

Allinclusive – Die Bedeutung der Inklusivität Gottes für die Psychotherapie.

Dr. Guido Peltzer

„Allet hätt enne Överjang. – Nu is die Week och all widder öm.“
(Hans Dieter Hüschen)

„Es ist nicht eins, es ist nicht zwei, es ist eins und zwei. - Die Dinge, wie es ist.“
(Shunryu Suzuki)

Die Idee für diesen Vortrag entstand nach der Rede von **Habermas** zur Verleihung des Friedenspreises. Der Verfechter der Aufklärung und des herrschaftsfreien Diskurses fragt hier nach der Funktion der Religion und was sie in der Zeit des Globalen Kapitalismus – Genetikk Diskussion - und des globalen Terrorismus – 11. September – jenseits von Herrschaft und Dogmatismus leisten kann. Sicher muss man hier über die Religion als Institution hinausgehen, um zu sehen, dass alle spirituellen Traditionen der Religionen einen gemeinsamen Kern haben, über den wir uns hier sicher schnell einigen können. Für den Moment möchte ich dies „**Nondualität**“ nennen. Nondualität, Unterschiedslosigkeit, als die „Folie“ auf der unsere duale Alltagswelt der Unterschiede erscheint, wie der Film auf der Leinwand.

Es soll versucht werden zu zeigen, wie Gregory **Bateson**, der als Naturwissenschaftler so viele wichtige Hinweise zu Fragen des Geistes gegeben hat, in diese Begrifflichkeit einführt. Danach soll am Beispiel des **Kashmiri Shaivism**, einer alten indischen Lehre, angedeutet werden, wie dort das Verhältnis von Absolutem und Relativem dargestellt wird, um dann mögliche Konsequenzen für eine **transpersonale Psychotherapie** aufzuzeigen.

Zunächst also die Überlegungen von Gregory **Bateson**, die seine Tochter Mary Catherine Bateson in dem Buch: „Wo Engel zögern“, veröffentlicht hat.

Bei der Frage nach einer allgemeinen **Epistemologie**, der Erforschung wie Erkennen geschieht, weist er auf die Bedeutung der Metapher hin. Die **Metapher** hält sich nicht an die klassischen Regeln der Logik und der logischen Typen. Sie sagt z.B.: „Gras stirbt, Menschen sterben, Menschen sind Gras.“ Einerseits sind wir geneigt, das als Unsinn abzutun. Andererseits finden wir diese „Graslogik“ u.a. in der Poesie, in der Schizophrenie, in der Religion, im Witz und in unseren Träumen wieder. Unsere mathematisch naturwissenschaftliche Schulung wehrt sich dagegen. Schauen wir aber genauer auf unseren Alltag, so zeigt sich, dass wir allenthalben dieser Graslogik folgen und es unmöglich ist, sie auszuklammern. Bateson betont die zentrale Bedeutung der Metapher, indem er zeigt, dass die gesamte biologische Evolution in ihrer Rückbezüglichkeit dieser seltsamen Zirkelschlüssigkeit der Metapher folgt.

Außerdem legt er dar, dass Descartes unrecht hatte, als er die Dinge und die Seele voneinander trennte. Beide sind die verschiedenen Seiten einer Medaille. Und Bateson geht noch einen Schritt weiter und zeigt, dass auch **das Heilige** als Bestandteil der geistigen Welt ebenso nur ein besonderer Blickwinkel ist auf das, was ist. Er schreibt: „Dieser Stoff ist sicherlich nicht materiell, und es gibt keinen besonderen Grund, ihn übernatürlich zu nennen. In Ermangelung eines besseren Wortes möchte ich ihn als „geistig“ bezeichnen.“ Insofern bezeichnet Bateson die gesamte biologische Welt als einen **geistigen Prozess**, ohne auf metaphysische Begriffe zurückzugreifen. Mary Catherine kommentiert diese neue Herausforderung: „auf welche Weise in einer nichtdualistischen Weltanschauung ein neuer Begriff des Heiligen aufkommt.“ Sie führt hier den Begriff der Nondualität ein.

Das Entscheidende ist, dass Evolution auf der Basis von **Informationsverarbeitung** verbunden mit **Rückkoppelungsmechanismen** funktioniert. Dies ist nur möglich, wenn es **Unterschiede** gibt, die Dualität beinhalten. So entsteht aus der Eins die zwei und die Drei. Wir haben hier das **Trio** von Erkennendem, Erkanntem und Erkennen. Dies ermöglicht Information, Informationsverarbeitung und Informationsübertragung.

Es entsteht die Notwendigkeit der Unterscheidung der **logischen Typen**, also z.B. die Unterscheidung von Landkarte und Landschaft. Dies beinhaltet einen großen Fortschritt, da es die Voraussetzung von Probehandeln ist, also der Fähigkeit Handlungen im Geiste zu vollziehen. Es verlangt aber auch die Disziplin, dies vom tatsächlichen Handeln zu unterscheiden. Die Seele hat oft die Neigung, Vorgestelltes für Reales zu halten und umgekehrt. Dies zeigt, wie wichtig die Unterscheidung der verschiedenen Ebenen, der logischen Typen, ist. Die Landkarte wird eben oft mit der Landschaft verwechselt.

Man beachte, dass wir hier von der Nondualität, also der Abwesenheit von Unterschieden ausgegangen sind. Diese zeigt sich in der Dualität, die durch die Einführung von Unterschieden entstand. Bei dem Versuch den Unterschied selbst zu greifen, merken wir, dass es nur einen Unterschied gibt, denn sonst geraten wir in einen unendlichen Regress von Unterschieden. Der Unterschied selbst zeigt sich als Lücke, als Leerstelle.

Peter **Gottwald** hat in seinem Vortrag auf dem letzten Symposium darauf hingewiesen, dass sich der Sinn jeder Handlung im Symbol, also der Metapher zeigt, und dass das Symbol sich in der **Beziehung** erschließt, dabei aber ein Rest bleibt. Die Lücke, der Unterschied ermöglicht Beziehung und in der Beziehung erschließt sich Sinn in der Metapher. Damit sich dies entwickeln und bewegen kann, muss ein Rest bleiben, der wiederum Quelle von Beziehung ist.

Diese Lücke ermöglicht **Rückbezüglichkeit**, die als Prinzip nicht nur in allen biologischen Prozessen enthalten ist, sondern möglicherweise das Prinzip ist, aus dem unsere ganze Welt, der Kosmos entstanden ist. Smolin, ein theoretischer Physiker, hält die Suche nach der physikalischen Weltformel für unsinnig, da es das Prinzip der Rückbezüglichkeit ist, das Welt entstehen lässt. Ohne dies würde sich nichts zeigen, würde Welt und Leben nicht sein.

Hier wird vielleicht deutlich, dass die Frage, die die Natur uns mit der Tatsache des **Todes** stellt, sich darin zeigt, dass der Rest, die Offenheit, eben der Tod gerade eine notwendige Voraussetzung von Leben ist.

Diese Auffassung trifft sich auf überraschende Weise mit Prinzipien des **Kashmiri-Shaivism**, einer Lehre, die in Kaschmir um 1000 herum formuliert wurde, deren bekanntester Autor Abinavagupta ist. Zentraler Begriff ist hier Anuttara.

Anuttara, oft mit "das Absolute" übersetzt, ist das, das ohne Vergleich ist und das den Vergleich beinhaltet. Es ist insofern Rückbezüglichkeit selbst, auf die es keinen Regress gibt, die sich im Moment des Daseins zeigt.

Damit ist Anuttara Ewigkeit, also zeitlos, ohne Anfang und Ende, also **Nondualität**. Diese beinhaltet das gesamte oben beschriebene Trio, in dem es sich als Dualität in der Unterscheidung zeigt. Es ist Bewusstsein, das sich selbst bewusst ist, also rückbezüglich ist und das sich durch diese Rückbezüglichkeit zeigt, also in Erscheinung tritt. In dieser Rückbezüglichkeit ist das Dasein im doppelten Sinne aufgehoben, es verschwindet dort in seiner Zerstörung, in der Aufhebung des Unterschieds und ist in der Nondualität als Ganzes enthalten. Das Verschwinden ist der Shivaaspekt von Anuttara. Das Enthaltensein ist der Shaktiaspekt, durch den es wieder in Erscheinung tritt.

Entscheidend ist die Tatsache des Grenzbereichs, des Unterschieds, in dem es sich wie in einem Punkt, im Zentrum des Herzens, hridaya, kristallisiert. Dieses Wechselspiel von Erscheinen und Verschwinden ist die Bewegung des Lebens, der Welt, das als **Spanda**, Schwingung, bezeichnet wird. Es zeigt sich eine Auffassung von Welt, in der das Absolute sich über den Unterschied in der Schwingung von Werden und Vergehen zeigt. Dieser Unterschied wird als Leere aufgefasst, die Erscheinen ermöglicht und die das Absolute selber ist.

Nondualität als Anuttara zeigt sich als eine **Ganzheit**, die einen Rest beinhaltet, der die Voraussetzung von Erscheinung ist. Die Leerstelle, der Tod, ist also eine Notwendigkeit von Dasein. *„Das Vollständige zeigt sich unvollständig, so hält es sich vollständig.“*

In diesen Vorstellungen sind Shiva und Shakti Brahman und Brahman ist Shiva und Shakti. Man könnte annehmen, dass der Unterschied, die Leere selbst Brahman ist. Damit ist **Gott** Teil des Ganzen und das Ganze. Gott ist nicht der von außen in die Welt eingreifende Herrscher, der über allem steht, sondern er ist Bestandteil und Ganzes zugleich.

Es ist nicht der Gott gemeint, der als gütiger Vater in den Momenten der Not uns armen Sündern hilft. Dies ist die Vorstellung mit der die Religionen und nicht nur sie ihre Herrschaft zementiert haben. Gott ist eben nicht exklusiv, nur für die braven. Gott ist auch nicht der Retter von außen, er ist nicht der, der die Geschicke lenkt. Er ist **inklusiv**, er gehört dazu, er ist nicht in uns und wir in ihm, sondern wir sind er und er ist wir, nicht nur wir sind immer Mitspieler, auch er ist Mitspieler. Er ist der Unterschied selbst in der Ganzheit.

Ganzheit in diesem Sinne bezieht nicht nur Gott, sondern auch den **Teufel** mit ein. Nicht nur Gott ist Mitspieler, sondern auch der Teufel. Krishnamurti sagt, wenn du etwas Gutes tust, tust du gleichzeitig etwas Böses, es ist nicht möglich nur Gutes zu tun, da die Welt grundsätzlich dual ist. Eine sehr provozierende Haltung. Wenn wir aber genauer hinschauen, ereignet es sich genau so: „Der König ist tot, es lebe der König.“

Da es im Nondualen keine Unterscheidung gibt, gibt es kein gut und böse, dies erscheint auf der dualen Ebene als solches, aber beides trägt zur Ganzheit bei. **Schuld** und die damit zusammenhängenden Probleme bekommen somit einen völlig anderen Stellenwert. Die darin liegende Aufforderung ist, zu handeln, zu gehen und zu akzeptieren, dass wir manchmal Gutes tun und manchmal Böses tun, und wir für beides die Verantwortung übernehmen müssen.

Willigis Jäger sagt: „*Wir sind göttliche Wesen, die eine menschliche Erfahrung machen.*“ Es ist entscheidend die Welt vom Bewusstsein her zu verstehen. Solange wir menschliche Wesen sind, die eine göttliche Erfahrung machen, bleibt Gott außerhalb, ein Wesen, das uns rettet und an dem wir schuldig werden können. Im ursprünglichen Verständnis bleibt kein Raum für Schuld und kein Grund für Rechtfertigung.

Handeln geschieht dann aus dieser Quelle des Bewusstseins heraus und ist insofern Handeln im Nicht-Handeln. Es ist eine Haltung, die nur im Einklang mit mir selbst entstehen kann, also in der **Präsenz** der Selbstidentität. Selbstidentität zeigt sich dadurch, dass sie keiner Rechtfertigung bedarf. Ich kann mein Handeln aber auch nicht mit dem Hinweis auf Selbstidentität rechtfertigen. Der Satz: „Weil ich intuitiv handle, habe ich recht.“ Ist ein sicheres Indiz dafür, dass diese Handlung nicht aus der Selbstidentität heraus kommt.

Die „**Brothers**“ formulieren dies einfach und praktisch:

Live simple from moment to moment, blind the eye of attachment, be individual instead of individualistic. Lebe einfach von Moment zu Moment, löse deine Abhängigkeiten und sei du selbst.

Dies scheinen mir wichtige Merkmale auch der **therapeutischen Arbeit** zu sein.

Halte es **einfach**, sei nicht kompliziert und reduziere deine Ansprüche. Sei in der Gegenwart, sei anwesend im Moment, sei präsent. Die Aufmerksamkeit der Beobachtung im **Moment** zu schulen scheint mir die wichtigste Voraussetzung für eine gute therapeutische Arbeit zu sein.

Dazu kommt die Loslösung von Zielen und Abhängigkeiten, die Entwicklung einer Freiheit im Moment. Es ist nicht die Wahlfreiheit gemeint, die die freie Auswahl ermöglicht. Dabei geraten wir in die Falle der Tragik, die uns vorgaukelt, dass wir alle anderen Möglichkeiten ausgeschlagen haben, wenn wir uns entscheiden. Es ist wichtig, sich klar zu machen, dass wir im Moment des Handelns keine Wahl haben, sondern handeln. Es ist also die Freiheit gemeint, die nicht mehr wählen braucht, sondern sich im Moment des Handelns als **Wahlfreiheit** vollzieht.

In der Aufforderung die Rolle, die Maske der Person abzulegen und zum eigenen Kern vorzudringen liegt die Möglichkeit die Intuition zu entwickeln und jenseits aller psychologischer Theorien aus dieser **Intuition** heraus zu handeln. Hier ist aber nicht ein mit Intuition begründetes unbestimmtes Gefühl gemeint, das dem anderen Handlungsvorschriften macht, sondern eine aus der direkten Erfahrung heraus entstehende Präsenz gefordert, die neue Blickwinkel anregt und anbietet und dem anderen die Freiheit lässt, damit aus der eigenen Präsenz heraus umzugehen. Also müssen beide die Möglichkeit zu Präsenz üben und sich in der Präsenz der Gegenwart des Moments einfinden, die jenseits von Zeit ist.

Wie gestaltet sich hier die therapeutische **Beziehung**? In der Psychotherapie unterscheiden wir zwischen Ich und Nicht-Ich. Diese Unterscheidung ist die Voraussetzung für Selbsterleben in der Abgrenzung zum Du, in der Abgrenzung zur Außenwelt. Es ist die Voraussetzung von Entwicklung, von Bewegung, von Zugriff auf das Andere, von Wollen. Es beinhaltet den Unterschied.

Insofern ist das Nicht-Ich **intrapersonal** das, was ich als nicht zu mir gehörig erlebe, was ich gerade nicht bin, aber vielleicht werden möchte. Wünsche sind Nicht-Ich, Sorgen sind Nicht-Ich. Es ist das Abgewehrte, das ich nicht haben will, es ist das, was ich gerne wäre, aber nicht bin, es ist die Schuld, die Lücke, die bleibt, es ist der Tod, die Angst vor dem Tod. Es ist der Unterschied selbst.

Interpersonal ist das Nicht-Ich der oder die Andere, der Freund oder der Feind, der oder die, mit dem, mit der ich mich vergleiche. Es ist auch die Handlungsmöglichkeit, die ich gerade nicht gewählt habe, von der ich aber glaube, dass ich sie hätte wählen können, im Unterschied zur oben beschriebenen Wahlfreiheit.

Die Einbeziehung der Nondualität in eine radikale Ganzheitlichkeit, in der das Andere immer schon einbezogen ist, in der das Nicht-Ich und das Ich in Einklang gebracht werden, ja in eins fallen, lässt diese Fragen in einem völlig anderen Licht erscheinen. Dies bezieht sich auf den intrapersonalen, wie auf den interpersonalen Aspekt.

Es ist die Stelle wo das Trio aus Beobachter, Beobachtetem und Beobachtung in eins fallen und in der Einheit der Nondualität, in dieser radikalen Ganzheitlichkeit, aufgehoben ist.

Natürlich geht es in der therapeutischen Beziehung um die **Dualisierung** und **Positivierung** von Erleben, indem der Therapeut seinen psychischen Apparat der Verarbeitung zur Verfügung stellt, wie **Benedetti** zeigt. Dies wird aber durch die obigen Vorstellungen von Aufmerksamkeit in der selbstidentischen Präsenz konkretisiert und erleichtert und ggf. überstiegen.

Die Patienten kommen zum Therapeuten, damit dieser die Symptome wegmacht. Es ist traditioneller Weise durchaus üblich, die Symptome zum Sprechen zu bringen, um die dahinterliegenden Informationen zu verstehen. Möglicherweise geht es aber viel direkter darum, das, was ich als nicht zu mir gehörig erlebe, zu konfrontieren und mich in dieser direkten Wahrnehmung wiederzufinden.

Aus der Gestalttherapie kennen wir den Prozess der Externalisierung des „**inneren Kindes**“, das wir von unserem Erwachsenen-Ich unterscheiden lernen. Wenn wir dieses Kind bei der Hand nehmen und trösten, gelingt es uns, es als ein gewandeltes Ich wieder zu integrieren. Vielleicht vollzieht sich der Prozess der Entwicklung hin zur transpersonalen Psychotherapie ganz ähnlich. Indem wir unser Nicht-Ich in der wertfreien Beobachtung externalisieren, gelingt es uns, es als Bestandteil unseres Selbst wieder zu integrieren. Wenn sich dies nicht nur intrapsychisch, sondern auch interpersonal vollzieht, gelangen wir zu einer völlig neuen Sichtweise.

Dieser Vorgang bewirkt eine Befreiung von Verhaftungen, er ermöglicht das Durchtrennen der Fäden der Vergangenheit, die Beendigung der Nachwirkungen der Erinnerung. Es erfordert die Bereitschaft, **nicht zuzugreifen**, sondern es im Beobachten geschehen zu lassen.

Krishnamurti sagt: *„Wenn man zu verstehen beginnt, was man ist, ohne zu versuchen, es zu ändern, dann wird das, was man ist, einer Veränderung unterworfen.“*

Anuttara zeigt sich im Moment des Entstehens der Schwingung der Existenz. In dem Moment, wo wir versuchen zuzugreifen, ist es schon Karma und beinhaltet Verstrickung. In der Therapie ist es also wichtig, die Dinge entstehen zu lassen und in der Einmaligkeit der Beziehung zu belassen, ohne mit einer theoretischen Rechtfertigung deutend darauf zuzugreifen.

Auch für den Patienten geht es darum, nicht zuzugreifen. Aber die Seele in unserem Alltagsverständnis braucht den Eindruck dieses Zugriffs. Darin zeigt sich die Widersprüchlichkeit dieser Prozesse. Es legt die Notwendigkeit von **Ritualen** nahe, in denen wir die Wichtigkeit der Metapher wiederfinden. Wir kennen dies zur Bestätigung und Ermöglichung von Übergängen aus religiösen Traditionen.

In der Psychotherapie haben wir es meist mit Schwellensituationen zu tun, in denen es um Wandlung geht, um so mehr, wenn es um Selbstentwicklung, um Selbstverwirklichung geht. Und obwohl dieser Prozess ein Geschehenlassen ist, braucht unsere Seele eine Bestätigung des inneren Wandlungsprozesses, will unser Gefühl nicht alleingelassen werden und möchte es „handhabbar“ haben. Wir sollten dem nachkommen, indem wir entsprechende Rituale erarbeiten und nahe legen, immer in dem Bewusstsein, dass eine Offenheit bleibt, in der es sich zeigen kann.

Was wirksam ist, wissen wir nicht. Aber wir können Beziehung gestalten in einer Offenheit, die Wege und Auswege zulässt und der Kreativität Raum gibt

Insofern scheint die Herausforderung zu sein, **das Ganze** in den Blick zu bekommen und den Rest, die Leere, Gott und den Tod mit einzubeziehen. Es geht nicht um „entweder, oder“, das Apodiktische „So ist es“, sondern um: „Sowohl, als auch“, um „Vielleicht kann man es so sehen.“

In der Beziehung zum Patienten sehen wir immer uns selbst, eine Binsenweisheit. Dies zu einer Lebendigkeit in der Beziehung werden zu lassen und das Absolute als ein Relatives in Erscheinung treten zu lassen, ohne uns den Zugriff darauf zu verschaffen, ist vielleicht die Kunst der Psychotherapie.

Im **Sandokai**, einem alten Zen Text von **Sekito** heißt es:
*„Im Licht da ist Dunkelheit, doch betrachte sie nicht als Dunkelheit.
 Im Dunkel da ist Licht, doch sieh es nicht als Licht.
 Licht und Dunkel sind einander entgegengesetzt
 wie beim Gehen der vordere und der hintere Fuß.“...*

Sunryu **Suzuki** sagt dazu: *„Wenn ihr tatsächlich geht, gibt es keinen hinteren und keinen vorderen Fuß. Hört ihr jedoch zu gehen auf und denkt über diese Aktivität nach, so ist der rechte Fuß manchmal der vordere Fuß und der linke manchmal der hintere. Doch geht ihr und eure Füße sind in Bewegung, wenn ihr den Weg beschreitet, so gibt es keine Helligkeit noch Dunkelheit und auch keinen vorderen und hinteren Fuß.“* (1998, S.100) *„Manchmal werdet ihr das Gefühl haben, etwas Gutes zu tun, und manchmal werdet ihr das Gefühl haben, etwas Schlechtes zu tun. Das müßt ihr akzeptieren, während ihr auf diese Weise unablässig voranschreitet. Wenn ihr euch gezwungen fühlt, es zu akzeptieren und in jedem Augenblick zu leben, dann lebt ihr tatsächlich in jedem Augenblick.“* (1998, S.108f)

Eine hervorragende Übung beim **Gehen**, beim bewussten Gehen sich klar zu machen, dass wir nichts anderes tun können als einen Fuß vor den anderen zu setzen, zu gehen und zu sehen, dass diese zwei Füße zu einem Menschen gehören und dass ich mich mit diesen zwei Füßen fortbewege, welch ein Wunder.

Vielleicht ist es das, was wir Habermas, dem religiös unmusikalischen, wie er sich selbst bezeichnet, zurufen können: Das Leben lebt sich, indem wir in Klarheit und Präsenz unserer Intuition folgend einen Schritt nach dem anderen tun.

Oder wie David **Loy** sein Buch Nondualität beschließt: *„Vielleicht hängt die Zukunft unserer Biosphäre in gewissem Maße von dem stillen, unbemerkten Einfluß derjenigen ab, die daran arbeiten, ihre eigene Empfindung einer Dualität von Subjekt und Objekt zu überwinden.“*(S. 437)

Veröffentlicht in:

Belschner W., Hofmann L., Walach H. (Hrsg.): Transpersonale Studien 8,
 BIS Uni Oldenburg 2003, ISBN 3-8142-0889-7

Praxisadresse:

Dr. Guido Peltzer
 Christiane Peltzer
 Ärzte für Psychiatrie, Psychotherapie und
 Psychotherapeutische Medizin

Fahrenholzer Str. 16
 21423 Drage
 Tel.:049(0)41797505177
 Fax:049(0)41797505186

Homepage: www.peltzerundpeltzer.de
 Email: cg.peltzer@web.de

www.parasamvit.de

Literaturliste (diese ist als Leseanregung gedacht)

Bateson Gregory, Bateson Mary Catherine; Wo Engel zögern; Suhrkamp Verlag Frankfurt 1993

Benedetti Gaetano; Psychotherapie als existentielle Herausforderung; Vandenhoeck und Ruprecht Göttingen 1992

Gottwald Peter; Zum Verhältnis von Psychologie und Transpersonaler Orientierung; in: Belschner, Galuska, Walach, Zundel (hrsg.); Perspektiven transpersonaler Forschung, Transpersonale Studien 3, BIS Uni Oldenburg 2001

Jäger Willigis; Die Welle ist das Meer; Herder Verlag Freiburg 2000

Krishnamurti Jiddhu; Über Leben und Sterben; Fischer TB Frankfurt 1998

Loy, David; Nondualität; Krüger Frankfurt 1988

Muller-Ortega Paul Eduardo; The triadic heart of shiva; State University of New York 1989, Delhi 1997

Smolin Lee; Warum gibt es die Welt?; CH Beck München 1999

Suzuki Shunryu; Leidender Buddha–Glücklicher Buddha; Theseus Verlag Berlin 1998

Suzuki Shunryu; Zen-Geist, Anfänger-Geist; Theseus Verlag Berlin 1975

Swami Omananda; The boy and the brothers; Neville Spearman London 1968