

## **Vom rechten Maß beim Kirschenessen und warum auch für Systemiker Träume vom Fallen angstbesetzt sind**

*Lothar Eder, Mannheim*

Es ist nicht leicht, auf Jürgen Hargens Erwiderung auf meine Erwiderung im Rahmen der sogenannten Lehrbuchdebatte zu antworten, weil er sich darin mit den zentralen Thesen meines Beitrages überhaupt nicht beschäftigt. Es ging mir auch nicht um eine persönliche Auseinandersetzung, das habe ich erwähnt. Vielmehr schien mir Hargens Beitrag beispielhaft für einige systemische Mainstream-Positionen. Meinen Beitrag habe ich während eines Auslandsaufenthaltes verfaßt und – aus welchem Grund auch immer – den Hargensschen Text als einzigen Kritikerbeitrag eingepackt, wohl, weil er mir eben beispielhaft schien.

Eine meiner Thesen war ja, daß *Krankheit* eigentlich ein guter Begriff (*Be-Griff!*) ist, weil er Wurzeln hat, die unmittelbar aus der Erfahrung kommen (zur Erinnerung: der Wortursprung *kranc* hat etwas zu tun mit "gebogen, gebeugt sein" bzw. sich so fühlen). Ebenso verhält es sich mit der *Angst* (*angustiae*, i.e. "Enge") und eben auch mit der *Depression*, die Hargens als sein Lieblingsbeispiel einführt. Eben genau hier bei der Depression greift einmal mehr die metaphernanalytische These des *Embodiment*: Die *Depression* hat eine körperliche Erfahrungswurzel und ist demnach, wie die *Angst* und die *Krankheit*, nicht lediglich "sozial konstruiert", wie der systemische Mainstream nicht müde wird zu betonen. Die Depression ist wörtlich eine "Nieder-Drückung" oder eine "Be-Drückung", demnach körperliche Erfahrung, die in ein Wort geflossen, anders ausgedrückt: *body in the mind* ist und eben nicht: *mind in the body*. Die *Depression* ist ein französisches Lehnwort (*déprimer* von lat. "deprimere", was "niederdrücken" bedeutet). Die Depression ist also eine "Niederdrückung", die tatsächlich dem Empfinden desjenigen, der sich "depressiv" (also nieder-gedrückt) fühlt entspricht. Es gibt also für *Angst* kaum ein besseres Wort als "Angst" und für *Depression* kaum ein besseres als "Depression". Daß diese Begriffe verdichten und verallgemeinern, daß jemand, der "depressiv" "ist" in seiner Erzählung über sein Befinden weitere paraphrasierende und kontextualisierende Wörter und Sätze verwendet, habe ich weder bestritten noch widerspricht dies meiner Grundthese.

Hargens schreibt, Metaphern seien Erzählungen. Das ist nach meiner Kenntnis und Auffassung der Metaphertheorie nicht richtig. Die Metapher verhält sich zur Erzählung wie der Brühwürfel zur Suppe. Dieses Bild ist natürlich schief, denn eine Metapher ist

aussagekräftig und "genießbar", während ein Brühwürfel dies nicht ist. Gemeinsam aber ist beiden der hohe Grad an Verdichtung. Die Erzählung erzählt, sie ist explizit, geht in die Breite oder sie stockt und ist unvollständig, die Metapher ist maximale Verdichtung von größtenteils unausgesprochener, impliziter Bedeutung, eine "Aristotelische Maschine", wie Umberto Eco einmal schrieb.

Die Haupttrennlinie zwischen Jürgen Hagens und meiner Position scheint mir bei den Voraussetzungen von Konstruktionsprozessen zu verlaufen. Der Konstruktivismus hat aus meiner Sicht in weiten Teilen seiner Rezeption mittlerweile einen eigenen Schöpfungsmythos geschaffen, nämlich denjenigen der *Voraussetzungslosigkeit* und denjenigen der *Beliebigkeit*. Wirklichkeit ist, so klingt es für mich häufig, ein voraussetzungsloses Ergebnis eines v.a. sozial determinierten Konstruktionsprozesses. Dazu gehören im Extrem auch die Gesundheit und das Geschlecht, wie der *Gender Mainstream* uns glauben machen will.

Es wird dabei ausgeblendet, und im *Gender Mainstream* geschieht dies in deutlich ideologischer Manier, daß Menschen sich nicht voraussetzungslos in diesem Dasein bewegen, daß sie gebunden sind an Bedingungen und sich nicht beliebig ständig neu erfinden können (was nicht heißt, daß man die eigene Veränderung nicht auch selbst in der Hand hätte). Dem entspricht, daß die spätmoderne westliche Kultur sich über natürliche Lebensrhythmen hinwegsetzt, sowohl in den Arbeitsabläufen als auch bei den regenerativ-nährenden Prozessen wie physische Nahrung, Ruhen, Liebe und Pflege. Nicht umsonst sagen traditionell (daoistisch) orientierte Chinesen, wir "Westler" hätten "volle Herzen und leere Nieren", will sagen: eine emotional-mentale Überfunktion und einen Mangel an Lebenskraft.

Nehmen wir den Satz von Hagens "Iß nicht so viele Kirschen, du verdirbst dir den Magen". Dieser Satz beschreibt eine Begrenzung, und zwar eine körperlich vorgegebene. Mein Körper setzt mir Grenzen, meine Erfahrung erzählt mir etwas über das, was geschieht, wenn ich zu viele Kirschen esse und der Satz "man bekommt Bauchweh von zu vielen Kirschen" ist *wahr*, er stimmt, auch wenn jemand das (im systemischen oder protestantischen Sinne) bezweifelt (denn wenn die einzige Gewißheit, an die man glaubt, der Zweifel wäre, dann wäre auch dies ein Satz, der für sich beanspruchte *wahr* zu sein, abgesehen davon, daß fortwährendes Zweifeln – *Zwei-fel* (!), um Samuel Beckett zu zitieren – die Mundwinkel nach unten zieht). Wenn ich die Idee habe, daß ich mich über die körperlichen Vorgaben beim Konstruieren meiner individuellen Kirschenwirklichkeit hinwegsetzen kann, wird mir mein Körper schon erzählen, wie er dazu steht und das Bauchweh spüre ich auch ohne soziale Mitkonstrukteure.

Es gibt u.a. zwei Sorten von Träumen, die Menschen wohl zu allen Zeiten hatten: den vom Fallen ins Bodenlose, den zweiten vom Fliegen. Die erste Sorte Traum ist beängstigend, wir fallen ins Bodenlose, ohne gehalten oder aufgefangen zu sein. Die zweite Sorte Traum beschert dem Träumer ein Gefühl von Freiheit und Unbegrenztheit. Ich nehme an, daß auch meine systemischen Kolleginnen und Kollegen diese beiden Traumsorten kennen und sie genauso bewerten. Ohne dies genauer auszuführen, scheint das Fallen ins Bodenlose einer allgemeinen menschlichen Erfahrung oder Urangst zu entsprechen, das Davonfliegen dagegen entspricht einer Sehnsucht oder Erfahrung von Freiheit, einem Gefühl, das sich im Traum symbolisch verdichtet. Das bedeutet: bodenlos sein, nach unten fallen, ist unangenehm, die eigenen Flügel ausbreiten und davonfliegen ist angenehm.

"Oben ist mehr bzw. besser" ist eine der zentralen Aussagen der Metapherntheorie von George Lakoff. Der DAX hat einen *Höhenflug*, die Aktienkurse *stürzen ab*, und wenn man *niedergeschlagen* ist, also *depressiv*, ist man *unten* und man wünscht sich, daß es bald wieder *aufwärts* geht und sich neue *Hoch*gefühle einstellen. Ich behaupte, das gilt auch für Systemiker. Ob bewußt oder unbewußt, Steve de Shazer hat seine Lösungsskalen nach diesem Prinzip gestaltet. Es ist sinnvoll, Patienten, die von ihren Vorbehandlern dazu angeleitet wurden, Angst- oder Schmerztagebücher zu führen, bei denen der höchste Wert der meisten Angst (dem meisten Schmerz) entspricht, anzuregen, die Skalen umzudrehen: der höchste Wert ist die wenigste Angst (der wenigste Schmerz). Dies folgt dem Prinzip "oben ist mehr" und trägt, so interpretiere ich meine Erfahrung aus Therapien, dazu bei, daß Patienten sich mehr auf Lösungen denn auf die Angst (den Schmerz) fokussieren.

Phänomene unserer Erfahrung und auch die Sprache dafür, so sollte in Kürze gezeigt werden, orientieren sich an einer Grundmatrix, die vorgegeben ist, einer Art *A priori*, wie Kant es für die Zeit und den Raum als vorgegebene Prinzipien der Erkenntnis behauptet hat. Der Körper, unsere Körperlichkeit wäre folglich ein Bedeutungsspender, der Erfahrung und Sprache vorstrukturiert. Und auch wenn jemand diese These *weit von sich weist*, hat er oder sie damit eine mentale und sprachliche Operation vollzogen, die er (sie) nur mit Bezug auf den eigenen Körper tätigen kann. Denn: Gedanken und Gefühle kennen, da sie nicht-physischer Natur sind, keine räumliche Ausdehnung.