

Philosophie als Arznei der Sucht

Die großen Philosophen als Therapeuten der Seele

Im Anton Proksch Institut sind philosophische Aktivitäten seit nunmehr fünf Jahren integraler Bestandteil des Behandlungs- und Rehabilitationsprogramms. Unsere klinisch-therapeutischen Erfahrungen sowie die ersten Daten einer Pilotstudie und die damit im Zusammenhang stehenden Schlussfolgerungen zeigen die Notwendigkeit philosophischer Therapiestrategien im Gesamtbehandlungskonzept auf.

Seelenverwandtschaft: Dass es ein Naheverhältnis zwischen Philosophie und Psychotherapie gibt, ist einerseits ein sehr alter Gedanke, so meinte bereits Epikur (2000): „Wer jung ist, soll nicht zögern zu philosophieren, und wer alt ist, soll nicht müde werden im Philosophieren. Denn für keinen ist es zu früh und für keinen ist es zu spät, sich um seine seelische Gesundheit zu kümmern.“ Andererseits ist die Überlegung, dass Philosophie und Therapie zusammengehören, sehr modern. C. G. Jung (1972): „Ich kann es kaum verschleiern, dass wir Psychotherapeuten eigentlich Philosophen oder philosophische Ärzte sein sollten oder vielmehr, dass wir es schon sind, ohne es wahr haben zu wollen ...“

Philosophische Überlegungen, soviel steht fest, haben einen wohltuenden Effekt auf die Seele. Für diesen Befund ließen sich viele Bürger anführen. Philosophenpsychiater wie Karl Jaspers, Viktor Frankl, Ludwig Binswanger, Jacques Lacan sollen hier stellvertretend genannt werden (vgl. Poltrum, Musalek 2009). Das „Arzneimittel Philosophie“, das ausgedünnt und verwässert in der Psychotherapie immer schon wirkt, kann auch direkt angewendet werden. Solche Bemühungen gibt es im Anton Proksch Institut.

Vorlesung zur Lebenskunst: Im Rahmen des stationären Therapieaufenthaltes



Das Fresco von Raffael „La scuola di Atene“, in der Stanza della Segnatura des Vatikans, 1510/11, das die antiken Philosophen zeigt, könnte mit gutem Recht auch die großen Psychotherapeuten der Antike heißen. In der Mitte, mit dem Finger in den Ideenhimmelweisend, Platon. Daneben, mit der Geste „am Boden zu bleiben“ Aristoteles.

bieten wir unseren Patienten seit einigen Jahren eine Vorlesungsreihe zum Thema „Philosophie der Lebenskunst“ an. Dabei werden Fragen wie: Was ist Liebe, was ist Glück, wo beginnt und wo endet Freundschaft, gibt es einen freien Willen, die Frage nach dem Sinn etc. anhand von Texten der großen Philosophen oder Darstellungen ihrer Lehren sowie anhand der Weltanschauung und Lebensphilosophien der Patienten debattiert.

Die ersten Ergebnisse einer Pilotstudie verweisen darauf, dass es unter Suchtpatienten einen nicht unerheblichen Anteil von Personen gibt, für welche die philosophische Reflexion die via regia

therapeutisch induzierter „positiver Veränderungserwartung“ darstellt (vgl. Poltrum, Musalek 2008a).

Platon, Kant und Co. als Medikament:

Für die Frage, wie Philosophie im klinischen Kontext als Medikament wirken soll, gibt es mehrere Modelle und Erklärungen. Jeder Mensch hat eine Lebensphilosophie und Weltanschauung. Ob man diese bewusst hat, pflegt und ausarbeitet oder ob einem seine Lebensphilosophie und Weltanschauung unbewusst ist, spielt dabei keine Rolle. Als Mensch kann man gar nicht anders als philosophieren, denn auch wenn man viele der eigenen Gedanken und Kogni-



tionen nicht unter diesem Code wahrnimmt, ist man im Grunde ständig am philosophieren.

Unter Umständen ist eine unzureichende oder verengte Weltsicht mit Ursache für die Probleme, in die sich jemand hineinmanövriert hat. Wenn dem so ist, dann bedarf es der „Liebe zur Weisheit“. Horizonterweiterung, Einstellungsmodulation, polyperspektivisches Denken – das sind von jeher die Leistungen der Philosophie.

Philosophische Erörterungen sind im klinischen Kontext erstens dazu in der Lage, die „noetischen Ressourcen“ zu aktivieren, also genau jene Überzeugungen, Einstellungen und Wertsysteme zu erweitern, die einen in die Sackgasse geführt haben.

Zweitens kann man durch die Darstellung verschiedenster philosophischer Systeme Hoffnung auf Besserung induzieren und die Erwartung wecken, dass die Therapie gelingt. Mit Platons Ideenlehre kann man darauf verweisen, dass es sich lohnt, sich für Ideale zu engagieren, mit Kant lässt sich aufzeigen, dass es einen freien Willen gibt, und mit Ernst Bloch, dass Sehnen, Wünschen und Hoffen ins Gelingen verliebte Empfindungen sind. Empfindungen nah an der Erfüllung – solche Gedanken brauchen unsere Patienten.

Drittens kann Philosophie auch „kognitive Selbstmedikation“ sein. Der „innere Weise“ oder der „innere Heiler“, den jeder Mensch in sich trägt, tritt oft als guter Gedanke, wohlthuende Vorstellung oder tröstende Kognition auf. Unsere „Vorlesung zur Lebenskunst“ versucht die Patienten wieder in Kontakt mit ihren Selbstheilungskräften zu bringen. Die Patienten sollen ihren „inneren Therapeuten“ entdecken und ihn auf ihre Wunde ansetzen.

Philosophie, das ließe sich zeigen, hatte immer die Aufgabe, Orientierung ins Leben zu bringen und mit all dem Schwierigen und Traurigen der Welt zu versöhnen. Es geht darum, dem „metaphysischen Bedürfnis“, das gerade Menschen in Grenzsituationen (Jaspers 1919) vermehrt haben, ein Angebot zu machen.

Metaphysischer Hunger: Ich erinnere mich gut an einen Patienten, der eine sehr dramatische Lebensgeschichte hatte und wegen Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit zum zweiten Mal in stationärer Behandlung war. Im Rahmen der Anamnese berichtete er von zwei Suizidversuchen. Beide Male hatte der Patient die Selbstmordversuche so arrangiert, dass er eigentlich hätte sterben müssen. Durch zwei sehr unwahrscheinliche Ereignisse wurde er zufällig gefunden und gerettet.

In der Erzählung des Patienten war sehr auffällig, dass das Wort „zufällig“ explizit betont wurde, so dass es nahe lag zu fragen: „War es zufällig?“ „Wahrscheinlich nicht, vielleicht gibt es etwas, das will, dass ich am Leben bleibe“, war die Antwort des Patienten. In dieser sehr sensiblen Gesprächssequenz artikuliert sich ein starkes „metaphysisches Bedürfnis“.

Nicht, dass eine „klinische Philosophie oder philosophische Therapeutik“, wie wir sie im Anton Proksch Institut betreiben, hier eine letzte Antwort hätte, aber über diese Anliegen muss man sprechen und den Patienten ein Angebot machen. Dies nicht zu tun, wäre ein fataler Fehler. Philosophie kann hier, durch ihre Weite und Ungebundenheit, durch ihre antidogmatische und konfessionsfreie Haltung sehr fruchtbares Dialogpotenzial einbringen. Im besten Fall kann sie sogar der „metaphysischen Heimatlosigkeit“ (Lukács 1971) etwas entgegensetzen.

Philosophische Kontraindikationen: Da nicht alle Philosophien in der Lage sind, Orientierungsmöglichkeiten zu eröffnen und noetische Ressourcen zu aktivieren, bedarf es einer gezielten und sensiblen Auswahl. Philosophische Reflexionen können auch üble Nebenwirkungen haben und einem den Boden unter den Füßen wegziehen.

Manchmal sind es nur Teilbereiche von Philosophien, die im therapeutischen Kontext als Hilfestellungen angeboten werden können. So gibt es zum Beispiel viele fruchtbare Überlegungen in der

stoischen Philosophie, die vor allem bei affektiven Störungen und emotionaler Instabilität als kognitive Gegenkonzepte sehr gut helfen (vgl. Hoellen 1986). Da wäre allen voran die ‚Dihairesis‘ („Durchteilung“) Epiktets zu nennen, die Einteilung der Dinge in jene, die in unserer Macht stehen, und jene, die nicht in unserer Macht stehen. „Über das eine gebieten wir, über das andere nicht.“ (Epiktet 2006)

Bei negativen Affektionen, deren Grund oft in einer unzureichenden Dihairesis zu finden ist, also die im Grunde auf der Verwechslung dessen, was in unserer Macht steht, und dessen, was nicht in unserer Macht steht, beruhen, könnte durch das stoische Ethos der Gelassenheit, eben durch eine zureichende Dihairesis emotionales Erregungspotenzial abgepuffert werden. Damit wären diese Elemente der stoischen Philosophie unbedingt in das Programm einer klinischen Philosophie aufzunehmen. Der ganzen Stoa, die zum Beispiel auch ein bejahendes Verhältnis zum Suizid aufweist, kann im klinischen Kontext aber natürlich nicht zugestimmt werden (vgl. Poltrum 2008b). Die gesamte Stoa etwa im Rahmen einer „Vorlesung zur Lebenskunst“ vorzustellen, wäre demnach geradezu kontraindiziert. ■

Literatur beim Verfasser

Resümee

Der skizzierte Überblick über die gegenseitige Beeinflussung von Philosophie und Psychotherapie und die Darstellung unserer „klinischen Philosophie und philosophischen Therapeutik“ blieb aus den gebotenen Platzgründen mehr als nur fragmentarisch.

Festzuhalten ist: Philosophische Überlegungen haben einen wohlthuenden Effekt auf die Seele. Das „Arzneimittel Philosophie“, das ausgedünnt und verwässert in der Psychotherapie immer schon wirkt, kann auch direkt angewendet werden. Im Anton Proksch Institut gibt es diese Anwendungen seit einigen Jahren mit großem Erfolg.