

Sinnsuche im Unbegreifbaren

Kann ein traumatisches Ereignis auch Chancen eröffnen?

Rita Eckart

Plenumsreferat gehalten am 07.Januar 2011

Rita Eckart kommt aus München, arbeitet dort in einer eigenen Praxis und in der Kunstwerkstatt für Flüchtlingskinder von Refugio¹, ist Mitarbeiterin von stART international emergency aid for children² und Kunsttherapeutin im Strafvollzug.

Ich freue mich, dass Sie so zahlreich anwesend sind, um einen Beitrag zu einem Thema zu hören, das mir sehr am Herzen liegt. Vielleicht verzeihen Sie mir, wenn ich mit etwas Persönlichem beginne. Das ist mein Zugang zu diesem Thema und wird sich im Lauf meines Beitrages erhellen.

Wunsch, Wesentliches von Unwesentlichem zu trennen

Mit 24 Jahren habe ich selbst ein traumatisches Erlebnis gehabt. An die Einzelheiten erinnere ich mich nicht mehr ausführlich. In Erinnerung geblieben ist mir besonders die Zeit unmittelbar danach. Ich fühlte mich an einem absoluten Nullpunkt in meinem Leben. Unmittelbar danach hatte ich als wichtigstes Bedürfnis, das Wesentliche vom Unwesentlichen in meinem Leben zu trennen. Es war eine kleine persönliche Botschaft dabei. Bis dahin entstandene Feindschaften habe ich plötzlich überhaupt nicht mehr gespürt. Das alles hört sich unspektakulär an, aber wenn man dies nach einem traumatischen Erlebnis spürt, kann man das als etwas sehr Existenzielles erleben. Das Ergebnis meiner inneren Erlebnisse war, dass ich mit einer völlig neuen Gewichtung auf das Leben zuging. Es erstaunte mich, erleben zu müssen, dass die Welt das überhaupt nicht verstand, dass die Welt mich genauso zurückhaben wollte, wie ich vorher gewesen war, möglichst schnell und möglichst umfassend. Je schneller ich das bewerkstelligen würde, desto schneller hätte ich mein Trauma verarbeitet.

Das Leben spielte so, dass ich viele Jahre später Therapeutin wurde. Wir kennen es aus unserer Berufspraxis, dass unser Thema erneut auf uns zukommt. Tatsächlich hatte ich immer wieder mit Trauma-Opfern zu tun. Wenn es um ein einmaliges Ereignis ging, habe ich, aus meinem eigenen Erleben heraus, diese Menschen gefragt: "Wie war das für Sie unmittelbar danach? Was haben Sie da empfunden?" Dabei habe ich festgestellt, dass die meisten Menschen ähnliche Erfahrungen wie ich gemacht haben. Fast alle berichteten von einem Nullpunkt, durch den sie hindurchgingen. Fast alle berichten von diesem schmerzlichen Blick zurück, weil man so viel Kraft und Zeit für Unwesentliches in diesem Leben geopfert hat. Fast alle berichten auch von diesem Unverständnis der Welt. Das hat

¹ Refugio München ist ein Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer. mit Sitz in 81669 München
Rosenheimer Straße 38

² stART international emergency aid for children e.V.
Wacholderweg 2,
82194 Gröbenzell
info@start-international.org
www.start-international.org

mich dazu angeregt, mir Gedanken darüber zu machen, was eigentlich diese Welt ist, von der wir sprechen.

Gewordenheit

Wir haben diese Welt selber mitgestaltet. Bis zu diesem Erlebnis hatte ich 24 Jahre lang mit daran gearbeitet, dass diese Welt ein Stück weit so wurde. In dem kleinen Büchlein von Henning Köhler "Das biografische Urphänomen" habe ich einen sehr treffenden Begriff dafür gefunden: *Gewordenheit*. Ich entschuldige mich bei den Dolmetschern für dieses schwierige Wort, aber es drückt genau das aus, was ich in diesem Sinne unter *Welt* verstehe. Henning Köhler verwendet diesen Begriff aus der Sicht des sich inkarnierenden Menschen, der nach dem Gang durch die Planetensphäre mit seinen vorgeburtlichen Intentionen als reines Zukunftswesen in der Welt ankommt. Was findet er vor? Vergangenheit! Eben diese *Gewordenheit*. Wenn wir das weiterdenken, könnte man sich die Frage stellen:

- Wenn wir uns an dieser *Gewordenheit* stören, wenn eine Reibung da ist, kann es sein, dass wir nach einem traumatischen Erleben diesem Zukunftswesen, als das wir einmal in die Welt gekommen sind, näher sind?
- Kann es sein, dass manche traumatischen Erlebnisse tatsächlich an einen roten Faden erinnern?
- Kann es sein, dass Traumata, drastisch ausgedrückt, ein Frontalzusammenstoß mit dem Schicksal sein könnten?

Wir wissen es nicht. Die Traumata sind völlig unterschiedlich. Ein- und dasselbe Ereignis erlebt jeder Mensch anders. Das haben wir mehrfach in diesen Tagen gehört und auch in der Praxis erfahren. Ich denke, es gibt nur wenige Gemeinsamkeiten in den Erlebnissen. Eine dieser Gemeinsamkeiten möchte ich in den Fokus nehmen. Ich denke, wir kennen es alle, dass die Patienten zu uns kommen und uns eines Tages fragen:

- Warum?
- Warum gerade ich?
- Warum gerade das?
- Warum gerade jetzt?

Die Sinnsuchen

Ich finde diese Fragen nach dem „Warum“ unglaublich wichtig, denn sie deuten auf eine Sinnsuche hin. Diese Fragen zeigen uns, dass die Menschen meinen, wenn sie einen Sinn in ihrem Leiden erkennen könnten, wäre das Schicksal leichter zu tragen. Zugleich zeigt sie, dass ein Mensch, der Opfer geworden ist, aus seinem passiven Opferdasein heraustritt und anfänglich sein Leben wieder zu ordnen versucht. Das finde ich wesentlich! Nun ist die Sinnsuche natürlich sehr vielfältig. Ich denke, jeder Mensch kann auf dem Weg der Sinnsuche auch mit therapeutischer Begleitung nur so weit kommen, wie es der Stand seines Bewusstseins erlaubt. Aber darüber hinaus ist die Sinnsuche abhängig davon, welche Art von Trauma man erlebt hat. Es ist nicht egal, ob einen eine Naturkatastrophe ereilt hat oder ein Autounfall, bei dem man vielleicht ein Kind hat sterben sehen, oder ob man jahrelang sexuellem Missbrauch ausgesetzt war.

Nach dem Erdbeben in Haiti

Es war für mich sehr beeindruckend, die Erdbebenopfer in Haiti zu sehen. Es ist fast auf den Tag ein Jahr her, dass das starke Erdbeben Haiti erschütterte, mit einer Stärke von 7,2 auf der Richterskala. Danach herrschten apokalyptische Zustände, mit über 300.000 Toten. Das können wir uns nicht vorstellen. Teilweise waren über 90 Prozent der Gebäude zerstört. Ein ganzes Land kampierte, als ich drei Monate später dort war. Es war sehr berührend, wie diese Menschen auf das Trauma reagierten. Die Haitianer waren verzweifelt. Drei Monate nach dem Erdbeben waren noch nicht alle Toten geborgen. Die Häuser ergossen sich auf die Straßen, keine Wasserleitung war intakt. Die Menschen gingen zwischen diesen Ruinen aufrecht. Sie waren ohne Unterlass unterwegs nach dem Sinn dieser Katastrophe. Sie sind vom Voodoo beeinflusst, aber über 90 Prozent sind katholisch. Der einzige infrage kommende „Täter“, nämlich Gott, wurde nicht angeklagt. Der Himmel wurde nicht angeklagt. Das äußerte sich in ihrem ganzen Auftreten. Die Haitianer sind unglaublich aufrecht, bis ins hohe Alter schlank. Aus den Zelten, in denen sie leben, kommen sie jeden Sonntag frisch gekleidet und gehen in die Kirche. Eine Sinnsuche wird nicht leicht sein, auch nicht unmöglich. Wer dazu Anregungen haben möchte, findet zuhauf Angaben bei Rudolf Steiner. Die Menschen wurden alle von einem Unglück getroffen, auch wenn das Unglück sich auf ihr Leben völlig unterschiedlich ausgewirkt hat. Sie sind gemeinsam unterwegs, den Sinn dieses Unglücks herauszufinden.

Personale Traumatisierungen – die Seite der Opfer

Ich lasse viele weitere Traumatisierungen hier beiseite, um etwas anderes anzuschauen, etwas völlig Gegensätzliches: die personalen Traumatisierungen. Wir wissen, dass diese mit am schwierigsten zu heilen sind, falls es hierbei überhaupt um Heilung gehen kann. Personale Traumatisierungen, bei denen es einen Täter gibt. Ich denke, dass die meisten von uns in der Praxis viel mit Missbrauchsoffern zu tun haben. Ich bin keine Freundin der Glorifizierung der Ergebnisse unserer Arbeit und muss gestehen, dass ich an Missbrauchsoffern therapeutisch vielfach verzweifelt bin. Es ist so schwierig, jemandem aus diesem Gefangensein im Gefühl des Opferdaseins heraus zu helfen. Das sind unsere treuesten Patienten. Sie kommen jahrelang und sehr gerne. Ich bekomme zwischendurch immer wieder ein schlechtes Gewissen, ob ich angemessen helfen kann. Aus diesen gemischten Gefühlen heraus habe ich vor einiger Zeit beschlossen, dass es für mich wichtig wäre, die andere Seite anzuschauen.

Die Seite der Täter

Die andere Seite ist für mich die Seite der Täter. Vor drei Monaten hatte sich ergeben, dass ich anfangen konnte, in der Justizvollzugsanstalt von München, in Stadelheim, auf der Station der Sexualstraftäter eine therapeutische Arbeit zu starten. Sexualstraftäter befinden sich auf der untersten Stufe der Hierarchie. Jeder Mörder kann sich noch über einen Sexualstraftäter erheben. Sie müssen in diesem Hochsicherheitstrakt von hohen Sicherheiten umgeben werden, um nicht selber Opfer einer Gewalttat zu werden. Ich habe mir sehr gut überlegt, ob ich diese Arbeit mache. Wenn man dahin kommt, erlebt man etwas Merkwürdiges. Man kommt mit der Erfahrung der Opfer dahin und dort herrscht eine unglaubliche Ruhe! Wie kann es sein, dass da so eine Ruhe ist? Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass das so ist, weil jemand einen Richterspruch gesprochen hat. Die Täter sind gerichtet. Dadurch finden sie ein Stück Frieden. Natürlich gibt es viele unter ihnen, die finden, dass ihr Urteil zu hart ausgefallen ist. So sei das alles gar nicht gemeint gewesen, sie fühlen sich missverstanden.

Aber es gibt einen großen Anteil, den ich aus meiner heutigen Sicht mit etwa 60 Prozent beziffern würde, der auf Vergebung wartet. Das rührt einen sehr an! Vor allem, wenn man bedenkt, dass ein Großteil dieser Menschen in seiner Kindheit selbst Opfer von sexuellen Übergriffen geworden ist. Hier kommen wir zu einem Thema, bei dem die Sinnsuche schwierig wird, bei dem einfache Rezepte nichts nützen, bei dem jeder Fall anders liegt. Bei dem wir annehmen müssen, dass das mit der Individualität von uns allen zu tun hat. Die Frage nach Täter und Opfer sowie nach Verbindungen und was darüber hinaus an Eingriffen in diese Schicksale stattfindet, wird enorm wichtig. Mit diesen drei Monaten, in denen ich dort gearbeitet habe, bin ich noch ganz am Anfang. Ich denke, dass es ein riesiges Forschungsgebiet ist. Für mich haben sich zunächst zwei Fragen herauskristallisiert, von denen ich denke, dass es Forschungsfragen sein könnten, die wir hier vielleicht auch im Plenum zunächst in Arbeitsgruppen bewegen könnten. Diese Fragen zielen ein bisschen in Richtung *Urbild* zurück.

Zwei Forschungsfragen

Die erste Frage bezieht sich auf personale Traumatisierungen. Damit wir zu Ergebnissen kommen, würde ich sie gerne auf den sexuellen Missbrauch einengen:

- Kann Böses Gutes bewirken?

Für die andere Frage wären vor allem die Sprachgestalter und Sprachtherapeuten unter uns prädestiniert. Es gibt das Phänomen in der deutschen Sprache - und interessanterweise auch in meiner ungarischen Muttersprache -, dass das Wort „Opfer“ vielschichtig ist. Zunächst bedeutet es eine kultische Handlung, zum Zweiten das, was in der kultischen Handlung dargebracht wird, und zum Dritten einen Menschen, der vom Unglück getroffen ist. Die zweite Frage würde ich so formulieren:

- Was hat es mit der Vielschichtigkeit des Wortes Opfer auf sich? Was will uns der Sprachgeist damit sagen?

Ich würde vorschlagen, dass wir zu diesen beiden Fragen in kleinen Gruppen an die Arbeit gehen und uns danach im Plenum austauschen.

Beiträge der Gesprächsteilnehmer:

TN: Wir waren in unserem Gespräch auf jeden Fall einig, dass aus Bösem Gutes werden kann. Man muss es aber auch erweitern. Man kann nicht nur sagen, dass das Opfer, dem Böses widerfahren ist, zum Täter geschickt wird, um zum Guten zu kommen. Das kennen wir aus der Arbeit. Es darf nicht dieser Rest zurückbleiben, dass der Täter in die ewige Verdammnis gestoßen wird. Es kann nur Gutes werden, wenn auch er die Chance hat, sich aus dieser Sache heraus ins Positive zu bewegen.

TN: Mit Mephistopheles haben wir uns eine Kraft vorgestellt, die da spricht: „Ich bin der Geist, der das Böse will, und doch das Gute schafft.“ Das würde im Leben entdeckt werden durch die persönliche Geschichte, die persönliche Biografie.

TN: Bei uns kam der Gedanke, das ein bisschen zu erweitern und die Frage zu stellen: Wie ist das mit dem Bösen und dem Guten, wie erkenne ich sie? Welche Möglichkeiten hat gerade die Kunsttherapie, daran zu üben, um den zu *Rettenden* auch gewachsen zu sein?

TN: Es ist wichtig, das Böse als etwas Schaffendes zu erleben, das in jedem ist. Wenn ich in mir erkenne, dass ich das Böse habe als ein Moment, das auch Gutes schaffen kann, kann ich die Umwandlung ermöglichen.

TN: Ich finde, das Thema Missbrauch ist ein allgemeines. Aber wir missbrauchen andere Menschen oder auch die natürlichen Ressourcen auf ganz vielfältige Art und Weise. Ich denke, wenn jemand einen sexuellen Missbrauch erlebt hat, kann es ihn für dieses Thema sensibilisieren. Er kann diesem Thema nicht mehr so leicht ausweichen und befasst sich eigentlich immer wieder sehr intensiv damit, zu leben, ohne zu missbrauchen. Das könnte ein wichtiger Entwicklungsschritt sein, für diesen Menschen und auch für andere.

Rita Eckart: Vielleicht haben wir jetzt eine erste Sammlung. Wie aktuell dieses Thema ist, zeigt sich daran, wie emsig die Gruppen in ihre Gespräche vertieft waren. Um Sie zu einem weiteren Nachdenken anzuregen, möchte ich von dieser Frage „Kann Böses Gutes bewirken?“ einen Schritt weiter in die Tiefe gehen. Ich habe mich intensiv und betroffen mit dieser Frage auseinandergesetzt. Die Urfrage, das Urbild dahinter ist für mich dieses:

- Ist das Böse weniger böse, wenn es Gutes bewirkt hat?

Das führt uns zu dem Thema *Judas und Verrat*.

- Wie viel Anteil hatte Judas mit seinem Verrat an der Erlösung der Menschheit?
- Und wenn er einen Anteil hatte, ist dann sein Verrat weniger böse gewesen?

Für diese Fragestellung sind erstaunlich viele Opfer offen. Weil sie von dem eigenen erlittenen Leid ein Stück weit wegführt? Weil sie ihnen sagt, dass das, was sie jetzt intensiv erleben, eine menschheitliche Frage, eine menschheitliche Tragödie ist?

Sehnsucht nach Vergebung

Eine andere Anregung, die das Thema Opfer-Täter betrifft: Ich möchte darauf zurückkommen, dass doch so viele Täter auf Vergebung warten. Ich sage das nicht leichtsinnig, weil ich weiß, wie hoch die Rückfallzahlen sind – sowohl auf der Täterseite als auch auf der Opferseite. Weil da irgendwo eine Grenze verwischt wird. Ich sage das trotzdem: Vergebung ist etwas ganz Wichtiges. Wir Therapeuten müssen sie in unseren Herzen pflegen, denn es gehört zu dieser fünften nachatlantischen Kulturepoche, dass wir mit dieser Frage konfrontiert sind: „Vergib uns unsere Schulden wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“ Der Anspruch ist ein hoher. Ich denke, es ist trotzdem ein Unterschied, ob man das im Hinterkopf hat, oder nicht. Denn die Vergebung wird auf jeden Fall stattfinden. Wie weit wir mithilfe derselben Suche auf diesen Weg kommen, ist eine andere Frage. Ob wir über die Schwelle gehen müssen, bis wir da hinkommen, liegt im Schicksal jedes einzelnen Menschen. Es ist etwas Wesentliches, das wir aufnehmen müssen.

Literatur zu Traumatisierung

Aus der Literatur, die mir ans Herz gewachsen ist, habe ich in Bezug auf diese Themen einiges aufgeschrieben. Zwei Dinge von Rudolf Steiner: „**Die Offenbarungen des Karma.**“ (GA 120) Da hat mich in Bezug auf meine notfallpädagogische Arbeit in Haiti, Vulkanausbrüche und Ähnliches einiges interessiert, das aus karmischen Gesichtspunkten beleuchtet ist. Ebenso „**Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhänge**“, (GA 236, Bd. 2, Vortrag vom 29.7.1924 : **Das Walten des Karma bei Elementarereignissen und Zivilisationskatastrophen**). Interessanterweise bin ich bei meiner Suche nach Literatur zum Thema „personale Traumatisierung“ auf **Ruth Ewertowski** gestoßen. Sie hat ein Buch über ein Thema geschrieben, das mich seit Kindesbeinen brennend beschäftigt hat: Judas. Nachdem ich das Buch „**Judas – Verräter und Märtyrer**“ ausgelesen hatte, bedauerte ich es, dass sie die Opfer völlig

ausgelassen hat. Jahre später machte ich mich auf die Suche nach Literatur über Opfer. Und fand wiederum von **Ruth Ewertowski** ein Buch mit dem Titel „**Das Opfer**“. Für sie ist, nach dem Schreiben ihres Buches über Judas, dieses Thema übrig geblieben. Und wie schön, sie hat ein sehr sensibles, sehr anregendes Buch darüber geschrieben. Ich denke, Sie können das Buch mit großem Gewinn lesen. Beide Bücher sind im Urachhaus-Verlag erschienen. Ich habe **Henning Köhler** mit „**Das biografische Urphänomen**“ bereits erwähnt.

Das Folgende ist kein anthroposophisches Buch, aber weil erwähnt wurde, dass ich in der Flüchtlingshilfe arbeite und sehr viel mit Migranten zu tun habe, möchte ich dieses Buch trotzdem empfehlen: **Peter Bründl** und **Ilany Kogan** sind Psychoanalytiker, die mit weiteren auf diesem Gebiet erfahrenen Psychoanalytikern langjährig Arbeitskreise zu diesem Thema gepflegt haben („**Kinder jenseits von Trauma und Fremdheit**“ unter anderem über Kinderschicksale in der 2. Generation, die entdecken, dass sie nicht ichhaft leben). Wenn man mit Migranten arbeitet, weiß man genau, wie sich dieses Trauma vererbt. Natürlich nicht im biologischen Sinne, sondern über Vermeidungsverhalten und Verhaltensweisen, die sich traumabedingt einschleichen. Oft merkt man erst in der zweiten, dritten Generation, dass man überhaupt nicht ichhaft lebt. Dass bestimmte eigene Verhaltensweisen nichts mit einem zu tun haben! Dann gehen diese Menschen in die Therapie. Wenn man diese Kette frühzeitig mit Migrantenkindern und Jugendlichen oder jungen Erwachsenen durchbrechen möchte, ist das Buch eine wichtige Empfehlung. Das in die anthroposophische Arbeit umzusetzen, ist unsere Aufgabe.

Literatur

- **Bründl, Peter und Kogan, Ilany:** Kinder jenseits von Trauma und Fremdheit: Psychoanalytische Erkundungen von Migrationsschicksalen im Kindes- und Jugendalter. Verlag Brandes & Apsel, Frankfurt a.M. 2005
- **Ewertowski, Ruth:** Judas. Verräter und Märtyrer: Seine Gestalt im Spiegel der Bewusstseinsgeschichte, Verlag Urachhaus, Stuttgart 2000
- **Ewertowski, Ruth:** Das Opfer: Zwischen Schicksalsschlag und heiliger Handlung, Verlag Urachhaus, Stuttgart 2005
- **Köhler, Henning:** Das biografische Urphänomen: Vom Geheimnis des menschlichen Lebenslaufes. Gesundheitspflege Initiativ, Bad Liebenzell 1998
- **Steiner, Rudolf:** Die Offenbarungen des Karma. GA 120. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 2003
- **Steiner, Rudolf:** Die Offenbarungen des Karma GA 120, Rudolf Steiner Verlag, Dornach, 8. Aufl. 1992
- **Steiner, Rudolf:** Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhäng. GA 236, Band 2. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 6. Aufl. 1988