

Michael Depner

Der Kontakt

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliographie, detaillierte bibliographische Daten
sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© Michael Depner
Herstellung und Verlag:
BoD - Books on Demand Norderstedt

ISBN: 978-3-7386-2755-8

Inhalt

I. Ebenen des Kontakts	11
1. Das Ich und die Welt	11
2. Zweifache Verbindung	14
II. Die Etymologie der Begriffe	20
1. Kontakt	20
1.1. Die Religion, die Antike, die Renaissance und deren Verbindung	20
1.2. Contingere	21
1.3. Neben, bei und mit	22
1.4. Der volle Kontakt ist eine reine Katastrophe	26
1.5. Grenzen	28
1.6. Geometrie und Begegnung	29
1.7. Zwischen Hochmut und Stolz	32
1.8. Tasten und taxieren und die ewige Crux mit dem Selbstwert	33
1.9. Rhythmus, Raum und Psyche	34
1.10. Integration	37
2. Berührung	38
2.1. Be, bei, beide	38
2.2. Kochtopf und Zen	41
2.3. Berührung, Erziehung, Verzerrung	43
2.4. Quantität, Qualität und Bekömmlichkeit	46
3. Verbindung	50
3.1. „Ver“ führt hinaus	51
3.2. Ohne Herausforderer bliebe man zurück	53
3.3. Für, fort und fern	54
3.4. Fürsten	55
3.5. Frau	56
3.6. Früh setzt die Kette der Verwandlungen ein	57

3.7.	Die Suche nach dem Fremden treibt das Leben voran	58
3.8.	Die Angst vor dem Ende hält das Leben zurück	58
3.9.	Bis wohin reicht der Höhenflug?	59
3.10.	Priester	60
3.11.	Die Fahrt nach England und zurück	61
3.12.	Banden	63
III.	Regeln	66
1.	Die Struktur des „reinen“ Kontakts	66
1.1.	Der Homunkulus kämpft um die Entscheidung	66
1.2.	Psychopathologie als Kontaktpathologie	70
1.3.	Vom Wort zu den Kriterien des „reinen“ Kontakts	72
1.3.1.	Mit	72
1.3.2.	Neben	73
1.3.3.	Bei	73
1.3.4.	Kontra	74
1.3.5.	Kontingent	74
1.3.6.	Tangieren	75
1.3.7.	Tasten	75
1.3.8.	Taxieren	76
1.3.9.	Intakt	77
1.3.10.	Berühren	77
1.3.11.	Für	78
1.3.12.	Fort in die ferne Fremde	79
1.3.13.	Fürst	79
1.3.14.	Die Gefahr der Erfahrung	80
1.3.15.	Fordern	80
1.3.16.	Fahren	81
1.3.17.	Fördern	81
1.3.18.	Bündnis	82
1.3.19.	Fromm	82
1.3.20.	Vor	83

2. Neun Kriterien des gesunden Kontakts	84
2.1. Ebenbürtigkeit	84
2.1.1. Kaiser, Bürger und Bettelmann	84
2.1.2. Narzissmus	86
2.2. Gegenseitigkeit	91
2.2.1. Charakter und Auswirkung	91
2.2.2. Rollenspiel und Begegnung, Stabilität oder Fortschritt	92
2.2.3. Ein Teufelskreis aus Kontaktvermeidung und Angst	95
2.3. Begrenzung	96
2.3.1. Psyche, Ich und Selbst	96
2.3.2. Träumen und Wachen	99
2.3.3. Ichgrenze	100
2.3.4. Anspruch und Fehlsteuerung	102
2.4. Intensität	104
2.4.1. Leidenschaft...	104
2.4.2.... und trocken' Brot	106
2.4.3. Vom Pulsschlag des Geistes	107
2.5. Exploration	110
2.5.1. Der Löwe und sein Denken	110
2.5.2. Ich bin beigesehen	113
2.5.3. Eine individuelle Perspektive bedarf individueller Informationen	115
2.6. Integration	117
2.6.1. Gegensätze	119
2.6.2. Anfang und Ende, Höhepunkt und Untergang	119

2.7. Solidarität	121
2.8. Akzeptanz	123
2.9. Transzendenz	127
2.9.1. Steine	127
2.9.2. Pflanzen	127
2.9.3. Tiere....	128
2.9.4.und unsere Wenigkeit	130
2.9.5. Egozentrik oder Wahrheit	132
IV. Die Ursachen der Kontaktstörung	134
1. Keine Regeln ohne ein Bekenntnis	134
2. Vererbung, Milieu oder beides	136
3. Unterschiede	138
4. Die notorisch missachtete Ebenbürtigkeit der Kinder	142
4.* Die freie Plage ist keines Menschen Untertan	142
5. Geben und Nehmen beruhen auf Gegenseitigkeit	146
6. Begrenzt wird die gesunde Neugier zur Genüge an realen Grenzen	149
7. Intensität ist heftig <i>und</i> wohltemperiert beharrlich	152
8. Es lebe die Neugier!	153
9. Angst, Ausschluss und Integration	154
10. Das solidarische Ungleichgewicht	156
11. Vom Aufgenommen- und vom Draußensein	158
12. Transzendenz	160
V. Die Position des Ich im Kontext seiner Umwelt	162
1. Psyche und Substanz	162
2. Psyche und Geist	167
3. Das Ich und die Erkenntnis	170
4. Das Ich und die Zeit	172
5. Das Ich und die Wahrheit	174
6. Das Ich, der Kontakt und die Gesellschaft	175
7. Das Ich und der Frieden	176

VI. Innen und außen	189
1. Suche nach Innen und Außen	181
1.1. Substanz, Struktur, System und Subjekt	181
1.2. Die Spannung im Stoff und die Verstimming des Hologramms	183
1.3. Angst, Wut und Adrenalin	184
1.4. Ethik	185
1.5. Trauma und Freiheit	188
2. Große Plätze und enge Räume	192
2.1. Spuren der Angst	192
2.2. Agoraphobie	194
2.3. Klaustrophobie	197
2.4. Introversion und Verwirbelung	198
VII. Die „Technik“ der transparenten Therapie	201
1. Sieben Hypothesen	202
2. Konturen einer transparenten Kontakttherapie	205
2.1. Psychotherapie als Profession der Begegnung	206
2.2. Die zwei Wege der Kommunikation	209
2.3. Vermittlung kommunikativer Kompetenz	210
2.4. Der „ganze Mensch“?	211
2.5. Abstinenz und Transparenz	212
2.6. Falsche Fragen und echte Antworten	214
2.7. Nondirektiv?	215
2.8. Therapiestil	216
2.9. Eigennutz und Gemeinschaftssinn	218
2.10. Die primäre Forderung der Ethik	220
2.11. Ethik, Gewissen, Über-Ich und Moral	221
2.12. Unbefangen und wahrhaftig	223
2.13. Der Beginn der Psychopathologie	224

3. Die drei Ebenen des Kontakts	226
3.1. Die Beziehungen des Klienten zum Umfeld	226
3.1.1. Ängste, Zwänge und Depressionen...	226
3.1.2. ...und was der Therapeut zum Beispiel fragt	229
3.1.3. Abwehr	230
3.1.4. Und noch einmal: Direktiv oder nicht?	231
3.2. Die Beziehungen des Klienten zu den Bezugspersonen seiner Kindheit	233
3.2.1. Muster	233
3.2.2. Biographische Kohärenz und Selbstwertgefühl	235
3.2.3. Die primäre pathogene Beziehung	236
3.2.4. Abwertungen	237
3.2.5. Das leise Gift der Tugend und der Pflichterfüllung	238
3.3. Die Beziehung zwischen Therapeut und Klient	240
3.3.1. Begegnung ist mehr als Beziehung	240
3.3.2. Präsenz statt Technik	242
3.3.3. „Vollkontakt-Therapie“ und Routine	243

I. Ebenen des Kontakts

1. Das Ich und die Welt

Schnell stand für mich fest, dass ich ein Buch über den Kontakt zwischen dem Ich und seiner Umwelt schreiben wollte. Dabei sollte der psychosoziale Aspekt dieser oft heiklen Verbindung im Vordergrund stehen. Ich ging davon aus, dass das seelische Wohlbefinden des einzelnen von der Qualität seiner Beziehungen zum Mitmenschen abhängt und besonders von der Qualität der engeren Ich-und-Du-Kontakte. Daher könnte eine gezielte Verbesserung seines seelischen Befindens am besten erreicht werden, wenn man bei der therapeutischen Arbeit konsequent eine Verbesserung der Qualität des Kontakts anstrebt. Ein erster Schritt in diese Richtung lag folglich im Versuch herauszufinden, was die gesunde Qualität des zwischenmenschlichen Kontakts ausmacht.

Mit dieser Idee im Kopf stürzte ich mich in die Arbeit und schrieb ein erstes Kapitel. Der Rest würde sich beim Schreiben von allein ergeben. Man denkt über etwas nach und aus dem einen Gedanken ergibt sich der nächste und so geht es weiter, bis man das Thema tief genug ausgelotet hat. Schließlich lässt man zufrieden von der Sache ab. Man freut sich daran, dass man beim Nachdenken seinen Spaß hatte und dabei etwas Brauchbares entstanden ist.

So dachte ich mir das. Kaum stand vom ersten Kapitel jedoch der Rohbau und ich wollte als stolzer Bauherr Richtfest feiern, da zeigten sich im Fundament die ersten Risse. Also kam ich vom Dach herunter und schaute mir den Schaden an.

Zwei Schreibstile hatten sich vermischt, ohne dass ein jeder für sich so viel Klarheit besessen hätte, die kräftige Durchmischung mit dem anderen zu vertragen. Die unterschiedlichen Stile entsprachen zwei Blickwinkeln. Beide litten aneinander. Sie rangelten um die Vormacht und standen sich im Wege. Bald war deutlich, dass ich nicht wusste, ob ich ein strenges Sachbuch schreiben wollte oder ob es eher ein intellektuelles Spiel mit Wörtern und Ideen werden würde, mit dem ich mir beim Schreiben und dem Leser bei seiner Lektüre amüsant die Zeit vertrieb. Da waren also die berüchtigten zwei Seelen - ach! - in meiner Brust.

Die eine nannte sich „Psychotherapeut“ und war nach jahrelanger Therapeutenarbeit überzeugt, dass es an der Zeit war, ein wissenschaftliches Buch zu schreiben, das die Aufgabe ihres Berufs, nämlich die Heilung kranker Seelen, konsequent aus einer ungewöhnlichen Perspektive heraus unter

die Lupe nimmt. Im Blickfeld der Lupe sollte der Kontakt zwischen dem Therapeuten und dem Klienten stehen. Die psychischen Strukturen, um die es bei der Therapie geht und die heilsamen Haltungen und Handlungswisen des Therapeuten sollten von dort aus interpretiert werden. Der Psychotherapeut in mir forderte einen nüchternen Stil, der sich ausgiebig des tiefenpsychologischen Begriffsrepertoires bedienen sollte und den Anspruch erhob, die wesentlichen Theorien der Tiefenpsychologie aufzugreifen. Seiner Meinung nach sollte das Buch systematisch sein und sich auf den Leserkreis der eigenen Zunft konzentrieren. Im Geiste sah sich dieser Psychotherapeut mit ernsten Blick vom Buchrücken aus nach potentiellen Käufern Ausschau halten. Fast blickte er dabei so grimmig drein wie der alte Freud beim Disput mit Jung und Adler.

Die zweite Seele hatte keine Lust auf wissenschaftliche Notwendigkeit. Ihr ging es zuerst darum, ihrer Neugier bei der Untersuchung des spannenden Themas freien Lauf zu lassen. Sie wollte mit der Phantasie auf Trebe gehen und nach der Manier eines aufgeweckten Kindes alles Erdenkliche, das ihr im nächsten Augenblick in die Quere kam, ohne störende Vernünftigkeit begreifen. Sie wollte die Dinge entdecken, anfassen, untersuchen und sie sorglos liegen lassen, ohne sich über die konkreten Zwecke ihres Tuns den eigensinnigen Kopf zu zerbrechen. Sie wollte keine weiteren Vorgaben, kein festes Ziel, keinen Zeitplan und vor allem keinen Zwang zu mühsamer Systematik. Sie wollte sich beim Schreiben unbefangen das Vergnügen gönnen, sich ofenfrische Sätze auszudenken, mit denen sie pointiert über die ungewöhnlichen Details ihrer Entdeckungsreise berichten könnte; Sätze, die so vielschichtig sind, wie einst die fetten Doboschtorten ihrer Oma. Sie wollte keine strengen Regeln, wenn es ihr gelungen war, sich am tanzenden Geist zu berauschen. Sie wollte Wissen ohne Maßstab und das Recht, frei zu denken ohne ein begrenztes logisches Gesetz. Ihre Leser sollten all jene sein, denen das Tanzen des Denkens ohne Preisrichter gefiel.

Die beiden Seelen in meiner Brust waren sich im Alltag nicht Feind. Im Grunde mochten sie sich sogar. Zwar durchkreuzten sie einander manche Pläne, doch der ersteren gefiel die Lebendigkeit der zweiten und der zweiten war es gerade recht, dass ihr die erste den vernünftigen Rahmen bot, in dem sie selbst unvernünftig sein konnte. Bei der Arbeit am Fundament des ersten Kapitels hatte aber offensichtlich keine Seite es für nötig gehalten, darauf zu achten, was die andere gerade tat. Das sah man der Mauer an. Große rote Lehmziegel waren mit gelben und rosa verschiedener Größe und Form zu einem Bauwerk verbaut, das der Mann vom Bauamt kaum als tragfähig hätte durchgehen lassen. Allerdings, so meinte er, sei die Sache nicht hoffnungslos. An manchen Stellen stimme die Statik. Die linke

und die rechte Hand hatten auch ohne zu wissen, was die andere gerade tat, etwas Originelles geschaffen. Nur, dass es manchmal noch zu wenig harmonierte.

Nach der Bestandsaufnahme des Schadens und der Analyse seiner Ursachen beschloss ich, keinen der Blickwinkel bei der geplanten Untersuchung auszuschließen. Es sollte aber auch keiner der beiden für sich allein die Vorherrschaft beanspruchen, denn ich wollte eine Dialektik aus klarer Wissenschaftlichkeit und spielerischer Betrachtung versuchen. So nahm ich leichten Herzens Abschied vom ohnehin vermessenen Anspruch, eine systematische Arbeit zu einer daseinsanalytischen Tiefenpsychologie des Kontakts zu schreiben. Ich begnügte mich mit der Absicht, ein paar Skizzen zu liefern und fand in der bewussten Begrenzung des Anspruchs mehr Spielraum als unter dem Joch des Ideals.

Im Wesentlichen wollte ich nun zwei Ziele erreichen. Die Lektüre sollte in gleichem Maße nützlich sein wie sie dem Leser zweckfrei Spaß macht. Und genauso sollte es mir beim Schreiben ergehen. Wenn es der Stand der Dinge erforderlich machte, sollte der gestrenge Psychotherapeut mit einem nüchternen Blick federführend sein. Sonst wollte ich das Feld der freien Neugier überlassen, damit das Stroh in meinem Kopf an ihrer Fackel Feuer fängt.

Nach dieser Entscheidung ging das Schreiben zunächst viel besser von der Hand. Es entstand eine Reihe von Kapiteln, die sich zu einem Patchwork rund ums Thema gruppieren. Ausgehend von der etymologischen Analyse der Begriffe „Kontakt“, „Berührung“ und „Verbindung“ formulierte ich neun wesentliche Kriterien des „reinen Kontakts“, die ich für besonders wichtig hielt. Dann untersuchte ich die Ursachen der Kontaktstörungen und entwarf erste Skizzen für die geplanten Kapitel *Formen der Kontaktstörung* und *Therapie der Kontaktstörung*¹.

Während ich über den Kontakt des Ich zum Du so für mich hinschrieb, kamen mir immer mehr Einfälle, die sich mit der Frage der existenziellen Ortsbestimmung dieses Ichs beschäftigten. Zunächst brachte ich diese Einfälle in Fußnoten unter. Mit der Zeit nahmen die Fußnoten jedoch überhand und im Text entstand erneut Verwirrung. Bald war auch klar, dass der Plan, der Verwirrung Herr zu werden, indem ich der Ortsbestimmung des Ichs im Beziehungsfeld seiner Existenz ein eigenes Kapitel widmete, zu kurz griff. Mein Konzept, eine Theorie des therapeutischen Kontakts allein

¹ ...die ich später umbenannt habe.

um den Kontakt zwischen Therapeut und Klient herum zu zentrieren, brach bald unter der Last seiner Widersprüche in sich zusammen.

Mir wurde klar, dass ich die Bedeutung des Ich-und-Du-Kontakts zwischen dem Klienten und seinem Therapeuten als eine Modellbeziehung für Ich-und-Du-Kontakte im Allgemeinen und für das seelische Befinden des Klienten im Besonderen - vermutlich aus eigenen Trennungssängsten, Kontrollbedürfnissen und narzisstischen Ansprüchen heraus - überschätzt hatte. Zu wenig beachtet hatte ich im Gegensatz dazu erstens die Rolle einer konsequenten Analyse des aktuellen Kontaktmusters des Klienten und zweitens, wie unüberschätzbar wichtig es ist, diese aktuellen Muster beharrlich mit jenen zu vergleichen, die ihn von Anfang an, seit seinem Ur-sprung ins Dasein, prägten; denn die Seele wird bei jedem späteren Sprung an jenen Boden denken, auf dem sie als erstes gelandet war. Und drittens: Die Rolle des existenziellen Kontakts des Klienten zu sich selbst - also die Begegnung mit seinem eigenen Selbst - hatte ich durch die Bündelung des Blicks auf die zwischenmenschliche Ebene weitgehend ausgeblendet. Erst durch die vielen Einfälle und Fußnoten war mir die zentrale Bedeutung dieses Kontakts wieder bewusst geworden. Ein gesunder Kontakt zu anderen gelingt nur, wenn ein gesunder Kontakt zu sich selbst besteht. So formulierte ich den Ansatz des Buches neu.

2. Zweifache Verbindung

Jetzt stand für mich fest, dass ich ein Buch über diese beiden Ebenen des Kontakts schreiben wollte und dass es galt, die bereits geschriebenen Abschnitte unter Berücksichtigung der veränderten Prämissen neu zu überdenken.

Das erweiterte Konzept legte es außerdem nahe, den Kreis der möglichen Leser neu zu fassen. Wenn die spezifische Beziehung zwischen Therapeut und Klient zwar wichtig ist, aber doch nur besonderes Hilfsmittel in einem speziellen Kontext der Begegnung, und wenn es im Wesentlichen um den Kontakt des Menschen zur eigenen Existenz geht, in dessen Rahmen der Ich-und-Du-Kontakt als wichtigster Prüfstein und wesentlichste Frucht erscheint, dann braucht sich das Buch nicht nur an „Kontaktberufler“ zu wenden. Zwar mögen diese, zum Beispiel Psychiater und Psychotherapeuten, Kindergärtnerinnen, Lehrer, Ausbilder, Psychologen, Pflegeberufler, Ärzte, Sozialarbeiter und Therapeuten aller Couleur von Berufs wegen bereits eine Affinität zum Thema „Kontakt“ mitbringen, das Thema geht aber letztlich alle an, die sich dafür interessieren, was zwischen ihnen und den

anderen passiert und was sie an die Wurzeln ihres Daseins bindet. Eine Theorie (von griechisch: *theoria* = Anschauung) des Themas „Kontakt“ kann jedem nützlich sein, der sein Leben zu verstehen versucht.

So überlasse ich zunächst das Wort dem Psychotherapeuten. Er hat den Auftrag, um Verständnis zu werben, dass sein Blickwinkel trotz allem eine besondere Rolle spielt und es ihm an vielen Stellen schwerfallen wird, Fachausdrücke zu vermeiden. In der Hoffnung, dass er die Enttäuschung seines ursprünglichen Anspruchs auf besondere Bedeutsamkeit dann besser verschmerzen wird, soll er als allererstes sagen, wie die Dinge aus seiner Perspektive stehen:

Die wichtigste Voraussetzung der psychotherapeutischen Wirksamkeit ist der Kontakt zwischen Therapeut und Klient. Durch den Kontakt und im Kontakt wirkt das therapeutische Handeln. Zwar findet Therapie auch im Gruppenraum, in Amerika, auf der Couch und in der Klinik statt, diese Ortsbestimmungen sind jedoch zweitrangig. Sie beschreiben mehr austauschbare Topographie als den wesentlichen Raum, in dem die therapeutische Dynamik vonstatten geht. Therapie kann ebenso gut im Zoo oder im Dampfbad stattfinden; zumindest sobald Therapeut und Klient bereit sind, sich aus den üblichen Vorgaben zu befreien.

Unabhängig von den wechselnden Bühnen der Ereignisse und unabhängig von den formalen therapeutischen Techniken, die zur Anwendung kommen, bleibt Kontakt aber der eine gemeinsame Nenner, ohne den es nicht geht. Der interpersonelle Kontakt, die Kommunikation zwischen zwei Menschen ist das Feld jeder therapeutischen Begegnung.

Psychotherapie ist eine Sonderform zwischenmenschlichen Kontakts. Gleichzeitig ist sie ein exemplarisches Beispiel, an dem man die allgemeingültigen Gesetze des Kontakts deutlich machen kann. Analysiert man die Grundregeln des therapeutischen Kontakts im Speziellen, lässt sich auch das prinzipielle Muster zwischenmenschlicher Begegnungen im Allgemeinen beschreiben.

Ein gesundes Seelenleben und eine gesunde menschliche Existenz überhaupt sind ohne Begegnung, Kontakt und Kommunikation nicht denkbar. Schwer vorstellbar ist es umgekehrt, dass ein Mensch, dem ein authentischer Kontakt zu seiner Umwelt problemlos gelingt, gleichzeitig psychisch krank sein sollte. So sind neurotische oder gar psychotische Fehlhaltungen immer auch als Kontaktstörungen zwischen der betroffenen Person und ihrer Umwelt zu verstehen. Symptome sind seelische Konstrukte, die den

Kontakt entweder aktiv verhindern oder, die ihn in reduzierter, gleichsam verkrüppelter Form ermöglichen. Gleichzeitig sind Symptome aber auch halb erfolgreiche Versuche, tiefergreifende Kontaktstörungen zu überwinden. Das Symptom ist ein menschliches Verhalten, das den Ausdruck der Lebendigkeit nur in verhaltener Form zulässt.

Gemessen an dem was möglich ist, ist die Mehrzahl der normalen Kontakte durch unverstandene Ängste, Vorbehalte und verleugnete Bedürftigkeit in ihrer Qualität gestört. Normalität und pathologische Störung gehen ineinander über. Normal ist oft nur das, was vom eigentlich Möglichen übrigbleibt. Die Phänomenologien der intensiven zwischenmenschlichen Begegnung und des professionell-therapeutischen Kontakts ähneln sich in Teilebereichen dabei um so mehr, je besser sie werden. Der gute Therapeut ist kein distanziertter Experte, der verkorkste Seelenstrukturen mit psychologischem Röntgenblick durchschaut und sie durch mächtige „Techniken“² wieder in Reihe bringt, sondern er bietet dem Klienten in einer echten Begegnung die Möglichkeit, zunehmend frei zu sprechen und ohne Angst zu hören, wie ihn der Therapeut in seiner Rolle als kompetentes Gegenüber sieht. Der Therapeut sucht mit dem Klienten nach Möglichkeiten verbesserter Kommunikation. Das Ziel ist erreicht, wenn der eine dem anderen ein authentisches Gegenüber ist. Das Ziel ist erreicht, wenn beide unbefangen miteinander reden, wie es gesunde Erwachsene miteinander tun. Das Ziel ist erreicht, wenn jeder sich ausdrückt, ohne den Eindruck, den er dabei macht, vorauszuplanen.

Der Einsatz der tiefenpsychologischen Analyse innerseelischer Dynamiken in der Therapie dient letztlich der besseren Einbindung des Ichs in den Kontext seiner Umgebung. Er dient der besseren Kommunikation des Klienten mit seiner inneren und äußeren Lebenswelt. Die tiefenpsychologische Theorie, die der deutenden Sinngebung als Grundmuster dient, ist ein Produkt unzähliger Kontakte. Sie entstand aus Kontakten und sie dient dem Kontakt. Der Therapeut nimmt mit seiner deutenden Sinngebung Kontakt

² Die einzig wahre „Technik“ der Therapie ist die qualifizierte Kommunikation über die faktische, kognitive und emotionale Lebensart der Klienten. Qualifizierte Kommunikation zeichnet sich durch Wahrnehmung, Reflexion und Authentizität des Ausdrucks aus. Sie ist eine Kommunikation, der außer der Fokussierung des Klienten jede „Technik“ im Grunde fehlt. Konkrete Techniken sind für die Kommunikation nur förderlich, wenn ihr Einsatz transparent gemacht wird.

zum Klienten auf und versucht damit, den Kontakt des Klienten zu sich selbst zu verbessern.

Wer ungehindert im Kontakt zu seiner Umwelt steht und im lebendigen Austausch darin aufgeht, wird keinen Psychotherapeuten brauchen. Ihm ist das Gespräch mit einem Freund oder Partner „Therapie“ genug, um jene Impulse zu finden, die er zur Überwindung seelischer Konflikte braucht; zur Überwindung von Konflikten, in denen er sich - allein auf sich gestellt - verfangen würde.

Das losgelöste Individuum ist eigentlich nur der vordergründige Teil seiner selbst. Es ist ein besonderer Pol seines ganzen Wesens. Denn ohne sinnvolle Kommunikation wird sich der Mensch zur eigenen Sackgasse, in deren narzisstischer Hassliebe er stecken bleibt. Das Individuum ist nicht nur in sich unteilbar, sondern es ist auch vom Kontext unabtrennbar. Das Individuum und seine Umwelt lassen sich nicht ohne Schaden auseinanderdividieren, denn Kontakt ist eine wesentliche Grundbedingung der Individualität. Auf Dauer wäre kein Mensch sich selbst Thema genug.

Psychotherapeuten sind Fachleute, deren Aufgabe es ist, Kontakte herzustellen und damit Kommunikation zu ermöglichen. Ihre Professionalität besteht darin, mit Geduld und Weitsicht auch mit solchen Menschen im Kontakt zu sein, deren seelische Abwehrmanöver gegen unbefangene Kommunikation derart übermächtig sind, dass sie gesunde Beziehungen entgegen der eigenen Sehnsucht vereiteln und deren übliches Umfeld sich daher resigniert und verärgert abwendet; mit Menschen also, die trotz all ihrer aktiven Manöver zur Abwehr gefürchteter Kontakte unter der entstandenen Einsamkeit leiden. Therapeuten (von griechisch: therapon = Gefährte) sind Experten der Gemeinsamkeit. Sie leben davon, Katalysatoren verbesserter Beziehungen zu sein. Ihr Beruf ist es, zu wissen, wie man die Seele des einzelnen mit der Gemeinschaft, wie man ein Ich mit dem Du und dem Wir verbindet, ohne dass sich eine der Parteien dabei ungebührlich verbiegen müsste. Therapeuten begleiten den in seine verletzte Egozentrik verirrten Klienten zurück in bewohntes Gebiet. Sie sind Gefährten in der Gefahr der Annäherung.

Wer nicht als verschrobener Asket in der Wüste lebt, hängt wesentlich von der Qualität seiner Kontakte ab. Und selbst der Asket sucht in der Wüste letztendlich keine Einsamkeit, sondern er sucht nach einer ganz besonderen

Begegnung - zu seinem Gott, wie er die höchste Nähe nennt, nach der er sich in seiner Einsamkeit sehnen kann.

Wenn hier von Gott die Rede ist, dann als Symbol, das für jene Dimension steht, die sich als *absolut* erahnen lässt und auf die sich jedes Ich bewusst zu beziehen versucht, sobald es von der Präsenz des Absoluten - in der Welt oder jenseits davon - überzeugt ist. Besser als der Begriff „Gott“ scheinen die Begriffe „Existenz“, „Wahrheit“ oder „Selbst“ dazu geeignet, den Bezugspunkt dieser Ebene des Kontakts zwischen dem Ich und der Welt zu benennen, weil dem klassischen Gottesbegriff etwas Altväterliches anhaftet, dem man heutzutage nicht mehr unbefangen vertrauen mag. Ganz gleich zu welcher Wortwahl man sich aber entscheidet, eine Psychotherapie, die tatsächlich die tiefsten Ebenen der Person erreichen will, kommt nicht daran vorbei, sich mit dem zu beschäftigen, dem gegenüber der Mensch mehr verantwortlich ist als der Menschenwelt.

Zum besseren Verständnis der grundlegenden Kräfte und Strukturen, die das Wesen des Kontakts bestimmen, soll im zweiten Kapitel des Buchs zunächst der Sinn des Begriffs und einiger seiner Teilsynonyme erhellt werden.

Dann wird im dritten Kapitel versucht, aus den Ergebnissen, die bei der etymologischen Analyse der Begriffe gewonnenen wurden, die Strukturkriterien des „reinen Kontakts“ als intensive Sonderform zu beschreiben. Die etymologische Analyse gilt hier als die objektivste Methode, um Hinweise auf das Wesen des reinen Phänomens zu erhalten, denn beim Muster der Sinnverweise, die man so entdeckt, handelt es sich um ein tausendfach ausgesiebtes Resultat des menschlichen Denkens. Man findet so den kleinsten gemeinsamen Nenner der indogermanischen Sprachfamilie. Man kann deshalb davon ausgehen, dass subjektive Aspekte, wie sie ein Rolle spielten, wenn man sich auf einzelne Autoren berufen würde, zum großen Teil herausgefiltert sind; abgesehen von der Subjektivität des spezifischen Standpunkts „indogermanischer Mensch“.

Das vierte Kapitel befasst sich mit den Ursachen der Kontaktstörung in psychologischer und soziologischer Hinsicht. Man kommt so zur Erkenntnis, dass unser kulturelles Klima, dass die Erziehung, der das Neugeborene nur allzu oft nach dem ersten Schrei anheim fällt, gesunde Kontakte recht häufig im Frühling schon erfrieren lässt.

Im fünften Kapitel wird eine Art existenzieller „Ortbestimmung“ des Ich versucht, um dessen Wohlbefinden es dem Buch letztendlich geht. Will man dem Ich etwas Gutes tun, muss man schließlich wissen, wo es sich im Kontext der übrigen Phänomene des Kosmos ungefähr befindet. Es liegt

dabei an der Komplexität der Angelegenheit, dass dieser Versuch trotz seiner scheinbar analytischen Sprache eher kreativ-poetisch bleibt und dass man wie beim Pointillismus nur verschwommene Konturen sieht.

Das sechste Kapitel untersucht die Formen der Kontaktstörung und das siebte die Heilung der erkrankten Kontaktfähigkeit. Es geht dort darum, näher zu betrachten, worauf der Psychotherapeut in seiner Rolle als Kontaktexperte achten muss, damit der kurze therapeutische Kontakt auf das weitere Schicksal des Klienten einen nachhaltigen und heilsamen Einfluss nimmt. Dabei ist es austauschbar, ob man die Ergebnisse der Untersuchung in seiner Arbeit als Therapeut oder in seinem Leben als Mensch zur Anwendung bringt. Denn Therapie ist eine Schule des Menschseins.

II. Die Etymologie der Begriffe

1. Kontakt

1.1. Die Religion, die Antike, die Renaissance und deren Verbindung

Mit der Machtübernahme des Christentums wurde der Beginn des Mittelalters eingeläutet. Gleichzeitig brach der unmittelbare Kontakt des abendländischen Denkens zu seinen antiken Ursprüngen ab. Leitidee des Christentums war der Kontakt zum idealen Einen und die Einbindung in die Gemeinschaft, die sich in seinem Namen zusammenschloss; denn es hieß: 'Ich bin das Wort' und 'Wo zwei in meinem Namen zusammen sind, da bin ich mitten unter ihnen'.

Mit dem Auftrag 'Liebe deinen Nächsten wie dich selbst' wurde vom christlichen Heilsgedanken der Ich-und-Du-Kontakt als jener wesentliche Bereich der menschlichen Existenz benannt, in dem die Präsenz der Wahrheit aufleuchtet, sofern man sich an die göttlichen Gesetze dieser Wahrheit und des Kontakts hält, der von ihrem Licht durchdrungen ist.

Zum selbstverständlichen Repertoire antiker Gesellschaftsordnungen hatte bis dahin die fraglose Ausbeutung der Schwachen durch die Mächtigen gehört. Da die Versklavten und Benachteiligten diesen Missbrauch zwischenmenschlicher Kontakte am härtesten zu spüren bekamen, wundert es nicht, dass die christliche Religion³ bei den Armen und Beladenen auf einen

³ Das Wort „Religion“ stammt vom lateinischen Verb „re-ligare = wieder-anbinden“. Es meint die Kontaktaufnahme des Menschen zu Gott.

Seit die Menschen Individuen sind und sich über diese Individualität Gedanken machen, stellen sie mit Schrecken fest, dass sie als Individuen der Willkür der Elemente ausgesetzt sind. Daher versuchen sie sich durch Religion an Gott wiederanzubinden und sich so aus der furchterregenden und unverbindlichen Freiheit der Individualität in die Sicherheit des absolut Wahren zu retten. „Gott“ entspricht der Ahnung des Geistes, dass er nur im Wahren zu Hause sein kann.

Individualität führt daher zur Beschäftigung mit den verschiedenen Methoden der Kontaktaufnahme. Mehr noch: Individualität konstituiert sich als das persönliche Muster des Kontaktverhaltens auf den verschiedenen Ebenen einer menschlichen Existenz und so wie Religion immer mit Wahrheit und Kontakt zu tun hat, so ist wahrer Kontakt immer auch religiös. Religiosität ist ein Strukturmuster und die spontane Ausrichtung heiler Individualität. Beide bilden eine ontische Einheit. Die primäre Religion besteht in der Treue zur eigenen Wahrnehmung. Das Ausmaß der Individualität entspricht der Bereitschaft des Individuums,

fruchtbaren Nährboden fiel. Der christlichen Hinwendung zum „Guten“, der Suche zum absolut Wahren, entsprach der Abbruch aller Verbindungen zu der als sündig empfundenen antiken Geisteswelt, da sich diese in den Augen der Christen nicht klar genug gegen die Rohheiten ihrer Zeit abgegrenzt hatte. Im rigorosen Eifer des Gefechts schnitt man jedoch nicht nur die Verbindung zu den Verfehlungen, sondern auch die zu den gesunden Wurzeln der Antike ab.

Erst als sich die Hoffnung, die Macht einer Kirche sei der hinreichende Wegbereiter einer menschlichen Gesellschaft, die diesen Namen ohne Einschränkung verdient, im Dunkel der Jahrhunderte als Trugschluss erwiesen hatte, und erst als die Macht dieser Kirche nicht mehr groß genug war, die Kritik an ihrem Treiben gewaltsam zu unterbinden, konnten die Kritiker laut sagen, was sich so mancher schon seit langem dachte: dass die Kirchen zwar angetreten waren, den Kontakt zwischen Mensch und Gott zu vermitteln, dass die vom Klerus kontrollierte Form der Kontaktssuche, von entleerten Ritualen abgelenkt und von Unfehlbarkeitsansprüchen zur Götzendienerei verführt, ihr eigentliches Ziel verfehlte. Die beginnende Entmachtung der Kirchen im Ausklang des Mittelalters war daher ein Etappensieg der wahren Religion.

Nachdem sich Humanismus und Aufklärung als tüchtige Konkurrenten der Kirche etablieren konnten und man wieder über den Tellerrand der Dogmen hinweg nach den Regeln der Menschlichkeit Ausschau halten durfte ohne auf dem Scheiterhaufen zu landen, nahm das abendländische Denken in der Renaissance wieder direkten Kontakt zu seinen antiken Ursprüngen auf und die alten Gedanken wurden in neue Sprachen übersetzt. So wurde auch das Wort „Kontakt“ im 17. Jahrhundert vom lateinischen Begriff „contactus“ abgeleitet und ins Deutsche übernommen.

1.2. Contingere

Im Wort „Kontakt“ fließen zwei lateinische Vorstellungen, die bereits getrennt voneinander eine gewisse thematische Verwandtschaft erahnen lassen, zu einem verstärkten Sinnbild zusammen. Man erkennt leicht das Verb „*tangere* = berühren, verbinden“ und die Vorsilbe „*kon* = mit“. „Kon“ und „tan-

Wahres durch seine Wahrnehmung anzunehmen. Die individuelle Wahrnehmung ist der ursprüngliche religiöse Akt. Jeder Ritus, der die individuelle Wahrnehmung als einzige Quelle authentischer Religiosität bezweifelt, offenbart sich als sektiererische Abweichung vom reinen Glauben.

gere“ beschäftigen sich mit dem gleichen Thema, wenn man beim „kon“ an das *Miteinander* zweier Teile denkt und beim „tangere“ an deren Verbindung. So kam es, dass vom alten Rom bis zum lateinischen Mittelalter das Verb „*contingere*“ in Gebrauch war, dessen Bedeutung man von der des einfachen „tangere“ im Grunde gar nicht unterscheiden konnte und das als Ursprung des „Kontakts“ gelten kann.

1.3. Neben, bei und mit

„*Kon*“ ist ein Sprössling des indogermanischen Adverbs „*kom*“. „*Kon*“ heißt auf deutsch „neben, bei, mit“. Abgewandelte Sinnfacetten des indogermanischen Ursprunges sind in der griechischen Präposition „*katá*“ = entlang, über...hin, von...herab, abwärts, völlig“ und im lateinischen „*contra*“ = gegen, gegenüber“ erkennbar.

„*Kontra*“, also „gegen“, ist zumindest im Lateinischen erstaunlicherweise die Steigerungsform des Begriffs „*com*“ = mit“. Der zweite Teil des Wortes nämlich, die Silbe „-tra“, ist ein Komparativsuffix, also ein sprachlicher Anzeiger, dass ein Vergleich (comparare = vergleichen) darüber stattgefunden hat, welche von zwei Mengen die größere ist. Im Vergleich zu „kon“ ist „kontra“ also mehr. Eigentlich heißt „kontra“ daher „mit-ter“, ohne dass uns hier bereits einleuchten würde, was wohl am „mit-testen“ wäre, wenn „gegen“ schon „mehr als nur mit“ ist. Beim lebendigen Kontakt gehört es wie beim Skat jedenfalls zu den Regeln des Spiels, dass man zum richtigen Zeitpunkt auch mal Kontra gibt.

Bemerkenswert ist, was die Analyse der Präpositionen „neben“ und „bei“ zur Dynamik des Kontakts zu Tage fördert. „*Neben*“ ist eine moderne Abwandlung des alten Begriffs „*an eban*“ und meint eigentlich „auf gleiche Weise“. In Wörtern wie „ebenbürtig = von gleicher Geburt“ und „Ebenbild“ wird dieser Sinn deutlich. Er unterstreicht die Tatsache, dass wirklicher Kontakt⁴ existenzielle Gleichrangigkeit der Beteiligten voraussetzt.

⁴ Wenn hier von „wirklichem“ Kontakt die Rede ist, soll dies nicht heißen, dass es auch „unwirkliche“ Kontakte gäbe. Gemeint ist, dass sich Kontakte in ihrer Tiefe und Intensität, ihrer Echtheit und im Charakter ihrer Wirkungen unterscheiden. Was das Wesen des sogenannten „wirklichen“ oder „reinen“ Kontakts ausmacht, ist Thema des Buchs und soll eigentlich erst herausgefunden werden, obwohl der Begriff hier bereits verwendet wird, als sei er schon erklärt.

Die menschliche Neigung, sich nicht von Gleich zu Gleich zu begegnen, sondern sich entweder für etwas Besseres oder für etwas Schlechteres als die Nachbarn zu halten, ist eine Maßnahme zur Kontaktvermeidung. Der Ade-lige, der etwas auf seinen Titel und die ausgewählte Farbe seines Blutes hält und der seinen Selbstwert aus der deklamierten Besonderheit seiner Ab-stammung bezieht, sieht im einfachen Bürger einen Menschen niederen Rangs, weil er einen Vorwand dazu braucht, den potentiellen Neider auf Abstand zu halten und eine Erklärung, warum es legitim ist, auf dessen Kos-ten gut zu leben⁵.

Der loyale Untertan seiner Obrigkeit macht mit vertauschter Rolle im Grunde etwas ähnliches. Um zu verhindern, dass er durch den Kontakt zu seinen hochmütigen Zeitgenossen mit denselben in Konflikt gerät, glaubt er brav, sich vor den irdischen Fürsten zu ducken sei gottgewollt und gehöre zum natürlichen Verhalten eines jeden Durchschnittsbürgers, der sich von dieser Pflicht nicht durch Reichtum freikaufen kann; was auch stimmt, falls man jene Natur meint, die auf dem Pavianfelsen zu Hause ist.

Daher spiegelt sich in der zwiespältigen Aussage des Begriffs „neben“ eine wesentliche Bruchlinie zwischenmenschlicher Beziehungen wider. Obwohl sich im „neben“ das Wort „eben“ zur Sprache bringt und die Gleich-rangigkeit derer ankündigt, die auf gleicher Ebene nebeneinander zusammen und so miteinander in Kontakt sind, drückt das Wort „neben“ oft ein Ver-hältnis der Unterordnung aus. Das ist beim „Nebenbuhler“ der Fall, der aus seiner zweitrangigen Position heraus darum buhlt, zur Hauptsache der um-worbenen Buhlin zu werden, bei der „Nebenfrau“, die womöglich erst auf-rückt, wenn die Herrin wegstirbt und erst recht bei der „Nebensache“, die sich ihrem minderen Schicksal fraglos überlässt. Jeder Kontakt zwischen zwei Menschen birgt die Gefahr, dass der eine für den anderen darin neben-sächlich ist.

Wird jemand jedoch durch die Struktur eines Kontakts zur Nebensache erklärt, ohne dass dies durch eine bewusst akzeptierte soziale Rolle als ein bloß flüchtiges Rollenspiel verstehbar wird und nimmt er diese Abwer-

⁵ Dieselbe Haltung hat im Grunde ein Fleischkonsument gegenüber seinem Vieh. Hielte er menschliches Leben nicht grundsätzlich für wertvoller als das seiner einst gackernden und blökenden Mahlzeiten, bliebe ihm der Bissen wohl im Halse stecken. Im Umkehrschluss darf man daher pointiert behaupten, das aristokratische Weltbild, das den Rang einzelner hierar-chisch nach ihrer Herkunft unterscheidet, ist die sublimierte Spielart eines nicht überwunde-nen Kannibalismus.

tung zur Nebensache ohne Murren hin, wird er dadurch psychisch krank.⁶ Je nackter sich Menschen begegnen, desto ebenbürtiger müssen sie sein, um durch die Begegnung keinen Schaden zu erleiden. Um kein Vernichter zu sein, muss der Geist, was ihm begegnet, beachten, als sei es er selbst.

Auch im Adverb „*bei*“ taucht die mögliche Ambivalenz (= Zweiwertigkeit, Doppeldeutigkeit) der Kontakte auf. „*Bei*“ geht auf die indogermanische Wurzel „*bhī*“ bzw. „*ambhi*“ zurück und heißt heute „in der Nähe von“. Ursprünglich meinte es „um...herum“ oder auch „von *beiden* Seiten“, worin die Nähe, die es heute unverblümt benennt, bereits beiläufig angesprochen wird. Verwandt mit dem „*bei*“ ist das deutsche Wort „*beide*“, ebenso wie das griechische „*ampho*“, das uns bei der besagten „Ambivalenz“, vor der das „*bei*“ uns warnt, noch heute in leicht verwandelter Form begegnet. Beim Kontakt stellt sich somit die Frage, ob er wirklich den beiden, die er zusammenbringt, jenen Platz einräumt, der eine schädliche Ambivalenz⁷ verhindert und ob es tatsächlich Nähe ist, was durch den Kontakt entsteht.

Die Kernbedeutung der Vorsilbe „*Kon*“ liegt jedoch im Adverb „*mit*“. Urverwandt mit dem deutschen „*mit*“ ist das griechische „*meta*“, das den dynamischen Charakter des „*mit*“ bestens beleuchtet. „*Meta*“ heißt „nach, hinter, später“ und weist auf einen Zustand hin, der erst durch eine Umwandlung, einen Wechsel oder ein Hinübergehen-von-da-nach-dort erreicht wird.

⁶Weiter unten wird die „Ebenbürtigkeit“ als wesentliches Strukturelement des gesunden Kontakts ausdrücklich definiert. Andererseits ist psychische Gesundheit Teilaспект gesunder Kontakte. Insofern also das „neben“ eine Verneinung des „eben“ ist, werden Menschen bereits dann psychisch krank, wenn sie nebeneinanderher leben, weil durch diese Form der Sozialität die Ebenbürtigkeit beharrlich verleugnet wird. Beim Nebeneinanderherleben wird der andere nebensächlich und fängt diese Botschaft zumindest unterschwellig auf. Ebenbürtigkeit ist jedoch der tatsächliche Maßstab des Selbstwertempfindens. Das soziale Muster des Nebeneinanders führt daher automatisch zur narzisstischen Problematik und je anonymer es in einer Lebenswelt zugeht, desto größer wird das Problem.

⁷ Schädlich ist die Ambivalenz eines Kontakts allerdings nur, wenn sie nicht erkannt oder verleugnet wird. Ist dem so, nimmt man zum anderen eine falsche Haltung ein. Man kommt ihm näher, als es gut ist oder spiegelt eine Ferne vor, die nicht stimmt. Bestehende Ambivalenzen gelten zu lassen, ist Voraussetzung dafür, dass echter Kontakt entsteht, und dass er aus sich heraus reifen kann. Indem man Ambivalenzen bei sich anerkennt und sie für den anderen erkennbar macht, entschärft man ihre pathogene Potenz. So ist Liebe zwar ein Zustand, in dem kein Hass mehr droht, aber nicht, weil man den Hass übersieht, sondern weil man ohne Angst über ihn redet.

So beschäftigt sich die *Metaphysik* mit jenem Kosmos, in den die Seele hinüberwechselt, sobald sie die irdischen Bande ihrer blinden Selbstsucht in die ätherische Weisheit des entfesselten Daseins⁸ verwandelt hat. Während sich die Physik des Diesseits in Formeln und Gesetze einfangen lässt, liegt das Meta jenseits der Berechnung und der Kalkulierbarkeit. Der metaphysische Kosmos ist aus Sicht des Geistes jene Seinsart, in der der Geist nicht mehr von der Natur, die ihn hervorbringt, getrennt, sondern in der er *mit* ihr eins ist. Die *Metaphysik* deutet auf die „Mitphysis“, in der das Hervorbringende (griech.: *phyein* = hervorbringen, entstehen) mit dem, was aus ihm entsteht, verschmolzen ist.

Die „Methode“ ist ein planmäßiges Vorgehen, das zum Beispiel im Falle der Untersuchungsmethode den Wechsel des Forschers von einer offenen Frage zur glücklich gefundenen Antwort erlaubt. Im Wort „*Methode*“ verbirgt sich das „*meta*“ und das griechische „*hodos* = der Weg, der Gang“. Eine „Methode“ ist also ein „Übergang“, und wenn sie bei der wissenschaftlichen Forschung auch bloß den bescheidenen Übergang zu wachsendem Wissen ermöglicht, so ist sie doch mit der unbescheidenen Suche nach der letzten Erleuchtung im Zen verwandt, die den durstigen Asketen zur jenseitigen Quelle der absoluten Erkenntnis hinüberführt.

Das Wort „mit“ bezeichnet eher ein Projekt, eher ein ungewisses Unterfangen als ein statisches Beieinandersein. Es ist eher ein Ich-gehe-mit, als ein Ich-bin-mit; und schon gar kein Ich-liege-bei⁹. Wer folglich mit jemandem in Kontakt tritt, tritt nicht auf der Stelle, sondern geht durch dieses Treten mit ihm fort. Weder bleibt er nur da und lässt den anderen kommen noch verschiebt er sich, bis er den anderen mit einem dumpfen „Buff“ touchiert. Mitgift der Kontaktbereitschaft ist daher, dass man sich durch sie mitfortgibt. Und... dass man von sich ablässt, denn was man fortgibt, kann man nicht im gleichen Zuge halten. Wer das nicht will, kann sich auf keine wirklichen Kontakte¹⁰ einlassen.

⁸ Unklar ist, ob die Seele quasi als virtuelle Substanz von hier nach dort hinüberwechselt, oder ob sie immer schon dort ist, sie ihr Sein aber da empfindet, wo die Dinge sind, deren Faszination ihre Aufmerksamkeit fesselt. Entfesselt wäre sie, wenn kein „weltliches“ Ding mehr ihr Interesse binden könnte, ihr im Spiel der Zugang zur ganzen Welt aber um so offener bliebe. Wenn man in allem sein will, muss man das Draußen ganz ertragen.

⁹ Es sei denn, das Bei-liegen führt zu spezifischen Reaktionen, deren Folgen sich bis in die nächste Generation fortpflanzen, sodass durch diese Art des Beieinanderseins demonstriert wird, dass das echte „mit“ stets den Übergang vom alten zum neuen vermittelt.

¹⁰ Gezielte „Kontaktpflege“ ist nichts, was tatsächliches Interesse am Kontakt verriete. Vielmehr ist sie ein Vermeiden wirklicher Kontakte, also jener Form, die etwas Wesentliches bewirken könnte. Wer seine Kontakte mit gezielter Absicht pflegt, macht sich verdächtig, sie

1.4. Der volle Kontakt ist eine reine Katastrophe

Oben haben wir gesehen, dass das griechische „*katá*“ und das „*kon*“ aus derselben sprachlichen Wiege stammt. „*Katá*“ bedeutet „von...herab“, „abwärts“ oder „völlig“ - ganz so wie es sich in den Begriffen „*Katabolismus*“, „*Katastrophe*“ und „*Katarakt*“ verlautbar macht.

Der *Katabolismus* ist jene Teilstrecke des Stoffwechsels lebender Organismen, auf der die organischen Substanzen ihrer Körper wieder abgebaut und somit in ihre ursprünglichen Bestandteile zerlegt werden. In Analogie dazu ist auch der Kontakt ein dynamischer Umbauvorgang. Er wird nicht nur aufgebaut, sondern, solange er andauert, baut er Bestehendes ab. Er ist ein psychosozialer Prozess, also mehr als nur ein Zustand statischer Verknüpfung. Im „reinen“ Kontakt werden bestehende psychische Strukturen katabolisiert; das heißt, es werden verfestigte seelische Muster, die zu charakteristischen Verhaltensschablonen geronnen sind, in wiederverwendbare Energien aufgelöst, sodass sich der Prozess der psychosozialen Umwandlung munter weiterdreht, so wie es das „*meta*“ im „*mit*“ schon verheißen. „Reiner“ Kontakt ist vergleichbar mit der chemischen Reaktion zweier Substanzen, die im Reagenzglas unausweichlich aufeinandertreffen. In beiden Fällen entsteht durch die Begegnung des Unterschiedlichen etwas tatsächlich Neues.

Wer sich aus Kontakten also nicht heraushält, unterliegt dem Gesetz, dass das „*meta*“ des „*mit*“ auch für ihn gilt, zumindest soweit er den Kontakt tatsächlich wagt. Und er unterliegt dem Gesetz, dass er sich dem Wandel, den der Kontakt erzwingt, letztendlich überlassen muss.

„*Katá*“ heißt aber nicht nur „abwärts“, sondern auch „völlig“. Bei der berühmten *Katastrophe* ging die *Titanic*, wie man sich mit Grauen erinnert, dröhnend, knarrend und vollständig im schwarzen Schweigen des Eismeeeres unter. Wörtlich übersetzt heißt „*Katastrophe*“ „die völlige Wendung“. Statt dass das Schiff als unsinkbare Herrin der Meere den Triumph des Menschen über die Natur bezeugte, so wie man es bei seiner Abfahrt im Hafen Southampton's kühn voraussah, wendete sich das Blatt in einer Weise, die den

zu sekundären Zwecken zu gebrauchen. Vielleicht will er Langeweile oder Trennungsängste vertreiben, vielleicht erhofft er sich geschäftliche Vorteile oder dass er auf diese Weise jemanden kennengelernt, dessen Glanz ihm weiteres Zweifeln an sich selbst erspart. Vielleicht hält er sich aus Angst vor dem Fallen auch bloß an allem fest, was ihm das Schicksal momentan noch nicht entreißen will. Indem er die immanente Dynamik des Kontakts jedenfalls für seine Zwecke zu zähmen versucht, missbraucht er den Kontakt mit dem Resultat, seine Lebendigkeit zu töten. Was übrigbleibt, sind bloß Beziehungsleichen.

erhofften Triumph im Desaster vollständig scheitern ließ. Diese überraschende Vollständigkeit ist das eigentliche Wesen der Katastrophe.

Ein übereiltes Von-sich-Ablassen im Kontakt, die leichtsinnige Hingabe an das andere, so phantasiert an dieser Stelle das Unbewusste weiter, könnte in letzter Konsequenz zum völligen Untergang der individuellen Selbstbehauptung führen. Vielleicht wird es dem Ich, wenn es ganz einem Du begegnet, im Sog der Ereignisse, die dieser Begegnung folgen, vollkommen gleichgültig, ob es die Begegnung überhaupt als jenes Ich übersteht, das sich selbst vor der Begegnung so wichtig war. Der „reine Kontakt“ erscheint als eine Katastrophe für jede partielle Identität.

Ein Indiz dafür, dass der Kontakt sich wie ein Fluss ohne Wiederkehr verhält, ergibt sich auch aus der semantischen Verwandtschaft des Begriffs mit dem Wort „*Katarakt*“. Katarakte sind Stromschnellen. Fließt das Leben schon außerhalb enger Kontakte beharrlich dahin, so wird die Fahrt erheblich beschleunigt und durch die Macht der Strömung unumkehrbar, je mehr sich das Boot dem „reinen Kontakt“ annähert. So war die Fahrt der ‘African Queen’ ein Gleichnis dafür, dass sich die Lebensbahnen von Bogart und Hepburn im Sog der Stromschnellen so miteinander verwoben, dass daraus die Unumkehrbarkeit von zwei gemeinsamen Schicksalen entstand, deren Ausgang keiner von beiden vorausgesehen hätte.

Ist nicht der Tod erst die größte Hochzeit des Lebens, so fragt das Unbewusste sich bang, wenn sein Bewusstsein unbekümmerten Kontakt zum Bewusstsein eines anderen sucht, und sollten wir mit der Ankunft beim letzten der großen Ziele nicht besser warten, bis es dazu an der Zeit ist oder bis im Bewusstsein der Übermut dazu bereit steht, sich von der Illusion der Einzigartigkeit des eigenen Ichs tatsächlich ganz zu trennen?

Den Kräften, die nach Kontakt suchen, stehen Kräfte entgegen, die Kontakt aktiv vermeiden. Sinnvoll ist dieses Widerstreben sicher soweit, als dass das Ziel noch nicht erreicht ist, das Individuum mit der Einsamkeit der Existenz vertraut zu machen. Sinnvoll ist es darüber hinaus, weil Kontakt und Individuation in einer dialektischen Wechselbeziehung stehen und das eine das andere zum eigenen Werden braucht. Jeder gesunde Kontakt kennt sich daher nicht nur zu den Werten, die man miteinander teilt und in denen man sich einig ist, sondern gibt ausdrücklich Raum für das, was vorerst nicht vereinbar ist und trennend bleibt. Kontakt setzt die Trennung derer voraus, die sich im Kontakt begegnen und je gelassener man die Tren-

nung ertragen kann, desto näher kommt man der Stelle, an der sich Kontakt und Trennung in etwas Neues übersteigen¹¹.

1.5. Grenzen

Vom Verb „*tangere*“ bzw. dem gleichbedeutenden „*contingere*“ wurde das „*Kontingent*“ abgeleitet. Ein Kontingent ist ein wohldefinierter, also begrenzter Beitrag; zum Beispiel ein Truppenkontingent bei einer Friedensmission. Oder der Begriff meint eine zugeteilte Warenmenge, also etwas ähnliches wie eine Ration. Wegen der Verwandtschaft der Begriffe ist es zum besseren Verständnis des „Kontakts“ sinnvoll, sich das Wesen des „Kontingents“ näher vor Augen zu führen.

Im oben genannten Beispiel ist ein Kontingent ein begrenzter, wohldefinierter und umschriebener Beitrag zu einer Friedensmission. „*Definiert*“ stammt vom lateinischen Verb „*definire*“ und enthält das Wort „*finis*“ = Grenze“. Die Vorsilbe „*de*“ gehört zur Wortsippe um das Adverb „*zur*“, dem auch das russische „*do = bis*“ zugeordnet ist. Es meint eine Richtung, auf die zu etwas abzielt.

So sagt man: ‘Samstag Nachmittag fahren wir *zur* Oma.’

Durch die wartende Oma wird das Ziel definiert und das glückliche Erreichen des Ziels durch einen selbstgebackenen Kuchen belohnt.

„*Definiert*“ heißt also „auf-eine-Grenze-zu-und-bis-an-sie-heran“. Man fährt zur Oma, aber man fährt nicht an ihr vorbei, denn dann würde der Kuchen seinem wahren Schicksal, dem Verzehr, entgehen und die Vorfreude der Oma auf die Ankunft ihrer Nachkommen müsste einen verschwiegenen Tod erleiden. Und noch weniger als an der Oma vorbei fährt man über sie hinweg. Denn dann wäre nicht nur die Freude der Oma, sondern sie selbst dem Tode geweiht. Bei einem wohldefinierten Kontingent ist von vornherein klar, dass man seine Grenzen nicht überschreiten sollte. Das Kontingent soll den Raum innerhalb seiner Grenzen füllen. Und mehr soll es nicht. Führt man sich vor Augen, dass eine Friedensmission aus verschiedenen Kontingenten besteht, versteht man den Sinn dieser Begrenzung und warum es gilt, sie geflissentlich zu respektieren. Indem sich die Kontingente an den Grenzen, die sie einhalten, gegenseitig berühren, ergänzen sie sich erst zum übergeordneten Ganzen der Friedensmission.

¹¹ Was man nur schwer mit einer Sprache beschreiben kann, die selbst erst den Kontakt des Getrennten betreibt.

Berührung und Komplexität setzen den Respekt vor jenen Grenzen voraus, deren Existenz sie erst ermöglicht. Zwar kämen die Kontingente auch dann miteinander in „Berührung“, wenn sie ihre Grenzen nicht einhielten. Doch das wäre eher ein Aneinandergeraten als eine Berührung und es gäbe keine Friedensmission, sondern ein Schlachtfeld neuer Konflikte, auf dem die Kontingente um die Vorherrschaft miteinander konkurrierten. Aus den ursprünglichen Kontingenten wären neue Konfliktparteien geworden und die komplexe Mission würde von den entgrenzten Parteien zerschlagen. Die Bruchstücke, die daraus entstünden, wären nicht friedlich zu etwas Ganzem verzahnt, sondern im Streit ineinander verbissen.

1.6. Geometrie und Begegnung

Untersucht man weitere Abkömmlinge des Verbs „*tangere*“, verspricht dies neue Facetten des zentralen Phänomens „Kontakt“ zu erhellen. Leicht zu erkennen sind die Wörter „*Tangente*“, „*tangieren*“, „*Takt*“, „*intakt*“ und „*Tango*“. Etwas mehr Phantasie braucht man bei „*integer*“, „*taxieren*“ und „*tasten*“.

Eine *Tangente*, so erinnert man sich an den Geometrieunterricht, ist eine Gerade, die einen Kreis berührt. Der Tangens ist eine Winkelfunktion. Er bezeichnet den Abstand zwischen dem Berührungs punkt von Kreis und Tangente und der Schnittstelle dieser Tangente mit einer Geraden, die durch den Mittelpunkt des Kreises verläuft.

Bei der Untersuchung der Psyche und ihres Schicksals im Kontakt sollte man sich nun von perfektionistischen Ansprüchen an Eindeutigkeit und zwingende mathematische Präzision der Aussagen freimachen. Vielleicht ist die Psyche zwar eine Funktion und Erfindung der Mathematik¹², um das Nichts durch eine Schar origineller Insassen zu bevölkern, unser Horizont ist aber zu eng, als dass wir sichere Erkenntnisse darüber haben könnten. Wie die Erfahrung mit der Analyse psychischer Phänomene nämlich zeigt, greift alles, was der Verstand von der Psyche begreifen kann, zu kurz. Immer hat man den Eindruck, dass man zwar berührt, vermutet und

¹² Also ein Gefüge komplexer mathematischer Gesetze, die durch den logischen Zwang ihrer Koexistenz abstrakte Felder zum Dasein bringen, Felder, zu deren Eigenschaften es gehört, sich von den simplen Ausläufer ihres Daseins aus zunächst das Einmaleins und dann das Integral bewusst zu machen und auf diese Weise sich selbst zu einem Strahl des Wissens derart scharf zu bündeln, dass man damit zu aller Letzt durch alle Felder, die sich selbst verstehen, hindurch in jenen Abgrund leuchten kann, in dem sich jede Spur verliert.

erahnt, dass man Modelle erfindet, die manches gut beschreiben, aber man hat auch das Gefühl, dass der Verstand hoffnungslos hinterherhinkt, sobald man sieht, wie sich die Komplexität der Psyche jenseits des gerade eben abgesteckten Verstandeshorizonts schier endlos in neue Verästelungen erstreckt. Daher braucht man nicht vor hinkenden Vergleichen zurückzuschrecken und kann aus der Tangensfunktion der Geometrie auf die Gesetze des Kontakts schließen.

¹³Je nachdem in welchem Winkel die zweite Gerade den Mittelpunkt des Kreises kreuzt, schwankt der Tangens periodisch zwischen Null und Unendlich. Diese Schwankung entspricht gleichzeitig dem Winkel und der Ausrichtung, mit der die zwei Linien aufeinandertreffen. Laufen sie parallel, geht der Tangens gegen Unendlich. Treffen sie senkrecht aufeinander, ist er gleich Null. In der Mathematik beschreibt der Tangens die Nähe des Schnittpunkts vom Ursprung. Ist der Tangens Null, ist diese Nähe maximal. Es gibt also zwei Ausrichtungen, bei denen die Nähe maximal ist und bei zwei anderen kommt keine Berührung zustande. Diesen geometrischen Bildern entspricht eine Regel des Kontakts.

Bei der Begegnung entsteht maximaler Kontakt, also größte Nähe, wenn der eine unverstellt sagt, was er wahrnimmt und der andere ihm dabei zuhört, ohne durch übereilte Urteile voreilig Stellung zu beziehen; wenn der Zuhörer das Gehörte also ohne Angst und Abwehr in sich gelten lässt. Die Nähe ist allerdings nur maximal, wenn der, der spricht, den anderen durch seine Aussagen nicht beherrschen will und wenn der, der hört, nichts zu hören versucht, was er gezielt dazu verwenden könnte, sich des Sprechers

¹³ Tun Sie sich den Gefallen und überspringen Sie diesen Absatz! Erstens kann der Versuch, geometrische Bilder in genießbarer Sprache darzustellen, als qualvoll gescheitert gelten und zweitens ist die morphologische Verknüpfung der Tangensfunktion mit den Regeln der zwischenmenschlichen Begegnung - bloß weil es zwischen den Begriffen etymologische Zusammenhänge gibt - eine arge Strapaze für das ästhetische Empfinden unseres assoziativen Verstandes. Selbst wenn der Weg über Hühnerfeld tatsächlich nach Rom führen sollte, gibt es keinen Grund, nicht darauf zu verzichten.

Warum ich selbst dann nicht darauf verzichte? Weil ich solange in den Plan verbissen war, das karge Niemandsland durch einen kühnen Brückenschlag zu überwinden. Zu groß war der Ehrgeiz, die Flüchtigkeit des Daseins zu entkräften, indem der Augenblick der Begegnung unverlierbar im ewigen Bestand mathematischer Gesetze verankert wird, als dass ich jetzt den Gleichmut hätte, der Übermacht, die mich zurückweist, mein Scheitern einzugehen und das bemühte Konstrukt gelassen einzureißen. Da die Mathematik sich meiner Sehnsucht entzieht, will ich die Teilnahme an ihrem Königreich verweigern und draußen stoisch untergehen.

zu bedienen. Maximal ist also ein Kontakt, wenn man den anderen wie eine Tangente berührt, ohne in ihn einzudringen.

Kein Kontakt entsteht, wenn der eine dem anderen immer zustimmt, oder ihm stereotyp widerspricht. In diesen Fällen wird wirklicher Kontakt vermieden, obwohl er scheinbar stattfindet.

Wer immer zustimmt, ist dem anderen nicht gegenwärtig, sondern schlüpft in ihn hinein, weil er die Entfernung zu ihm fürchtet und weil er sein Gegenüber als Handschuh gegen die Unbilden des Lebens zu benutzen gedenkt. Er macht sich durch seinstellungsloses Ja so unangreifbar wie ein Torero, hinter dessen Tuch selbst die Wut eines Stiers immer nur ins Leere geht; und wer unangreifbar ist, ist auch unberührbar. Die Nähe des steten Ja ist eine versteckte Distanz, die die Verweigerung echter Präsenz verleugnet.

Wer andererseits stets widerspricht, dessen kritiklose Distanz ist keine Selbständigkeit. Sie ist Folge davon, dass ihm die Nähe nicht geheuer ist und er die Gefährlichkeit des anderen aus der Ferne besser zu kontrollieren hofft. Seine scheinbare Autonomie ist kein wirklicher Hafen der Sicherheit. Sie ist eine Folge der Angst, dass er sich aus lauter Sehnsucht kopfüber in eine Nähe stürzen könnte, die ihn schamlos missbraucht.

Mühsame Annäherungen durch handschriftliche Berechnungen mögen heutigen Mathematikschülern bei der Ermittlung der Länge des Tangens durch die simple Bedienung ihrer Rechnertastatur erspart bleiben. Wer nach echten Berührungs punkten beim Kontakt mit einem Partner sucht, muss sich die Mühe der schrittweisen Annäherung und der Überwindung seiner Ängste aber oftmals machen. Schrittweise ist die Annäherung deshalb, weil man bei der Begegnung nicht nur den anderen berührt, sondern weil man sich zum Berühren des anderen zuerst selbst finden muss. So springt man im Kontakt zwischen sich und ihm. Der „reine“ Kontakt tanzt zwischen freiem Ausdruck und abgeschiedener Innerlichkeit hin und her.

Zwar kann man mit einer Portion geschulter Eloquenz und etwas Übung bei gesellschaftlichen Anlässen leicht Themen finden, über die es sich smalltalken lässt, doch verhindert diese Art der Flexibilität allzu schnell, dass man sich tatsächlich etwas sagt. Nur dem geübten Sprecher gelingt es ohne merkwürdige assoziative Sprünge, die sein Gegenüber irritieren könnten, vom Vorteil des Breitreibens bei scharfer Kurvenfahrt und dem unmöglichen Verhalten der Frau Kostermann beim letzten Betriebsausflug ins Sauerland auf wesentlichere Themen überzuleiten. Bleibt es im Gespräch bei jenen Themen, die der Zufall den schwatzenden Partygästen auf die Lippen legt, umgehen sie damit geschickt die Fallstricke des näheren Kontakts und das Gesagte tangiert sie in aller Regel nicht. Am Tag danach sind die Inhalte

vergessen und es ist, als wäre nichts geschehen - was notabene gar nicht zu verachten ist, denn intensiver Kontakt wäre auf Dauer unerträglich.

1.7. Zwischen Hochmut und Stolz

Verlassen wir nun das Feld der Winkelfunktionen und wenden wir uns dem Verb „tangieren“ zu! Das Verb verrät beim üblichen Gebrauch einen gewissen Hochmut des Sprechers, der, wenn er sagt ‘Das tangiert mich nicht’, sich glauben machen will, er schwebe königlich erhaben über jener Sache, die ihn doch tangieren könnte, wäre der Sprecher nicht aus einer verleugneten Furcht heraus auf der Flucht vor ihr. Wäre Kontakt, in dem jedes Tangieren erst wirklich wird, nicht ein Feld, auf dem auch um Erhabenheit, Ausgeliefertsein und persönliche Autonomie gefochten würde, hätte der Sprachgebrauch dem Wort „tangieren“ nicht diese illusionäre Note unantastbarer Unberührbarkeit gegeben, in der sich der, der sich für untangierbar hält, in einer trügerischen Sicherheit geborgen wähnt.

Tangiert, und zwar in einer Art und Weise, die durch feste Regeln vor Schamlosigkeit schützt, wird auch beim argentinischen *Tango*. Mehr noch als die erhitzen Körper berühren sich bei diesem Tanz zwei stolze Krieger der Erotik. Da es beim Tango mehr um die wachsam tastende Berührung des einen ungebrochenen Willens mit dem anderen geht, empfände man es als taktlos, wenn die Hände der Tänzer den heiligen Bann der erotischen Spannung durch nachlässiges Tasten am Körper des Partners durchbrechen würden und die Erotik¹⁴ der Begegnung im billigen Abgrund libidinöser Verbrüderung unterginge.

Auch bei dem Kontakt, der nicht wie der Tango im Takt der Gitarren schwingt, geht das wahre Wesen der Begegnung unter, wenn man sich zu schnell erlaubt, in die Schwerkraft der Gemeinsamkeit zu kollabieren. Sehr oft geschieht das in der Psychotherapie, wenn es der Therapeut nicht schafft, trotz der Begegnung, mit sich selbst allein zu sein und er sich in eine konventionelle Freundlichkeit zu seinem Klienten flüchtet. Die therapeutische Wirksamkeit profitiert von einer differenzierten Distanz, aus der heraus der Therapeut sagen kann, was er für richtig hält, ohne sich in den Fallstricken persönlicher Beziehungsinteressen zu verheddern.

Im Beziehungsleben der privaten Art gilt für das Überleben der Erotik die gleiche Grundbedingung; dass man sie nicht in einem Übermaß gemüthi-

¹⁴ Wenn man dem Tango glaubt, ist Erotik eine Form der Begegnung freier Mächte. Sie droht mit Waffen, um den zu finden, der sich der Drohung nicht beugen will.