfühlend und trotzdem ehrlich sein? Nur in der Wachheit für mich selbst kann ich auch wach für den anderen sein. In dieser Wachheit kann ich einen Raum der Bewusstheit öffnen und heilend mit meinem Gegenüber arbeiten.

Die nachfolgende Bildbetrachtung möchte eine Inspiration für die heilende Begegnung sein. Sie möchte über die Einfühlung in die Gestalt des *Segnenden Christus* von Hans Memling die Teilpersönlichkeit des inneren Therapeuten wecken und stärken. In einer alten Tradition nämlich wird Jesus als *Christus medicus*, als messianischer Heiland und Arzt, bezeichnet.

Jesus ist der göttliche Heiler, der die Kranken an Leib und Seele gesunden lässt. Dieser Archetyp des Therapeuten

verweist auf das ganz und gar Heile und Heilende, was in jedem immer schon da ist. Im segnenden Christus von Memling erscheint diese therapeutische Dimension, die den Menschen als Ganzes heil machen möchte.

Die ›Heilung zur Selbstheilung‹ ist eine wesentliche Qualität, die der Therapeut den Hilfesuchenden gerade in der psychosynthetischen Arbeit vermitteln kann, denn diese appelliert zuerst an das, was im Patienten selbst lebendig, gesund und heil ist. Die damit verbundene therapeutische Haltung ist nicht an eine bestimmte religiöse Konfession gebunden, gewinnt aber in Memlings berührender Christus-Darstellung einen exemplarischen Ausdruck.

Blicke

Ein Blick kann vielsagend sein. Ausdrucksvoll. Konzentriert. Er kann auch etwas Bezwingendes haben. Unter Umständen fühlt man sich von einem solchen Blick regelrecht durchschaut und vermag kaum standzuhalten. Irgendwann schlägt man die Augen nieder: ergeben, furchtsam, vielleicht beschämt.

Ein Blick kann aber auch schweigsam sein. Er kann ganz frei von jeder Absicht sein und doch höchst wach und präsent.



Der Blick, der aus Hans Memlings Tafelbild mit der Darstellung des segnenden Christus⁴ auf den Betrachter fällt, ist ein offener und zugleich stiller Blick. Es ist ein Blick, der den Angeblickten berührt, ohne ihn zu entblößen. Er lädt zur Erwidderung ein, ohne sich aufzudrängen. Durch die Kunst Memlings ist es auch ein ›allsehender‹ Blick, denn er scheint dem Betrachter zu folgen – aber ohne ihn aber zu verfolgen.

Dieser Blick ist still, weil er gänzlich frei von Gedanken oder Urteilen ist. Christus teilt in diesem Blick einfach sich selbst mit: *Ich bin*. Das ist: reines Gewahrsein, vollkommene Gegenwärtigkeit. Christus ist.

⁴ Hans Memling (ca. 1433-1494), Segnender Christus (1478), 36.5 x 26.7 cm, Norton Simon Museum of Art, Pasadena, USA; Quelle: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/0d/Christ_Giving_His_Blessing.jpg

Kleine Kinder haben diesen offenen, präsenten Blick noch. Erwachsene eher selten. Sie müssen ihn meist erst wiederfinden, indem sie über das Denken und Urteilen, das den offenen Blick verstellt, hinausgelangen. Sie müssen sich jenseits aller Bilder und Kategorien, die sie sich von sich und allem andern machen, selbst in ihrer Gegenwärtigkeit erkennen. Auf diesem Weg kann Memlings segnender Christus wie ein Spiegel sein. In diesem Spiegel erkennen wir, was es heißt: *Ich bin*.

Memling hat seinen segnenden Christus als überaus realistisches Porträt angelegt. Dabei ist dessen Gesicht aber nur scheinbar individuell. Es ist nicht das einer ganz bestimmten Person, sondern ein überindividuelles, ideales Antlitz. Es ist gleichsam ein von aller verschleiernenden oder gar verstellenden Mimikri und Maskierung disidentifiziertes Antlitz, in dem das (höhere) Selbst Christi erscheint. Memlings Christus zeigt das *vollkommene menschliche Antlitz*, das zugleich das Antlitz des vollkommenen Menschen Jesus von Nazareth ist. Dieses Antlitz vereinigt männliche und weibliche Züge in sich. Es repräsentiert nicht einen einzigen, sondern alle Menschen, die in ihrer Christus-Natur verbunden und darum eins sind. In jedem Menschen ist auch Christus. In jedem Menschen verwirklicht sich Gottes-Kindschaft.

Durch die Lichtführung konzentriert der Maler die Wahrnehmung auf das Gesicht und die Hände Christi. Das Braunrot des Gewandes und der Haare verschmilzt

weitgehend mit dem grüngrauen Hintergrund, der einen Raum von unbestimmter Tiefe andeutet. Zarte Strahlenbündel deuten einen Heiligenschein lediglich an. Dadurch wirkt das Antlitz quasi selbstleuchtend (tatsächlich empfängt es das Licht ganz leicht schräg von vorne, so dass die rechte Seite des Gesichts etwas heller ist als die linke). Die Symmetriewirkung wird davon freilich kaum beeinträchtigt, vielmehr belebt die Ausleuchtung das ausgesprochen harmonische Relief des Gesichtes und lässt auch die feingliedrigen Hände plastisch hervortreten. Die ganze Komposition ist wohlbalanciert und wird vom Goldenen Schnitt bestimmt; sie atmet tiefe Ruhe und tiefen Frieden.

Präsenz

Der Mann aus Nazareth scheint unmittelbar in die Gegenwart des Betrachters versetzt: Er ist nicht nur im wahrsten Sinne anschaulich, sondern wirkt regelrecht berührbar. Freilich deutet die am unteren Bildrand aufgelegte linke Hand an, dass dieser Christus den Betrachter durch ein imaginäres Fenster – das normalerweise durch die Rahmung des Bildes markiert würde – anblickt. Intimität (Berührbarkeit) und Distanz (die Abgrenzung des Bildraums vom Raum des Betrachters) halten sich die Waage. Christus ist nah und fern zugleich.

Nahe ist er in seinem Zeit und Raum überwindenden Blick und seiner Anschaulichkeit, durch die er mit dem Betrachter kommuniziert. Fern ist er durch die Andeutung eines Rahmens, der ihn

physisch entrückt. Christus ist nur ›im Bild‹ sichtbar, er kann aber trotzdem ganz unmittelbar als gegenwärtig ›im Blick‹ erfahren werden. In diesem Blick liegt ein Mitgefühl, das frei von Gefühligkeit und darum ganz achtsam *für* den Angeschauten ist. Er *achtet* sein Gegenüber, er lässt ihm Freiraum und drängt sich nicht auf: *Ich bin da – für dich, wenn du es möchtest.*

Gleichzeitig macht Christus sich selbst zugänglich, bleibt dabei aber ebenfalls ganz frei: unverfügbar. Er gibt sich hin, aber man kann ihn nicht besitzen. Nur so kann ein Raum der völligen gegenseitigen Freiheit eröffnet werden, in dem der Schauende und der Angeschaute ganz und gar sie selbst sein können.

Segen

Christi Blick ist offen, ohne etwas zu verbergen. Er ist ganz und gar wahrhaftig. Aller Segen, den er seinem Gegenüber spendet, liegt in seinem Blick. Der Blick ist Licht, ist Frieden, ist Gnade. Die Angeschauten wissen sich bedingungslos angenommen. In diesem Blick können sie verweilen und Läuterung erfahren. Ihre Identifikationen werden relativiert. Alle Verstrickung, alle Vergangenheit – wenn man so will: alles Karma – wird in diesem zeitlos gegenwärtigen Blick entflochten, aufgelöst. So können Versöhnung und Heilung geschehen.

Selbst-Losigkeit

Christus lebt in diesem Blick Hingabe an den anderen und vollkommenes Tun im Nicht-Tun. Das heißt, er handelt ohne Absicht und Eigenwillen. Das ist selbst-vergessenes Da-Sein. Er ist vollkommen disidentifiziert und frei von Projektionen. Im Grunde schaut dieser ›überpersönliche‹ Christus gar nicht auf das kleine, individuelle Selbst (das Ego), sondern auf das große Ich, das essentielle Selbst.

Darin ist er ganz der Meister, der seine Jünger das eigene Gottesbewusstsein – die Anbindung an die Quelle – auch *in sich selbst* erkennen lassen möchte. Diese Anbindung übersteigt die kleine, begrenzte Person, die der Mensch (und auch der Mann aus Nazareth) äußerlich ist. »Denn in Gott leben wir, bewegen wir uns und sind wir, [...] Wir sind von seiner Art« (Apg 17,28).

Kommunion

Ein weiter Raum gegenseitiger Schau wird eröffnet. Kein Gedankenlärm stört diese Weite. Das Gegenüber antwortet auf diesen stillen Blick mit Stille und erfährt sich selbst in seiner Gegenwärtigkeit: *Ich bin*.

In der Kontemplation gibt es keine Dualität, und doch geht nichts von der Einzigartigkeit der Angeschaut-Schauenden verloren. So kommt es zu einer echten Kommunion der Blicke: Wer ist Schauender, wer ist Angeschauter? Wer segnet, wer empfängt Segen?

Vor diesem Bild kann jeder Betrachtende sich selbst in seiner Essenz erkennen: als Selbst. Er wird sozusagen für sich selbst transparent. Er schaut über sich, über die individuelle, begrenzte Person, hinaus und spürt in der Tiefe die eigene Verbundenheit mit der Quelle: dem höheren, transpersonalen Selbst: »Das Reich Gottes ist schon mitten unter euch und in euch« (Lk 17,21).

Diese essentielle Anbindung ist nötig, um wahrhaft *ursächlich sein* und *wirken* zu können: Doch dafür muss man sich in der vollkommenen Gegenwart Gottes selbst ganz gegenwärtig befinden und aus der Kraft des göttlichen Jetzt wirken: »Ich bin der Weinstock, ihr seid die Reben. Wer in mir bleibt und in wem ich bleibe, der bringt reiche Frucht; denn getrennt von mir könnt ihr nichts vollbringen« (Joh 15,5).

Berührung

Christus heilt, indem er vollkommen bewusst und präsent ist und allem, was ihm entgegentritt, so viel Raum gibt, dass es ohne Angst sein kann. Christus kennt keine Feinde. Sein Blick urteilt nicht, er trennt nicht, sondern er verbindet: »Denn wenn das Herz uns auch verurteilt – Gott ist größer als unser Herz und er weiß alles« (1 Joh 3,20).

Gleichwohl ist sein Blick nicht einfach indifferent. Er ist im wahrsten Sinne tief berührend. Der berührende Blick schenkt so viel stillen Frieden, dass sich darin jeder selbst in seiner ursprünglichen Heiligkeit und Güte erkennen kann und dadurch verwandelt und inspiriert wird:

zum rechten Denken, zum rechten Empfinden, zum rechten Tun.

Die vollkommene äußere Harmonie, die Memlings Bild ausstrahlt, entspricht der inneren Harmonie, die Christus ist. Er heilt nicht durch eine bestimmte ›Technik‹ oder ›Methode‹. Er heilt durch seine Präsenz. Er ist göttliche Heilung, indem er *ist*. Das göttliche Leben verströmt sich in ihm und aus ihm.

Er ist, indem er schaut. Indem er schaut, *ist* er Gottes Gnade und Gottes Segen. Und indem er mich anschaut und ich ihn, ist er Gnade und Segen auch in mir. Der segnende Christus offenbart eine Spiritualität, die aus tiefer Anbindung, ja Einheit mit dem Sein, mit dem Leben, mit Gott, fließt. Dies ist das Geheimnis seiner unermesslichen Liebe.

Meister Eckehart hat diese tiefinnerliche Verbundenheit, die in jedem Menschen ist und ihn zu einem Gotteskind macht, in einer seiner Predigten auf den mystischen Punkt gebracht: »Gottes Sein ist mein Leben. Ist denn mein Leben Gottes Sein, so muss Gottes Sein mein sein und Gottes Wesenheit meine Wesenheit, nicht weniger und nicht mehr.«

Und: »Der Vater gebiert seinen Sohn ohne Unterlass, und ich sage mehr noch: Er gebiert mich als seinen Sohn und als denselben Sohn. Ich sage noch mehr: Er gebiert mich nicht allein als seinen Sohn; er gebiert mich als sich und sich als mich und mich als sein Sein und als seine Natur. Im innersten Quell, da quelle ich aus

im Heiligen Geiste; da ist *ein* Leben und *ein* Sein und *ein* Werk.«⁵

Memlings Bild öffnet einen weiten Raum, in dem Grundlegendes zur therapeutischen Begegnung erfahrbar wird. Der Heilende ruht genauso wie der Heilsuchende in dem offenen Blick, den Memlings segnender Christus schenkt. Er findet wie der Heilsuchende im stillen und gegenwärtigen Blick den Zugang zur Quelle der Heilung. Im Licht eines solchen mitfühlenden, bedingungslosen Blicks ist lebendige Begegnung möglich.

⁵ Meister Eckehart, Deutsche Predigten und Traktate, hg. u. üb. v. Josef Quint, Zürich 1979, 7. Predigt, S. 184, Z. 22-25; S. 185, Z. 19-25.