**Kreativitiät und Revolte – über die Integration des Werkes von**

 **Albert Camus in den therapeutischen Prozess**

Sehr geehrtes Publikum, liebe Kollegen und Freunde.

In meinem Vortrag möchte ich die Verbindung des Werkes Albert Camus mit dem tiefenpsychologisch fundierten Therapieprozess vorstellen.

Albert Camus, algerischer Schriftsteller und Philosoph, der von 1913 bis 1960 lebte, also nur 47 Jahre alt wurde, hinterließ uns ein beachtliches Werk, bestehend aus philosophischen Abhandlungen und Essays, Romanen und Dramen, sowie zahlreichen journalistischen Artikeln. In seinem kurzen Leben trieben ihn die Fragen nach Überwindung von jedwedem Totalitarismus und dem Erlangen von Lebenssinn und Lebensglück um, wobei er erkannte, dass es keine schnellen und einfachen Antworten auf diese Menschheitsanliegen gibt.

Sein Werk, dass die Themen „Das Absurde“, „Die Revolte“, „Die Liebe“ umfasst, weist eine Struktur auf, die zu jedem Thema eine philosophische Abhandlung, einen Roman und ein Drama vorsah.

Zum Absurden: Der Mythos des Sysiphos, Der Fremde, Caligula

Zur Revolte: Der Mensch in der Revolte, Die Pest, Der Belagerungszustand und

 Die Gerechten

Zur Liebe: Der erste Mensch, als Romanfragment

Zum Abschluss der Trilogie ist es aufgrund des frühen Todes von Albert Camus nicht mehr gekommen.

Jenseits der universitären Philosophie, die als apollinisch (das rein Geistig-Rationale) zu verstehen ist, siedelte Camus sein Denken in der dionysischen und dialogischen Tradition der griechischen Antike an, in welcher der Mensch und sein Leben untrennbar sind.

Die Umstände einer lebensbedrohlichen, chronischen Krankheit, die in seinem 17. Lebensjahr ausbrach, seine Herkunft aus dem Armenviertel Algiers sowie sein unfreiwilliges Exil in Frankreich unter der nationalsozialistischen Besatzung konfrontierten ihn mit vielfältigen Gesichtern des Absurden, welches nach einer Antwort verlangt.

Was ist unter dem Absurden zu verstehen? Zahlreiche Philosophen setzten sich mit dieser Begrifflichkeit auseinander, so auch Camus in seiner Abhandlung **„Der Mythos des Sisyphos**“, welche 1942, also in seinem 29. Lebensjahr erschien.

Er benutzt hierin die altgriechische Mythologie, um uns die Idee beziehungsweise den Tatbe-stand des Absurden zu vermitteln. Die Sage von Homer stellt uns Sisyphos als den Helden des Absurden vor. Er erhielt von den zürnenden Göttern die Strafe, einen Felsblock unablässig einen Berg hinauf zu wälzen, nur damit dieser dann wieder hinab rollt. Sein Vergehen hatte darin bestanden, dass er dem Menschen Asopos ein Geheimnis der Götter verraten hatte.

Wie geht er mit dem Stein um? Beim Absteigen denkt er über seine unselige Lage nach: Darin ist er seinem Schicksal und seinem Fels, den er zu seiner Sache macht, überlegen.

Zitat: „Darin besteht die ganze verschwiegene Freude des Sisyphos. Sein Schicksal gehört ihm. Sein Fels ist seine Sache. Ebenso lässt der absurde Mensch, wenn er seine Qual bedenkt, alle Götzenbilder schweigen. (…) Ohne Schatten gibt es kein Licht; man muss auch die Nacht kennen lernen“. Und: „Der Kampf gegen Gipfel vermag ein Menschenherz auszufüllen. Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen“.

Den Felsblock des Sisyphos setzt Camus als Synonym für das Absurde. Was ist das Absurde? Es umschreibt die Grenzsituation des menschlichen Daseins, und bedeutet, dass der Mensch sterben muss und dass die Welt keine Antwort auf seine Frage nach dem Sinn des Lebens bereit hält. Das Absurde ergibt sich aus dem Kontrast zwischen der Sinnsuche des Menschen und der Gleichgültigkeit der Welt. Sie gibt keine Antwort auf des Menschen Erwartungen und Ansprüche, sondern hält etliche Frustrationen und Nöte für ihn bereit.

Camus fragt, ob es denn lohne, dieses absurde Leben zu leben. Oder ist eine Flucht in die Hoffnung auf ein Leben nach dem Tod, in die Doktrinen und Erklärungen, oder in den Selbstmord gerechtfertigt? In einer schlichten und klaren Sprache untersucht er beide Reaktionen auf das Absurde, wobei er von jeglicher moralischer Bewertung absieht.

Er entwickelt die Fragestellung, was zu tun sei, wenn der Mensch nicht flieht, sondern ausharrt in dem Bewusstsein, in einer absurden Welt zu leben. Er akzeptiert diesen Tatbestand zunächst und wird somit der „absurde Mensch“, wie es im Camus´schen Sprachduktus heißt. Was meint Camus mit dem absurden Menschen? Dieser nimmt an, dass er sterben muss, aber trotzdem besitzt er eine „unerbittliche Größe“: Er denkt, er fühlt, er leidet, er liebt, er sehnt, er verzweifelt. In dieser Gegenüberstellung – sterben zu müssen und Sinn zu suchen – kämpft der Mensch einen pausenlosen Kampf. Das Absurde bekommt nur dann einen Sinn, wenn der Mensch es zwar anerkennt, sich aber nicht mit ihm abfindet. Er schaut ihm mutig ins Auge.

Hier kündigt sich die Antwort Camus auf die Frage nach der einzig sinnvollen Haltung gegenüber dem Absurden an: Es ist die Revolte. Die Revolte ist die Verringerung des Absurden, eine Bewegung auf dem Boden der Solidarität. Während der Selbstmörder dem Absurden zustimmt, indem er sein eigenes Leben zerstört, lehnt sich der revoltierende Mensch gegen das Absurde auf, indem er es mit seinen Schatten- und Lichtseiten annimmt. Während der an eine göttliche Instanz glaubende Mensch die Verantwortung an eine solche abgibt, übernimmt der revoltierende Mensch die Verantwortung für sich und sein Leben. Voraussetzung für diese Auflehnung ist die Anerkennung des Absurden. Im Anerkennen dieser Wahrheit und der Auflehnung gegen sie erhalten Mensch und Leben ihren Wert und ihre Größe. In dieser Bewusstheit sieht Camus die Freiheit des Menschen und auch seine Möglichkeit zum Glück: „Sein Leben, seine Auflehnung und seine Freiheit so stark wie möglich empfinden – das heißt: so intensiv wie möglich leben“.

Auflehnung, Freiheit und Leidenschaft sind also die drei Schlussfolgerungen Camus auf die Fragen nach dem Sinn des Lebens, und wie mit dem Absurden umzugehen sei. Wenn Revolte bedeutet, dass der Mensch die alleinige Verantwortung für sein Leben im Diesseits übernimmt, und auf leere Hoffnung oder Vorgaben durch andere verzichtet, dann trennt er sich von Illusionen, rechtfertigt sich nicht vor anderen, sondern vor sich selbst. Er fordert nichts von anderen und der Welt, sondern befragt sich selbst nach seinen eigenen Möglichkeiten. Seine Erfahrungen begründen seine zukünftigen Taten. Der Mensch in der Revolte weigert sich also, auf das ewige Leben nach dem Tod zu warten, er verwirklicht es auf Erden. Das konkrete Leben gewinnt über den abstrakten Glauben. Er sieht seine einzige Würde in der „eigensinnigen Auflehnung gegen seine Lage, der Ausdauer in einer für unfruchtbar erachteten Anstrengung. Sie erfordert eine tägliche Anstrengung, Selbstbeherrschung, die genaue Abschätzung der Grenzen des Wahren, Maß und Kraft“.

Zehn Jahre dauerte die Arbeit an der Fortsetzung Camus philosophischer Schlussfolgerungen, die in das Werk **„Der Mensch in der Revolte“** (1951) mündeten.

Im revoltierendem Geist beschreibt der Autor die Bildung eines neuen Bewusstseins, welches durch Empörung und Auflehnung gegen Unterdrückung und Knechtschaft gekennzeichnet ist. Der Nietzscheaner Camus greift die Gewissheit der Neuzeit, Gott sei tot, auf, und behauptet, dass wir unter einem leeren Himmel leben. Dieser Umstand müsse jedoch nicht zwangsläufig zu Mut- und Hoffnungslosigkeit, Angst und Nihilismus führen, sondern der Mensch könne sich gegen den Tatbestand seiner Endlichkeit auflehnen, indem er sich des unermesslichen Wertes seines individuellen Lebens bewusst werde, seine eigenen Möglichkeiten erkenne und ausschöpfe.

Was bedeutet die Philosophie Camus für uns Therapeuten?

Die Camus-Kennerin Dr. Irmgard Fuchs-Lévy hat in einer ihrer Arbeiten eine hilfreiche Differenzierung des Absurden vorgenommen: Das ontologisch Absurde, welches der Tod ist, das kulturell-sozial Absurde, welches sich durch Herrschaftsverhältnisse und deren Folgen kennzeichnet, und das individuell Absurde, welches sich in psychischen und psychosomatischen Erkrankungen niederschlägt. Ich möchte im Weiteren auf das individuell Absurde eingehen, welches in der Psychotherapie behandelt wird. Auf der individuellen Ebene zu revoltieren, bedeutet, sich klar zwischen Ja und Nein zu bewegen, zwischen Licht und Schatten. Jeder Mensch hat die Möglichkeit, im Laufe seines Lebens eine Haltung zu sich selbst, den anderen Menschen und seinem Leben zu entwickeln. Er kann mittels Selbsterkenntnis seinem Charakter ins Auge sehen. Die Erforschung von kindheitsgeschichtlich bedingter Neurose und Auseinandersetzung mit deren Folgen in der Gegenwart eröffnen neue Perspektiven von Möglichkeiten und Entwicklungschancen in der Zukunft. Neben starken und gesunden Persönlichkeitsanteilen, die wichtige Ressourcen sind, haben wir meistens auch Schwächen in Form von blinden Flecken oder unreflektiert übernommenen Ansichten. Die Erfahrungen in der Herkunftsfamilie führen oft zu einer Entfremdung vom eigenen Persönlichkeitskern, von der eigenen Identität, welche als besondere Glücksquelle in der Therapie entdeckt und entwickelt werden kann. Es geht um Menschwerdung des Menschen, darum, von den Selbsttäuschungen zum wahren Selbst zu gelangen, welches eine Voraussetzung für Persönlichkeitsentwicklung darstellt.

Darüber hinaus kann die psychotherapeutische Praxis weltanschauliche Fragen nicht ignorieren und greift daher auf Anthropologie und Ethik als philosophische Grenzbereiche zurück. In einer Therapie, die sich am Camus´schen Verständnis von Revolte orientiert, geht es daher auch darum, die Empörung gegen das Absurde durch die Verteidigung von Sinn und Wert freizulegen. (Einfaches Beispiel?) Bekanntlich forderte schon Sigmund Freud die Überwindung von religiösen, autoritären und sexuellen Denkhemmungen, welche als Beispiele für das soziokulturell Absurde zu verstehen sind.

Das individuell Absurde entspringt einer autoritären Ethik, die ein autoritäres Gewissen schafft. Sowohl ein hartes wie auch ein verwöhnendes Erziehungsklima sind Nährboden für nihilistische Affekte, zum Beispiel Angst, Hass, Ärger, Wut, Ressentiment, die den Gegenpol zu konstruktiven, das heißt revoltierenden Affekten, zum Beispiel Empörung, Scham und Ekel gegen Ungerechtigkeit bilden. In der therapeutischen Arbeitsbeziehung soll es neben der Wandlung von nihilistischen in revoltierende Affekte auch um die Entfaltung von verbindenden, positiven Gefühlen wie Liebe, Solidarität, Mitgefühl, Wertschätzung und Vertrauen gehen, da diese uns die Kraft verleihen, in fortlaufender Revolte das Leben mit seinen vielfältigen Aufgaben zu bewältigen.

Wie lässt sich der Revoltebegriff in die Psychotherapie integrieren?

Die gemeinsame Revolte von Patient und Therapeut ist dem dialogischen Prinzip (M. Buber), dem Prinzip Hoffnung (E. Bloch) und dem Prinzip Verantwortung (H. Jonas) verpflichtet, sie ist die Bewegung einer Desillusionierung, die Rückschläge, Niederlagen und Enttäuschung einschließt. Der Patient kann über den Weg der partiellen und vorübergehenden Identifizierung eine Sehnsucht nach Wachstum und Kompetenz bekommen, was ein ausschließlich freiwilliges Geschehen darstellt.

Ethymologisch bedeutet Revolte, „sich gegen eine Autorität aufzulehnen“. Ein revoltierender Therapeut kann also nur einer sein, der sich zutiefst dem Wert der Solidarität verpflichtet fühlt, der seine Aufgabe als eine zeitlich Begrenzte sieht, er lehnt sowohl Aufopferung als auch Abhängigkeit ab, respektiert immer das Anderssein des Patienten und bietet Gleichberechtigung in der Verschiedenheit an. Ein solcher Therapeut akzeptiert auch, dass sein Einfluss relativ ist und konzentriert sich auf das Machbare. Seine vorrangige Aufgabe ist es, sich in die Welt des Patienten zu begeben, ihn zu erkunden und zu verstehen. In seiner Arbeit hält er das mittlere Maß ein, orientiert sich an Würde, Grenze und ethischen Werten wie Erkenntnis, Wertsteigerung, Glück und der Unantastbarkeit von Identität – seiner eigenen und der des Patienten.

Um nihilistische Affekte in revoltierende zu verwandeln, müssen erstere zunächst angenommen werden, sie müssen in ihrer biografischen Entstehungsgeschichte erkundet und verstanden werden, damit eine Auseinandersetzung stattfinden kann. Diese Auseinandersetzung stellt Energie für die Revolte zur Verfügung. Revolte wird dann zur 2. Geburt des Menschen, der sich im Dialog, das heißt partnerschaftlich in seinem Lebensumfeld zu bewegen lernt. Das therapeutische Gespräch wird somit zum Exempel eines kreativen Prozesses, in welchem das Autoritär-Absolut-Abstrakte abgelehnt, und das Relativ-Endlich-Konkrete in Form des einzelnen Menschen aufgewertet wird. Beide Protagonisten werden authentisch, stehen zum eigenen emotionalen Erleben, und bemühen sich um Verständigung, wobei der Therapeut durch seinen Kompetenzvorsprung zum Brückenbauer wird. Er verzichtet auf Anmaßung und Hochmut, fördert sein Gegenüber, indem er dessen Kräfte zur Individuation belebt, seine revoltierenden Affekte sowie Gefühle und seine Selbstbegegnung fördert. Dadurch entfaltet er auch seine eigene Persönlichkeit mehr und mehr. Die echte therapeutische Beziehung ist immer schöpferisch, also kreativ, was einschließt, dass fremde Positionen mit- und zu Ende gedacht werden. Sie entsteht im Wachstum von Vertrauen, denn der Therapeut in der Revolte tritt ohne Vorurteile mit seinem Patienten in Kontakt, er bemüht sich um Einfühlung unter Vermeidung schneller Urteile. Er versteht seine Aufgabe darin, den Patienten von Befangenheiten und Vorurteilen zu befreien, ihn mit sich selbst zu versöhnen, ihm dazu verhelfen, sich selbst besser zu verstehen, mit sich und seinen Beziehungen vorsichtiger und nachdenklicher umzugehen, sein Leben besser zu überblicken.

Rebellion ist nicht Revolte!

Der Patient kommt in der Regel in die Therapie, weil er sich in der Rebellion befindet und unter eine Dekompensation leidet. Er ist von nihilistischen Affekten wie Angst, Hass und Selbsthass, übersteigertem Ehrgeiz, Gier, Ärger, Feindseligkeit, Rache, Eitelkeit, Wut, Selbstmitleid, Neid und Eifersucht geplagt. Seine Aufgabe besteht zunächst darin, das Beziehungsangebot des Therapeuten anzunehmen, sich mit diesem auf eine Reise ins Ungewisse zu begeben. Er kann mit der Zeit seine Illusion bezüglich Rettung und Heilung von außen aufgeben und wird sich klar darüber, dass er selbst – mit Unterstützung des Therapeuten - um seine Gesundheit ringen muss. Erste Erfolge lassen ihn hoffen, Rückschläge muss der Therapeut auffangen und immer wieder die helfende Hand ausstrecken, um zu nächsten Entwicklungsschritten zu ermutigen. Mitunter kennzeichnen schwere Therapiekrisen diesen Prozess, die als Scheidepunkt verstanden werden müssen: Geht der Weg weiter oder bricht er ab? In ihrer Überwindung zeigt sich die revoltierende Bewegung: Nachgeben, Verstehensbemühung, Holding and Containing seitens des Therapeuten, dessen Annehmen und Aufgabe der Widerstände seitens des Patienten. Das Gespräch wird mit der Zeit mehr und mehr auf gleicher Augenhöhe stattfinden, was deutliches Zeichen für das Wachstum des Patienten ist. Er verharrt nicht im infantilen Klagen und Anklagen, er akzeptiert, dass die Welt nicht auf seine Bedürfnisse antwortet, sondern er selbst die Verantwortung für sein Leben übernehmen muss, was nichts anderes bedeutet als frei zu sein.

Warum ist Revolte im therapeutischen Prozess ein kreativer Akt?

Wenn wir uns an Günter Ammons Erkenntnissen zu Kreativität orientieren, lässt sich eine auffällige Übereinstimmung mit der Bewegung der Revolte feststellen.

Seiner Meinung nach ist es kreativ, wenn etwas ganz neues, bisher nicht Gedachtes gedacht, getan und gestaltet wird. Das ist nur möglich, wenn der Mensch neugierig ist, und wenn er Fragen stellt. Im therapeutischen Prozess geht es also u.a. darum, völlig unbewusste Möglichkeiten bewusst zu machen. Kreativität entsteht, wenn grundsätzliche Denkgepflogenheiten, Konventionen, Wissenschaftssysteme hinterfragt werden. Systematisierung lähmt Kreativität, freies Denken und Schaffen.

Ammon weist auf den interpersonellen Charakter des Fragens hin, was für den Therapeuten bedeutet, dass er dem Patienten kein Denkschema überstülpen darf, sondern fragen muss: Wer ist das? Dann sagt er zu ihm im revoltierenden und kreativen Sinne Ja als gleichwertigen Menschen; er herrscht nicht über ihn, indem er ihn einer Theorie anpasst.

Die kreative Therapie nach Ammon vollzieht sich in konstruktiver Aggression, in Abgrenzung, in Freude am Tätigsein. Es soll keine Routine einsetzen, sondern immer Raum geben für die Möglichkeit des Außergewöhnlichen. Die Beteiligten entfalten einen gesunden Narzissmus, Selbstwertgefühl in Sein, Erleben und Tun und sie haben ein Recht auf eigene Identität. Der Therapeut ist auseinandersetzungsfähig, was vor allem in Konflikten und Krisen von hoher Bedeutung ist. Gleichsam verfügt der kreative Therapeut über freibeweglich sich öffnende Grenzen nach innen und außen, er kann Grenzsituationen aushalten. Kreativität und Revolte haben gemeinsam, was GA unter dem „kreativen Prozess“ beschreibt: Lang andauernde Beschäftigung mit einem Thema, außerordentliche Sensibilität, erhöhte Beweglichkeit und Involviertheit aller Ich-Funktionen, besondere Offenheit für Denken, Erotik und Agression, Freiheit von Konventionen und Systemen. Die Atmosphäre im kreativ-revoltierendem therapeutischen Prozess ist durch den Kontakt zwischen den Menschen gekennzeichnet, sowie durch intensive Konzentration und Eindringlichkeit mit klarer Zielrichtung: Es geht um ein besseres Leben für den Patienten.

Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit.