

Eine Gestalt schließen

Oder: Wie gebe ich der Zeit ihre Schwerkraft zurück?

von Corinna Falk

46 | Diskurs

Ich möchte in diesen Zeilen, inspiriert durch das Thema „Zeit“ anknüpfen an Gedanken, die ich auf dem Gestaltkongress(EAGT) 2010 „lost in transformation – changing identities in a changing world“ in Berlin unter dem Thema „Eine Gestalt schließen oder wie können unsere heutigen flüchtigen Figuren noch Hintergründe bilden?“ dargestellt habe¹

Insbesondere weiterentwickelt und verdichtet haben sich diese Gedanken durch die nachfolgende Begegnung mit einem zeitgenössischen, derzeit in Karlsruhe lehrenden Philosophen, Byung-Chul Han, der unter anderen das wunderbare Buch: „Duft der Zeit - Ein philosophischer Essay zur Kunst des Verweilens“ geschrieben hat.

Han weist darauf hin, dass wir das Zeitalter der Beschleunigung bereits hinter uns haben; dass gerade die Linearität und Zielgerichtetheit des Beschleunigens sich heutzutage in ein richtungsloses Schwirren aufgelöst hat, dem jeglicher ordnende Rhythmus und insbesondere die Schwerkraft fehlt, die Gravitation, die die temporale Zerstreuung wieder versammeln und zu einer Geschlossenheit führen kann: „Die Zeit stürzt fort, weil sie nirgends zu Schluss und zum Abschluss kommt, weil sie von keiner temporalen Gravitation gehalten wird.“ (Han 2012, 10)

Das zu lesen hat mich als Gestalttherapeutin und Zeitgenossin sehr berührt und mich wiederum mit der Frage, was es heißt eine Gestalt zu schließen in Kontakt gebracht. Zu viele nicht geschlossene Gestalten führen uns in eine Pathologie, die in dem 1951 von Perls/Hefferline/Goodman herausgegebenen Buch „Gestalttherapie“ wie folgt beschrieben wird: Der kranke Mensch, der in seinem Kontakt-Rückzugs-Rhythmus gestört ist, der nicht mehr entscheiden kann, wann er teilnehmen, wann er sich zurückziehen will, weil zu viele unerledigte Geschäfte seines Lebens, alle Blockierungen des laufenden Prozesses seinen Orientierungssinn gestört haben. Er wird immer wieder alte unerledigte Situationen agieren, dabei ständig auf der Flucht sein, leer und erschöpft, weil er seine Erlebnisse nicht mehr als seine eigenen empfindet. Er wird versuchen zu viele Dinge gleichzeitig zu tun, verwirrt sein und seine Geschichten, die er erzählt, finden kein Ende und werden mit jedem Wort fader. (Perls/Hefferline/Goodman 2000, 77f.)

Han weist auf die narrative Spannung hin, die aus dem Zählen und Aufzählen von Ereignissen erst eine Erzählung macht, das aber setze eine „besondere Synthese voraus, der sich der Sinn verdankt“, erst dann kann sich eine Geschichte auch sinnvoll abschließen: „Entschwindet der Linie die narrative oder teleologische Spannung, so zerfällt sie zu Punkten, die richtungslos schwirren.“ (Han 2012, 23) „Man fängt ständig neu an, man zapft sich durch Lebensmöglichkeiten, gerade weil man nicht mehr vermag die eine Möglichkeit abzuschließen.“ (Han 2012, 16)

Wir leben auf einer Benutzeroberfläche, wir öffnen ständig neue Fenster, der sinnstiftende Hintergrund ist uns entzogen, wir werden von Informationen überschwemmt. Wir verwirren uns in der Illusion vielfältigster Konstruktionen unseres Selbst, die aber mit nichts mehr verbunden sind. Der Zerfall soll noch aufgehalten werden durch immer bessere Selbstmanagementtechniken, Bewältigungsversuche des sich immer mehr erschöpfenden Selbst im Gewirr der zerstreuten Punkte und Identitäten.

„Geschichte weicht nun Informationen. Diese besitzen keine narrative Länge oder Weite. Sie sind weder zentriert noch gerichtet. Sie stürzen gleichsam auf uns ein. Die Geschichte lichtet, selektiert, kanalisiert das Gewirr von Ereignissen, zwingt diese auf eine narrativ-lineare Bahn. Verschwindet diese, so kommt es zu einer Wucherung von Informationen und Ereignissen, die richtungslos schwirren.“ (Han 2012, 23)

Damit aber wird den Dingen das Gedächtnis genommen, sie werden zu Informationen oder Waren, dem Abspeichern von Information geht das Löschen des Gedächtnisses voraus, damit entschwindet das Subjekt der Erfahrung. IFS, information fatigue syndrom, heißt die um sich greifende Erkrankung Ostasiens mit dem Hauptsymptom, nicht mehr zwischen wichtig und unwichtig unterscheiden zu können und damit völlig handlungsunfähig zu werden. Während der Westen noch angestrengt übt, in der aufgesetzten Schicht der *Rollen und Spiele* zu verharren und dabei ausbrennt: burnout.

Wie aber werden wir dieses Subjekt der Erfahrung in einem Hier und Jetzt, das die Zeit in seinem Gedächtnis verhält, ihr die Schwerkraft gibt in eine Gegenwart, die den langen Schweif des Vergangenen und Zukünftigen mit sich führt, die den Übergang bewohnt, die im Abschied die Präsenz des Gewesenen vertieft und sich offen hält für das Kommende, für das Überraschende, das Ungewisse der Zukunft?

Ein Subjekt der Erfahrung, das noch Hintergründe bildet, Sedimente, Ablagerungen, geschlossene Gestalten, ein Boden, auf dem sich neue Gestalten bilden können, ein Innehalten, eine Zeit von Wachstum und Reife, ein Subjekt, das in Kontakt bleibt auch, wo zunächst eine Leere entsteht...

„Wenn du deine Leere vermeidest und sie mit unechten Rollen und irgendwelchen Aktivitäten ausfüllst, kommst du nirgendwohin. Aber wenn du mit der Leere wirklich in Berührung kommst, beginnt etwas sich zu ereignen.“ (Perls 1986, 263)

Die dynamischen Beziehungen zwischen Figur und Hintergrund werden belebt, der Kontakt erhöht, das Gewahrsein erhellt und dem Verhalten Tatkraft verliehen.

Der Mensch müsse lernen „in jedem Moment an dem, was er tut, voll beteiligt zu sein, solange in der Situation zu