

Als ich an der Stanford-Universität lehrte, gehörte ich zu einer kleinen Gruppe schulmedizinisch orientierter Ärzte und Psychologen, die zu einem eintägigen Seminar mit Dr. Carl Rogers, einem Pionier auf dem Gebiet der humanistischen Psychologie, eingeladen war. Ich war noch sehr jung und stolz darauf, eine gefragte Expertin zu sein. Die von Rogers entwickelte therapeutische Methode der »Uneingeschränkten Akzeptanz und Wertschätzung« schien mir zwar eine bedauerliche Senkung des Niveaus zu sein, aber seinen Therapieerfolgen haftete – so hieß es – geradezu etwas Magisches an. Ich war daher sehr neugierig und ging hin.

Rogers war ein ausgesprochen intuitiver Mensch. Als er uns seine Arbeit mit den Patienten erläuterte, machte er oft Pausen, um nach geeigneten Worten für das zu suchen, was er in seiner täglichen Arbeit instinktiv und fast unwillkürlich tat. Diese Art zu reden unterschied sich erheblich von dem wohl artikulierten und autoritären Vortragsstil, den wir gewohnt waren. Ich bezweifelte, daß ein so offensichtlich zögerlicher Mensch überhaupt über fachliches Können verfügen konnte. Wenn ich ihn recht verstand, hieß »Uneingeschränkte Akzeptanz und Wertschätzung« nichts anderes, als schweigend dazusitzen und ohne jede Wertung oder Deutung alles zu akzeptieren, was der Patient sagte. Ich konnte mir nicht vorstellen, wozu das gut sein sollte.

Schließlich bot Dr. Rogers an, uns seine Methode vorzuführen. Einer der Ärzte meldete sich freiwillig als »Patient«, und Rogers stellte zwei Stühle auf und setzte sich dem »Patienten« gegenüber. Bevor er sich ihm zuwandte, um mit seiner Demonstration zu beginnen, warf er einen nachdenklichen Blick auf sein kleines, aus lauter Experten bestehendes Publikum, zu dem auch ich gehörte. Einen Augenblick lang herrschte Stille. Unruhig rutschte ich auf meinem Stuhl hin und her. Dann begann Rogers zu sprechen: »Vor jeder Sitzung nehme ich mir einen Augenblick Zeit, um mir mein eigenes Menschsein zu vergegenwärtigen«, erklärte er uns. »Dieser Mann hier hat wohl keine Erfahrung gemacht, die ich nicht mit ihm teilen könnte, keine Angst empfunden, die ich nicht verstehen könnte, nichts erlitten, was ich nicht nachempfinden könnte, denn ich bin ein Mensch wie er. Gleichgültig, wie tief seine Verletzungen sind, er braucht sich vor mir nicht zu schämen, denn auch ich bin verletzlich. Und weil das so ist, bin ich auch fähig, ihm zu helfen.

216

217

Welche Geschichte auch immer er mit sich herumträgt, er braucht nicht länger damit allein zu sein. Das ist der Beginn seines Heilungsprozesses.«

Die nun folgende Sitzung war beeindruckend. Rogers leitete sie, ohne ein einziges Wort zu sagen. Er teilte sich seinem »Patienten« nur durch die besondere Art seiner Aufmerksamkeit mit und vermittelte ihm, daß er ihn so akzeptierte, wie er war. Der »Patient« begann zu erzählen, und schon bald ging die Sitzung über die reine Demonstration einer Technik weit hinaus. In dem sicheren Bewußtsein von Rogers' totaler Akzeptanz legte unser Kollege nach und nach seine schützenden Masken ab, bis sein Gesicht schließlich große Offenheit und Verletzlichkeit ausstrahlte, die ihm eine lebendige Schönheit verliehen. Ich bezweifle, ob er sich selbst schon einmal so

gesehen hatte. Jetzt konnten auch viele von uns ihre Alltagsmaske fallen lassen, einige hatten sogar Tränen in den Augen. Ich erinnere mich noch an mein Bedauern darüber, mich nicht selbst als Freiwillige gemeldet zu haben, und ich beneidete diesen Arzt um die Erfahrung, von einem anderen Menschen ganz und gar angenommen zu werden. Von einigen wenigen Augenblicken mit meinem Patenonkel abgesehen, hatte ich diese Erfahrung nie gemacht.

**Das Buch hat den Titel „aus Liebe zum Leben“, Geschichten, die der Seele gut tun. 380 Seiten. Lauter 2- bis 5-seitige Geschichten, die man überhaupt nicht der Reihe nach lesen muss. Ein wunderbares Buch, voll von wunderbaren Geschichten.**



***Rachel Naomi Remen hatte normal ehrgeizige New-Yorker-Eltern und einen Grossvater, der vor der Revolution jüdischer Rabbi in Russland gewesen war. Dadurch bekam sie zwei Welten, zwei Seelen mit auf Ihren Lebensweg. Ich habe noch ein paar Geschichten von Ihr aus dem Buch heraus gescannt. Ich kann sie dir emailieren à [mahler.rueti@bluewin.ch](mailto:mahler.rueti@bluewin.ch)***

***Johannes***