

Zeitschrift: Actio humana : das Abenteuer, Mensch zu sein
Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz
Band: 100 (1991)
Heft: 4

Artikel: Wenn in der Begegnung...
Autor: Speich, Martin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553874>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

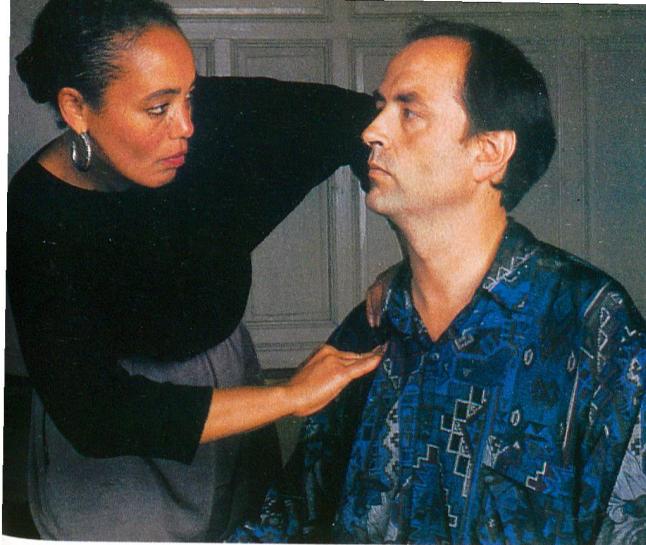
W



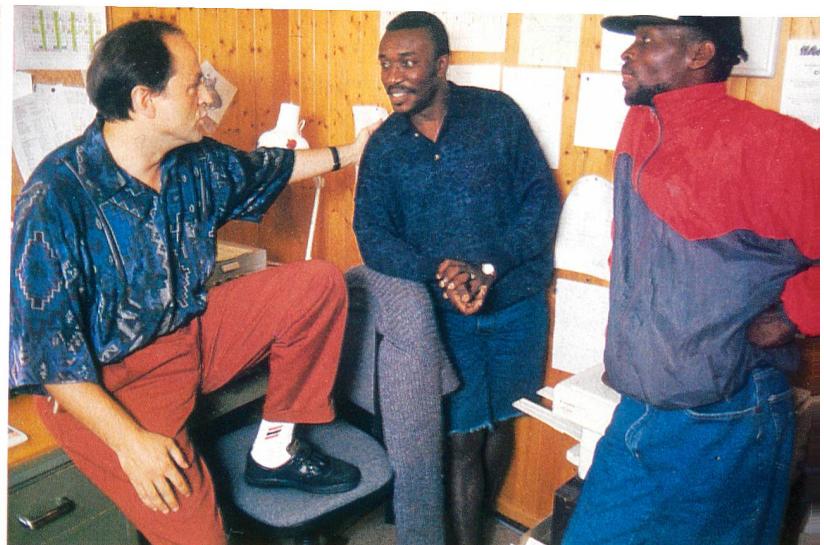
FOTO: TRIGON FILM

Wenn in der Begegnung die Distanz auf Null schrumpft, kann das Freude oder Schmerz, Liebe oder Aggression bedeuten. Wer offen ist, bekommt beides zu spüren. Und nur wer offen ist, wird vom Leben berührt. Mit einem Schluchzen in der Stimme, das an Ray Charles erinnert, singt der greise Banjospieler im chinesischen Film «Die Weissagung» (Life on a String) in seinem letzten Lied: «Ich bin blind... Ich kann nicht sehen... Ich bin taub... Ich kann nicht hören... Eines Tages kamen die Kinder zu mir und fragten mich, was ich spüre. „Das kann ich laut nicht sagen“, antwortete ich. „Dringt in mich ein und spürt selbst.“»

Regisseur und Drehbuch-Autor Chen Kaige schildert in der «Weissagung» vordergründig die Geschichte eines blinden Meisters und seines Schülers und zeichnet damit eine Allegorie auf die Situation Chinas nach der Niederschlagung der friedlichen Revolte auf dem Tienanmen-Platz, letztlich auf die Situation der ganzen Welt. Der Mythos, mit dem der Meister 60 Jahre lebte, das vermeintliche Rezept, das ihm das Augenlicht schenken sollte, erweist sich am Ende als leeres Blatt Papier. Der Alte erlebt Wut und Trauer, bevor er erkennt, dass ihm der Mythos ein glückliches Leben im Blick auf sein Ziel beschert hatte. «Jeder Mensch hat seinen Plan», sagte dazu der Regisseur. Der Meister will nun das Rezept als Mythos an seinen Schüler Shitou weitergeben. Doch dieser ist vom Leben in der Gestalt des Mädchens Lanxiu berührt worden und hat den Höhepunkt der sinnlichen, körperlichen Liebe erlebt, von dem der Meister nur geträumt hatte. Shitou, obwohl von den «sehenden» Mitmenschen gedemütigt und gepeinigt, beschliesst nach dem Tod des Alten, seinen eigenen Weg zu gehen und den Abschiedsbrief des Mädchens, das sich als Reaktion auf Gewalt und Demütigung das Leben nahm, als sein «Rezept» mitzunehmen. Der in wunderschönen Bildern sozusagen gemalte Film Chens ist auch eine Allegorie auf unser Jahresthema Begegnungen. Jeder Mensch hat seinen Plan... In den letzten zwölf Monaten sind wir vielen Mitmenschen begegnet, die einen Lebensmythos mit sich tragen. Dazu gehört auch die dunkelhäutige Zürcher Psychotherapeutin Ruby Brooks. Als Schulmädchen hatte Ruby, vor 46 Jahren in der Millionenstadt Cleveland, Ohio, geboren, einen klaren Plan. Sie wollte Kinderpsychologin werden und sich Studium und Ausbildung mit einem Job als Lehrerin finanzieren. Deshalb wählte sie Englisch als Haupt- und Psychologie als Nebenfach. Aber es kam anders. Die bildhübsche Ruby, Tochter eines Iren und einer dunkelhäutigen Schönheit, die ihr auch Indianerblut mitgab, wurde Einkäuferin und Modeberaterin in New York. Sie lernte einen Schweizer Journalisten kennen, zog nach Zürich und heiratete. Hier brachte vor zehn Jahren eine Begeg-



FOTOS: CHRISTIAN HELMLE



nung die Wende in ihrem Leben, die den Plan des Schulmädchen Ruby doch noch Wirklichkeit werden liess. Ruby besuchte zusammen mit ihrer damaligen Therapeutin Vorlesungen des amerikanischen Psychologen Arnold Mindell am C. G. Jung-Institut in Zürich. Mindell, ein Jungianer, fasziinierte Ruby mit seiner Fähigkeit, ernste und komplexe Zusammenhänge humorvoll zu erläutern. Sie nahm eine Einladung ihrer Therapeutin an, sie an ein meditatives Wochenseminar von Arny, wie Mindell bei seinen Schülern heisst, zu begleiten.

«Ich war zu schüchtern, um mir für eine Paarübung einen Partner zu suchen», erinnert sich Ruby, «und da die Teilnehmerzahl ungerade war, blieb ich allein. Das bedeutete, dass ich die Übung mit Arny machen durfte. Man stand sich mit geschlossenen Augen gegenüber, hob die Arme hoch und berührte sich gegenseitig mit den Handflächen. Die Aufgabe lautete, wahrzunehmen, was dieser Kontakt mit dem anderen Menschen in uns auslöste. Ich stand eine Weile still da, spürte die Begegnung unserer Hände, versuchte ruhig zu atmen. Plötzlich hörte ich ganz deutlich das Lied „Jericho“ von Joni Mitchell. Es handelt von der Liebe, von Offenheit, von Nähe, aber auch von Freiheit. Ich realisierte, dass das Lied eine wichtige Botschaft für mich enthielt, und wusste mit einem Schlag: Mit diesem Mann werde ich arbeiten. Und so geschah es.»

Rubys Eingebung hätte, zeitlich gesehen, nicht besser fallen können: 1981 gründete Mindell in Zürich mit Kolleginnen und Kollegen ein Institut für prozessorientierte Psychologie, das auch Ausbildungen anbietet. Mindell brachte der angehenden Therapeutin in der Therapiearbeit und im Unterricht etwas ganz Entscheidendes bei: «Er lehrte mich, als ersten Schritt mich selbst zu akzeptieren, zu schätzen und zu lieben. Menschen, die sich selber so annehmen, wie sie sind, können sich anderen gegenüber öffnen und so zu besseren Beziehungen beitragen.» «In meiner Therapiearbeit gebe ich das weiter, was Arny mich gelehrt hat», sagt Ruby. «Beziehung, Freundschaft, Liebe, Nähe und Distanz – das sind wichtige Stichworte meiner Arbeit.» Diese betrifft zumeist einzelne

Menschen, die mit Problemen zu ihr kommen, manchmal aber auch im weiteren Sinne das Zusammenleben verschiedener Rassen und Minderheiten.

Im Sommer 1990 beteiligte sich Ruby, die heute, nach mehrjähriger Schulung in Mindells Institut und einem Abschluss an der Universität, Therapeutin und selbst Auszubildende am Institut ist, an einem interessanten Experiment: Zusammen mit der Kollegin Ursula Hohler leitete sie zehn zweistündige Gruppengespräche mit zwei Skinheads, die als Beteiligte an einem rassistischen Zwischenfall wegen Hausfriedensbruchs verurteilt worden waren. Das Gericht erliess den beiden die Gefängnisstrafe, sofern sie an den Therapiegesprächen teilnahmen und die Kosten von rund 4000 Franken bezahlten. An den Gesprächen waren noch neun Freiwillige, fünf Frauen und vier Männer verschiedener Rassen und Nationalitäten, anwesend.

Zu Beginn der Gespräche verkündeten die beiden Skinheads, ausserhalb dieses Raumes würden sie sich auf keinen Fall mit einem Schwarzen an den gleichen Tisch setzen; lieber würden sie «in den Knast gehen». Bei der Gruppenarbeit, die wie in einem normalen Seminar aus Übungen und Diskussionen bestand, machten beide zwar nicht eifrig, aber erstaunlich willig mit. «Uns ging es nicht darum, sie zu bekehren», sagte Ruby. Die beiden Therapeutinnen wollten den Teilnehmern vor Augen führen, dass sie sich in einem Lernfeld befanden, in dem die Persönlichkeitsanteile jedes einzelnen von ihnen in allen vorhanden waren. «Der Rassismus zum Beispiel ist in jedem von uns angelegt, und wenn jeder sich damit auseinandersetzen würde, bräuchte die Gesellschaft vielleicht weniger Symptome, wie sie die Skinheads und anderen Rassisten darstellen. Den Skins wollten wir nahebringen, auch die anderen Teile, die neben der rechts-extremen Überzeugung und der Aggressivität zu ihnen gehören, zu erkennen und zu akzeptieren. Wir pflanzten ihnen kleine Samen der Veränderung ins Bewusstsein.» Am Schluss erklärten die Skins, an ihrer Überzeugung habe sich nichts geändert und freiwillig würden sie nicht mehr an einem

Symbolische Szene aus «Life on a String»: Die Begegnung der Geliebten seines Schülers könnte den blinden alten Sänger, der all seine Jahre einem Mythos geopfert hat, mit dem Leben in Kontakt bringen. Er greift ins Leere. Die Geschichte des Sängers und seines ebenfalls blinden Schülers erzählt uns viel über uns selbst. In der Therapiearbeit, die Ruby Brooks praktiziert, spielt die Begegnung eine wichtige Rolle. Ihr Klient ist hier Stefan Ritz, Leiter eines Durchgangszentrums für Asylbewerber. Rechts berührt er, etwas auf Distanz, einen der zwei Afrikaner, mit denen er in seinem Büro plaudert.

BITTE UMBLÄTTERN

Dorfkinder aus Wimmis und Kinder aus der therapeutischen Wohngemeinschaft Rüdli beim gemeinsamen Spiel. Erst wenn auch die Angst vor der Berührungsangst wegfällt, sind die Barrieren wirklich überwunden.

solchen Experiment teilnehmen. Aber die Saat war doch aufgegangen: Beide gaben zu, dass sie etwas gelernt hätten; und sie kamen nach dem letzten Gesprächsabend mit allen dreizehn Teilnehmern, von denen fünf Farbige waren, in ein Restaurant im Niederdorf und setzten sich an den gleichen Tisch. Das war ein wichtiges Ereignis: Ruby und ihre Kollegen sind davon überzeugt, dass das zerstörerische Potential von Symptomen, wenn diese verstanden, transformiert und in die Gruppe integriert werden, stark vermindert wird.

Körperarbeit spielt in der prozessorientierten Therapie eine wichtige Rolle. Symptome jeder Art, also auch Körpersymptome wie Schmerz und Druck, sind verschlüsselte Signale, die man entziffern kann, wenn man sie «amplifiziert», wie der Fachausdruck lautet. Was dies heisst, demonstrierte uns Ruby Brooks mit ihrem Klienten Stefan Rytz, Leiter eines Durchgangszentrums für Asylbewerber in Interlaken, der sich spontan zu einem Fototermin in seinem Zentrum bereit erklärt hatte. Da Stefan bei Stress den Druck, der auf ihm lastet, meist im Nacken und in den Schultern spürt, drückte Ruby ihn dort an bestimmten Punkten mit beiden Händen. «Wir glauben, dass das Heilmittel im Symptom steckt», sagt sie. «Durch die Verstärkung beginnt man wahrzunehmen, was das Heilmittel sein könnte; damit kommt der Prozess zum Fliessen. Wenn Stefan etwas bedrückt und er vor allem in den Schultern Druck spürt, verstärken wir diesen spielerisch. Da kann ein Rollenspiel daraus entstehen.» Stefan erinnert sich: «Einmal hat sie mich in einem solchen Spiel im Zimmer herum und in eine Ecke geschoben. Hier bekam ich ein Gefühl von Enge und Bedrängnis. Ruby war in diesem Augenblick die Instanz in mir, die mich selbst unter Druck setzt. Dann wechselten wir die Rollen, und ich schob Ruby umher, um ein Gefühl dafür zu erhalten, was ich mit mir anstelle. Ich bin ja in solchen Situationen immer beides.» «Natürlich werden solche Spiele behutsam in die Therapie eingeführt», betonte Ruby. «Wenn wir glauben, dass Berührung, dass Körperkontakt helfen könnten, fragen wir den Klienten vorher. Ein Therapeut, der selber Hemmungen hat, Menschen zu berühren, sollte dies auch zum Ausdruck bringen. Im übrigen gilt der Grundsatz, keine Ziele zu setzen, sondern dem Prozess zu folgen.» Stefan hat schon in der Kindheit, als Sohn eines Missionars, einen Teil der Welt kennengelernt, aus dem die Asylbewerber stammen. Er macht einen forschenden und selbstsicheren Eindruck. Vom Verstand her hat er sich durchschaut: «Ich habe ein Problem mit der Nähe. Ich habe Angst, mich zu zeigen, so zu sein, wie ich eigentlich bin. Deshalb wirke ich als Autoritätsperson und werde immer wieder in Machtkämpfe verwickelt. Wenn ich einmal etwas von mir preisgebe, erlebe ich, dass es in einem solchen Machtkampf gegen mich ausgespielt wird.» In der Therapiearbeit geht es jetzt darum, diese Erkenntnisse des Verstandes auch gefühlsmässig wahrzunehmen, damit Stefan lernen kann, sich so zu akzeptieren, wie er ist. Dann hat er die

Botschaften seines Selbst begriffen, und sein Körper braucht sie nicht mehr zu wiederholen.

Als Botschaften aus dem Körper hat die Hamburger Therapeutin Frauke Teegen, Dozentin für klinische Psychologie, in einem Experiment mit zehn Männern und vierzehn Frauen deren unterschiedliche Hauterkrankungen verstanden. Die Patienten wurden in einer einstündigen Sitzung zu folgender Übung angeleitet: «Die Augen schliessen - sich entspannen - die eigene Haut wahrnehmen - sich in die Haut einfühlen - in der Rolle der Haut sprechen.» Die Reaktion war frappant: «Allen Teilnehmern hatte ihre Haut direkt etwas zu sagen. Sie trat als Mahner, Warner und Helfer auf, und ihre Appelle waren mehr oder weniger freundschaftlich.»

Einem 34jährigen Mann, der seit 20 Jahren Schuppenflechten an Hals, Kopfhaut und Unterarmen hatte, «sagte» die Haut: «Wir machen dich darauf aufmerksam, dass du mit deinem Körper nicht gut umgehst und dir zuviel aufbürdest und dass deine Situation nicht gut ist und du sie schleunigst ändern und Entscheidungen und neuen Möglichkeiten nicht ausweichen solltest! Wir passen darauf auf, dass du dich nicht zu sehr unterdrücken und einspannen lässt und dass du deine Interessen hast und sie auch vor Freunden wahrnimmst!» Frauke Teegen schreibt: «Für die meisten Teilnehmer symbolisierte die Haut Einschränkung und Kontrolle, verleugnete Gefühle und Empfindungen, und sie fungierte als Kontaktsperrre zur Umwelt und zum eigenen inneren Erleben.»

Prozesse der Einschränkung, Kontrolle und Abwehr werden auch dann ausgelöst, wenn wir von Berührungsangst erfasst werden, einer Art «Krankheit», vor der wahrscheinlich gerade heute, im Zeitalter von Aids, kaum jemand verschont bleibt. Nur schon dieses Wort, Aids, löst in mir regelmässig eine Welle von Gedanken und Gefühlen aus; die Vernunft braucht jedesmal eine Weile, um wieder Oberhand zu gewinnen. Dann kann ich wieder aufatmen, mich über unser seltsames Verhalten wundern.

Kopfschüttelnd las ich letztes Jahr die Berichte über das Berner Oberländer Dorf Wimmis, wo die Kinder aus der sozialtherapeutischen Wohngemeinschaft «Rüdli», in der Drogenabhängige leben, plötzlich als Gefahr bezeichnet wurden, weil ein Teil der Eltern HIV-positiv ist. Das Spielfest im Rüdli, das andere Jahre eine grosse Attraktion war, wurde von der Wohngemeinschaft abgesagt. Im November fand ein Podiumsgespräch statt, an dem Experten die Bevölkerung beruhigten. Die Unsicherheit blieb.

Mein Kopfschütteln verging mir, als mir Ruby Brooks klarmachte, dass bei der Wahrnehmung einer solchen Konfliktsituation alle Teile in allen von uns vorhanden sind - also die Berührungsangst der Dorfbewohner in Wimmis auch in mir; aber auch in den Leuten vom Rüdli. Doch diese haben genau die richtige Therapie angewandt: Weil heuer der 15. Geburtstag des Rüdli war, wurde das Spielfest im Rahmen eines Tages der offenen Tür wieder durchgeführt. «Es war ein voller



Erfolg», strahlte Verena Schäfer-Sutter, die Leiterin Familienhaus.

Diese Erfahrung deckt sich mit den Feststellungen der deutschen Medienjournalistin Irene Stratenberth, die ein Buch über Kinder von Heroinabhängigen geschrieben hat. «Für die Überwindung der Berührungsängste im Zusammenhang mit HIV spielt die Art, wie die Betroffenen selbst damit umgehen, eine entscheidende Rolle», erklärte sie. «Es ist schon so, dass die Angst vor Berührungsängsten auf die Umwelt negativ einwirkt. Wenn hingegen die Betroffenen selbstbewusst auftreten, kommen die Mitmenschen eher damit klar.»

Fertig werden mit Berührungsängsten, das ist ein ganz wichtiger Schritt auf dem Weg zu einem friedlichen Zusammenleben unter den Menschen. Wie schaffen wir das? Leo Jacobs hat es in Kalkutta am eigenen Leib erfahren. Auf Seite 10 beginnt sein packender Erlebnisbericht.

Das Lied des weisen alten Banjospielers im Film von Chen Kaige endet hoffnungsvoll: «Eines Tages rollte der Donner im Himmel, glitten Blitze zur Erde, und alle kamen zu mir und sagten:

„Ihr seid nicht blind,
Ihr seid nicht taub,
Ihr seid noch jung,
sehen könnt ihr, reden und singen könnt ihr.“
Eines Tages wird die ganze Welt singen:
Dann ist Schluss mit Traurigkeit, Schluss mit
Tränen.

Wir werden unsere Stimmen erheben und
voll Freude singen.» ■

MARTIN SPEICH

