

bernhard schlage

körperpsychotherapie, schriftstellerei



des teufels goldene haare

fallvignette zur psychosomatik von bluthochdruck

- mit eingearbeiteten aspekten aus dem märchen vom „teufel mit den 3 goldenen haaren“ -

in dieser fallvignette dient das grimmsche märchen vom „teufel mit den 3 goldenen haaren“ als symboltragender hintergrund zur illustration einiger aspekte initiatischer arbeit mit männern in der körperorientierten psychotherapie.

das märchen in kürze, (gebrüder grimm, 1994)

das grimmsche märchen, das hier pate für das verständnis von einzelnen schritten initiatischer arbeit mit männern in der körperpsychotherapie sein soll, ist im überblick rasch erzählt: über einen kleinen jungen, der von einer „glückshaut“ überzogen geboren wird, erfahren wir die weissagung, dass er die tochter des königs zur frau haben wird. das erfährt der finstere könig und nachdem ihm die tötung des jünglings misslingt, erlegt er ihm eine aufgabe auf, von der er meint, dass er sich des jungen mannes damit entledigen wird: er soll die 3 goldenen haare des teufels in des königs schloss bringen. auf dem weg dorthin muss der jüngling 3 prüfungen bestehen: er muss herausfinden, warum ein brunnen vertrocknet ist; warum der baum, der immer goldene äpfel getragen hat, verkümmert und die frage beantworten, warum der alte fährmann auf seinem boot dazu verbannt erscheint, immer weiter den fluss vom einen zum anderen ufer fahren zu müssen. der jüngling verirrt sich dabei in einem wald, wo ihm die räuber eine grosse hilfe sind. schliesslich landet er im hause des teufels und berührt das herz von des teufels grossmutter, die ihn als ahnin zu

unterstützen verspricht. als der teufel nach hause kommt, legt dieser sein haupt auf dem schoss der ellermutter ab und während er einschläft, stellt sie ihm jene fragen, die die 3 prüfungen des jungen mannes lösen und zieht dabei je eines der 3 goldenen haare ihres enkels, mit denen der jüngling schliesslich die vermählung mit des königs tochter, sinnbildlich, mit denen ihm also die verbindung zu seiner anima gelingt.

in die fallvignette sind die jeweiligen initiativischen schritte des protagonisten als interpretationen in kursiv nachgängig beschrieben (und zur leichteren unterscheidbarkeit eingerückt).

die fallvignette als geschichte geschrieben

es ging ihm nicht gut heute morgen. etwas war nicht in ordnung in seinem leben. er fühlte sich wie der abgetragene braune bademantel, den er trug: er hatte sich eingerichtet in seinem leben, es war bequem und er hatte so seine routinen entwickelt. insgeheim fürchtete er sich vor dem alt.werden, weil er vermutete, dass seine lieb gewonnenen gewohnheiten sich dann zu festgefahrener sturheit in seinem leben entwickeln könnten: dass er dann beispielsweise nicht nur über einen radfahrer im auto sitzend schimpfen würde, sondern das lenkrad gezielt auf diesen hinbewegen würde; dass seine gewohnheit den morgen mit einem kaffee zu beginnen vielleicht doch eine organschädigende auswirkung entwickeln könnte; oder dass der feste tagesablauf, den er sich im beruf zu eigen gemacht hatte, ihm zu einem korsett werden würde, das er mit seinen steifer werdenden fingern nicht mehr würde ablegen können. er fühlte sich wie sein abgetragener brauner bademantel: bequem und verschlissen vom leben.

welches gefühl zu seinem leben findet ein mann in sich!? fühlt er sich getragen von einem netz von beziehungen oder isoliert und abgetrennt, selbst von ihm nahe stehenden menschen!? dieses grundsätzliche gefühl der existenz gegenüber wird sich in den beziehungen des mannes zu sich selbst, zu seinen freunden und seiner partnerIn oder auch zur natur als ganzes in seinem leben zeigen. im märchen ist die rede von einer besagten „glückshaut“, oder auch „glückshaube“, die in der kinderheilkunde des mittelalters eine rolle als glücksverheissendes vorzeichen spielte: dabei handelt es sich um das gelegentlich vorkommende phänomen, dass dem neugeborenen

ein teil der fruchtblase nach der geburt auf dem kopf (und gesicht) aufliegt. diesem teil der fruchtblase haftete seinerzeit die aura von etwas magischem an, weswegen beispielsweise seeleute sich für viel geld solche haut getrocknet und in papier geschlagen als schutzamulett von hebammen zu besorgen versuchten (wikipedia 30.12.2019). symbolisch lässt sich das thema „glückshaut“ aber auch mit einem gefühl von unversehrtheit und schönheit, das von neugeborenen auszugehen scheint, in verbindung bringen. die besonderheit im ausdruck neugeborener und der gesellschaftlich geprägte umgang damit, spielen in der geschichte der bindungserfahrungen der menschen eine bedeutende rolle: hatte das neugeborene einen direkten kontakt zur gebärenden mutter!? gab es medizinische komplikationen bei mutter oder kind, die eine zeitweise trennung nach der geburt notwendig gemacht haben? geschah die geburt unter lebensbedrohlichen umständen: auf der flucht in den wirren des zweiten weltkrieges?; nach einer strangulation des kindes mit seiner eigenen nabelschnur?; oder auch unter ärmlichen, unhygienischen bedingungen!? all ' diese aspekte beeinflussen das zukünftige bindungsverhalten der erwachsen-werdenden menschen.

im märchen wird ein weiterer aspekt deutlich: nämlich die frage, wie die soziale umgebung auf dieses glück reagiert: in der geschichte erfährt der könig als symbol für das „alter ego“ von der besonderen schönheit und der gabe, die dem säugling prophezeit wird, und möchte das kind töten. wie in unserem leben, wo immer noch viele väter sich nicht (finanziell) verantwortlich für die von ihnen gezeugten kinder fühlen; väter eifersüchtig auf die emotionale zuwendung der geliebten frau und mutter des säuglings zu eben diesem reagieren; oder wo wir, eher symbolisch verstanden, für die schönheit und verletzlichkeit des zarten lebendigen in uns selbst keinen sinn mehr haben: wir verlangen uns leistungen ab, versuchen zu funktionieren und bleiben in einer emotionalen erstarrung gegenüber dem lebendigen, die die neue geburt und das sinnliche unseres seins abwürgt und beschämt. die bedeutung von beschämung als soziales mittel der ausgrenzung und entwürdigung in unserer kultur, findet sich meines erachtens direkt in des königs umgang mit der „glückshaut“ des kindes im märchen wieder gespiegelt. wie sich der hilfeschuchende mann in den sozialen beziehungen (dieser frühen phase) seines lebens

geföhlt hat, spielt eine wichtige rolle dafür, ob die für ihn existierende vision in seinem leben einen platz finden kann.

es war einer dieser morgende, wo die ersten drei nachrichten im radio von männern handelten, die dem leben ihre un gute, eigene richtung aufzwangen. es ging ihnen um mehr geld, um mehr einfluss auf eine bestimmte angelegenheit, oder um mehr selbstwichtigkeit und bedeutung. es war wie mit seinem chef, der ihm sein ganzes berufsleben lang jeden tag die akten vorlegen liess, die er dann zu bearbeiten hatte. es war wie mit seinem grösseren bruder, der ihn nie in ruhe gelassen hatte und mit seinem vater, der ihn immer einen versager genannt hatte. bis zu dem tag, als der an einer krebserkrankung starb und er ihm auf dem sterbebett als letztes sagte: „selber versager!“ mehr nicht.

es ist eine besonderheit in der gegenwärtigen arbeit mit männern, dass deren auseinandersetzung mit den vättern seit mehreren generationen durch gesellschaftliche rahmenbedingungen erschwert wird: so waren die väter der „millenials“ kinder aus den häufig geschiedenen ehen der achtziger.jahre und tragen als auffälliges merkm al, bei ihrer mutter aufgewachsen zu sein; ebenso die männer vor ihnen, deren eltern infolge der emanzipationsbewegungen der siebziger und sechziger jahre ihre väter nur selten im alltag erfahren haben; die väter dieser generation davor waren beteiligte des 2.weltkrieges, ob als jugendliche, als verfolgte, oder soldaten -waren also mithin kriegskinder mit traumatisch bedingten veränderungen ihrer beziehungsfähigkeiten, wenn sie denn überhaupt lebend aus den kriegsereignissen heraus gefunden haben; die eltern der kriegskindergeneration hatten die väter widerum im ersten weltkrieg verloren: kurz: wir haben in zentraleuropa das problem der seit generationen abwesenden männer. in der initiatischen arbeit mit männern stehen daher häufig unsicherheiten im eigenen rollenverhalten im vordergrund; oder fragen nach dem persönlichen lebensinhalt neben all jenen gesellschaftlich vorgegebenen erwartungen an berufliches engagement; oder der umgang mit verhaltensweisen, die infolge der fehlenden männlichen orientierung entstanden sind: wie z.b. suchtverhalten. in der andrologie (männerheilkunde) gilt heute der satz: männer gehen zu spät zum arzt, wenn sie hingehen sind sie bereits schwerer erkrankt und sie sterben früher als frauen. neutzling (1990) erwähnt in diesem zusammenhang, dass

fast zweidrittel der gefängnisinsassen deutschlands männer sind und dass das bedeutet, dass männer schwierigkeiten haben und hilfe benötigen.

es zeigt sich der „fluch des alten königs“ im märchen in der initiativ orientierten praxis auf vielfältige weise: im wunsch nach orientierung und rollenklarheit: was wird von mir als mann, als vater, als berufstätiger, als scheiternder oder als gewinner, als liebender usw. erwartet!? ; bin ich gewünscht und kann/ darf ich meine talente in diese welt einbringen/ oder muss ich mich an ökonomische abhängigkeitsstrukturen anpassen!? oder aber die fehlende auseinandersetzung mit dem wirklichen vater wird durch die auseinandersetzung mit dem vorgestellten, inneren „kritischen alter ego“ ersetzt, dessen fürchterliche selbstentwertung und vernichtende selbstkritik die sozialen ausdrucksformen des mannes wiederholt und dauerhaft schädigt. dabei sind die lauten, unsozialen und politisch gefährlichen verhaltensweisen gesellschaftlich auffälliger, aber seltener als das verhalten jener männer, die keinen zugang zu ihren gefühlen bekommen, die ruhig wirken oder „wie ein fels in der brandung“ wahrgenommen werden, in wirklichkeit aber erstarrt sind und an einer unterregulation („hypoarousal“) ihrer gefühle leiden.

schliesslich findet sich in der initiatischen arbeit mit männern immer wieder auch die begegnung mit den „räubern“: männern also, die in kontakt mit im weiteren sinne kriminellen kräften oder organisationen sind; die selber an strafrechtlich relevanten handlungen beteiligt (gewesen) sind, und denen der zugang in den psychotherapeutischen markt auf doppelte weise schwer gemacht wird: wenn die therapeutische beziehung dazu missbraucht wird, mit des therapeuten hilfe die dämonischen aspekte des lebens unter kontrolle zu kriegen (guggenbühl-craig 1987), spricht das jene männer, die grade darin involviert sind/ sich als teil davon empfinden, wenig an; und die berufserfahrung zeigt mir, dass solche männer auch von vielen therapeutischen kollegInnen aus ethisch-moralischen erwägungen nicht für ambulante therapeutische arbeit aufgenommen werden. dabei zeigt am beispiel eines niederschwellig-vorsorgemässig angelegten projektes der medizinischen hochschule hannover (vgl.referenzen), dass z.b. männer, die sich als von pädophilen neigungen gefährdet erleben, solche hilfe gerne aufsuchen und

wirkungsvoll an einer transformation ihrer dämonischen aspekte lernen zu arbeiten.

solange seine frau im hause war, war sein problem klar: wenn sie nur nicht soviel reden würde! irgendwas in ihrem hirn konnte nicht in ordnung sein: diese andauernden ratschläge, das leben zu verbessern, mussten aus einer seltsamen störung ihrer neuronentätigkeit stammen: die schuhe ordentlich abstellen; den abwasch machen; freunde anrufen: die quelle dieser andauernden lebensverbessernden massnahmen sprudelte unerschöpflich in ihr und die wirkung erschien ihm keineswegs die lebensqualtiät zu bessern: sie vergiftete tag für tag die athmosphäre im beziehungs- geschehen. als seine frau nicht mehr da war, war die ursache seiner probleme auch klar: die post, das digitale endgerät, der WLAN-betreiber, des nachbars wuchernde hecke am zaun und, da hatte er sich genau beobachtet: diese braunen halbliterflaschen. er trank nicht viel, aber diese flaschen erschienen immer vor seinen augen: im supermarkt brachten die flaschen ihn dazu, in seinen einkaufskorb zu gelangen, zu hause wollten sie immer in gesellschaft mit anderen flaschen sein - vorratshaltung nannte er das für sich - und auch wenn er sie nicht sah, entwickelte etwas in ihm ein sehnen, solch eine flasche aus dem keller zu holen. er war sicher kein alkoholiker, aber diese flaschen spielten eine seltsame rolle in seinem leben.

männer kennen das bild im märchen vom ausgetrockneten brunnen. die wasser des lebens sind versiegt und sie erkrankten an burn.out oder depression. sie haben gearbeitet, sich für die vermutliche altersversorgung oder den profit eines grossen unternehmens angestrengt, waren auch am wochenende noch erreichbar und irgendwann sind sie erschöpft. es hilft kein sport mehr und auch keine motivations.app auf ihrem digitalen endgerät. der brunnen der lebensenergie ist versiegt. aber die männer kennen nur das phänomen. sie wissen nicht, was in der geschichte später erzählt werden wird: unten im brunnen sitzt eine kröte: als bild des ursprünglich-weiblichen ist es die beziehung zu ihrer mutter, die die männer zu klären haben, um wieder zugang zum „wasser des leben“s (meade 1996) zu kriegen. es geht eben nicht um das krafttraining im fitnesstudio oder um den nächsten abenteuerurlaub. es geht darum, die eigene emotionale energie aus der „fürsorglichen belagerung“ der mutter zu befreien und einen eigenständigen zugang und ausdruck

zu finden: auch und gerade zu jenen aspekten des eigenen seins, die von der mutter ungeachtet oder später von den frauen in seinem leben abgelehnt worden sind. das ur.weibliche symbol der kröte an der quelle des brunnens im märchen steht für diesen aspekt von mann.werden: einen umgang mit der eigenen geschichte der beziehung zur mutter oder dem weiblichen als ganzen zu finden.

er glaubte nicht an die psychologie. anatomen hatten seit vesalius (in den letzten 500jahren) jedes detail des leibes aufgeschnitten und chemiker hatten jeden baustein der molekularen existenz unseres leibes aufgelöst; selbst im computertomographen konnte man die seele nicht finden. nirgends. sie war eine fiktion, deren behandlung einem bestimmten berufsweig des gesundheitswesens ein einträgliches salär verschaffte. „der gedanke war jetzt gut“ kommentierte er sich selber und holte sich solch eine braune flasche aus dem kühltschrank. es ging ihm nicht gut heute. sein alter brauner bademantel hatte fäden gezogen.

„wozu auch sollte mann sich mit diesem ganzen psychokram beschäftigen?“ seine frau besuchte selbsterfahrungskurse und machte yoga, damit „ihre energie wieder ins fließen kommen würde“, wie sie das nannte. „wenn sie wieder richtigen sex mit ihm hätte, würde ihre energie auch besser fließen!“, dachte er sich. er fühlte sich abgetrennt von seiner frau; das ging ihm auch mit den kindern so, als die noch im hause waren: die lebten irgendwie im terrain seiner frau. es war genug in der werkstatt zu tun und er war nicht dazu da, sich um alles zu kümmern. auch nicht um „alle“, die in seinem hause wohnten. es gab verpflichtungen. während er darüber nachdachte, nahm er eine neue braune flasche und versuchte sich zu erinnern, wie dieser verschlissene, bequeme bademantel, den er trug, eigentlich in sein leben gekommen war. er hatte gerade entdeckt, dass eine naht an seinem ärmel sich öffnete. nichtmal eine naht können sie richtig setzen, diese asiaten, in deren fabrik der mantel hergestellt worden war. er liess den inhalt seiner braunen flasche genüsslich seine kehle herunter rinnen.

es ist im märchen das symbol vom verkümmerten baum mit den goldenen äpfeln, das hier seine kraft entfalten könnte: der baum verkümmert, weil eine maus an seinen wurzeln nagt: das phänomen kennen viele männer, dass sie an der verwirklichung

ihrer lebensaufgabe scheitern, weil sie sich in den vielen details des lebens verzetteln. wer, wie eine maus im hamsterrad, immer wieder oder ständig die (digitalen) abläufe des lebens verfolgen will kommt nicht mehr dazu, seinem eigenen leben einen inhalt zu geben; wer aus einer rollenunklarheit über das „sein“ in seinem leben versucht, den tausend erwartungen an sein leben gerecht zu werden, verliert seine kräfte und dessen „goldene äpfel“ vertrocknen, wenn sie denn überhaupt erst zum wachsen kommen. bitterkeit, zynismus oder sarkasmus über die anderen männer und deren (mangelnde) leistungen schleichen sich dann bei diesen männern in denken, sprechen und leben ein; männer, deren goldene äpfel verkümmert sind, verstricken und verwirren sich in sinnlosen konkurrenz- und machtkämpfen mit kollegen im beruf; in internetforen mit ihrer scheinbar völlig unabhängigen meinung („das muss doch mal gesagt werden können.“) oder mit dem nachbarn über die den gartenzaun übewuchernde hecke. männer geben sich auf. der gebrauch von suchtmitteln tritt dann an die stelle der suche nach- und verwirklichung von- ihrer lebensaufgabe.

wenn er lange genug trinken wird, würde sich die stimmung des tages schon ändern. er hatte da so seine erfahrungen. es war wochenende und er konnte sich bis zum mittag in einen zustand trinken, der ihm ein angenehm wattiges gefühl verschaffte. er konnte dann in tagträumen versinken wie neulich, als er sich daran erinnerte wie es gewesen war, als junger mann am morgen mit dem motorrad loszufahren. ohne ziel. einfach das vibrieren der maschine zwischen seinen schenkeln spüren und das wetter im gesicht fühlen. das war genug gewesen. er erinnerte sich daran, als er vor seinem bruder geflüchtet und seinen Lieblingsplatz im naheliegenden wäldchen aufgesucht hatte, wie er sich geborgen in der welt gefühlt hatte. mit sich allein. es gab ein unbestimmtes sehnen in ihm nach diesen zeiten und er hatte die bücher von thor heyerdahl gelesen: „kon tiki“: allein in einem selbstgebauten boot das meer überqueren: das würde er nie selber machen wollen, aber es löste ein unbestimmtes sehnen in ihm aus. oder das buch des norwegers erlind kagge, der allein bis zum südpol gewandert war. wenn er langsam weitertrank, würde ihn das langsam in eine andere welt versetzen. das wusste er. der alte bademantel umhüllte ihn mit einer typischen frotteehaften sanftheit und wärme, die ihm zu bestätigen schien, dass er auf dem richtigen weg war, an diesem tag.

im märchen ist das die stelle, wo der jüngling an den fluss kommt und der alte fährmann ihn darum bittet, das rätsel zu lösen, warum er immer vom einen ufer an das andere fahren muss? es geht um jenen moment im leben von männern, in denen „die show vorbei“ ist: das geld ist verdient, der sport ist gemacht, vielleicht hat er eine frau für sich gewinnen können und sie ist zufrieden mit ihm. heute jedenfalls. es ist abend. es gibt nichts mehr zu tun und es ist zeit ins bett zu gehen und einzuschlafen. wieviele männer sind nicht mehr in der lage ohne medikamente einzuschlafen; oder der beginn der ferien: ausspannen, nichts mehr tun: sich in der natur begegnen; das wochenende, das ungeplant plötzlich frei geworden ist: in diesen umbruchssituationen brauchen männer kontakt zu ihrem inneren fährmann, der sie „an das andere ufer“ bringt.

viele männer haben verlernt, die wirklichkeiten wechseln zu können. loslassen. sich fallen lassen und wieder eins zu werden mit der umgebung. auch wenn die initiatische visionssuche für männer (schäfer 2001) sich diesem bedürfnis zuwendet, bleiben es doch wenige, die sich für 3-4 tage fastend an einen einsamen ort in der natur bewegen und sich dort begegnen. die meisten männer haben den kontakt zu ihrem „inneren fährmann“ verloren und sind in dem übergang zu einer anderen stimmung und einem anderen sein auf sich allein gestellt. oder auf die begleitende medikation ihres „arztes und medikamentendealers“. sie haben vergessen, dass es für diese übergänge eine übung braucht. und gute begleiter. einen mentor zu nehmen, beispielsweise, der ihnen bei einem dieser übergänge in ihrem leben hilft, ist so eine möglichkeit. einen mann zu wählen, dem sie vertrauen und dem sie sich mit ihrer ewig angestregten selbstoptimierungssucht anvertrauen können; wo sie auch scheitern können und dabei nicht ihr mensch-sein verlieren; einen mann, der sie hört und fühlt und mitnimmt, auf die andere seite des lebens. viele männer lernen diese andere seite erst nach der „rush-hour-des-lebens“ (karriere, hausbau und familie...) in zusammenhang mit den ersten grösseren erkrankungen kennen; oder erinnern sich, dass die ersten frühen drogenerfahrungen aspekte von dieser anderen seite beleuchtet haben. den fährmann zu kennen, heisst, das steuerruder des eigenen lebens wieder in die hand nehmen zu können und die seiten zu wechseln. immer wieder mal. vielleicht einfach am abend, wenn „nichts mehr zu tun ist.“

nachdem seine frau ausgezogen, war ihm einige wochen leichter zumute gewesen. er musste nicht mehr die schuhe ordentlich hinstellen, und aufpassen, wann er seine erste braune flasche öffnete. es gab diesen wasserschaden in seinem haus, in der woche direkt nach ihrem auszug. sein sohn meinte, „die wand würde weinen“ - „was eine unsinnige idee: es war einfach ein rohr, das nicht mehr dicht gewesen war. wahrscheinlich sogar hatte der polnische schwarzarbeiter, den er damals beim bau des hauses vor 28 jahren beschäftigt hatte, einfach die dichtung bei der montage verpfuscht.“ es gab ein urologisches problem beim wasserlassen bei ihm seitdem. aber das konnte auch schlicht an seinem alter liegen. mann konnte dinge auch dramatisieren, wie in dieser gesundheitssendung im fernsehen neulich: männer gingen zu spät zur vorsorge: was ein unsinn. männer arbeiten! und verdienen das geld, das andere dann zu den ärzten tragen. er entdeckte eine säuerlich riechende, feuchte stelle an seinem bademantel zwischen seinen schenkeln, um die er sich nicht kümmerte.

mann sollte sich um diese feuchte stelle kümmern. mann sollte auch mal den keller aufräumen oder die steuerunterlagen sortieren. mann sollte mit seiner frau über sein fühlen sprechen und mann sollte gelegentlich ein paar tage allein in der natur verbringen. männer sollten darüber hinaus mehr sport machen oder einen künstlerischen ausdruck suchen. die meisten männer werden daran sterben, dass sie all diese guten, richtigen und sinnvollen dinge nicht getan haben: herzkreislaufkrankungen sind noch immer die häufigste todesursache in der andrologie und die meisten männer beginnen mit diesen dingen erst in der reha nach ihrem ersten herzinfrarkt: sport, ein gutes buch lesen und chinesisches schatten-boxen. männer machen keine schattenarbeit. in den schönen, guten, teuren selbsterfahrungs- und yogakursen finden sich frauen, die schon seit jeher die psychosozialen aufgaben einer patriarchalen kultur bereitwillig übernehmen. und männer sehnen sich danach, endlich diese dinge tun zu können, wenn sie eine möglichkeit dazu finden: sie wollen das eigene messer schmieden lernen, rücken.stärkende übungen in fitnesscentern lernen, oder auf den spuren ihres (gross-)vaters an orte der welt reisen: zu den kriegsschauplätzen nordafrikas; den spuren der auswandererströme folgend, oder endlich jenen karpatenpass selber queren, von dem der grossvater immer in seinen jugenderinnerungen berichtet hat.

männer sehnen sich nach wieder.eingebunden.sein. ich erinnere mich an eine familienaufstellung, bei der der aufstellende mann seinen vater, seine onkel, seine grossväter und grossonkel alle aufgestellt hat, nur um zu fühlen, wie sein leben geworden wäre, wenn all diese männer aus dem zweiten weltkrieg wiedergekommen wären. es ist ein heilsamer aspekt von mann.sein und mann.werden, diese dinge aus dem verdrängten schatten der eigenen biographie zu holen und sich mit ihnen auf seelische weise auseinander zu setzen: dabei ist für manche der aufgeräumte keller eine vergleichbare aufgabe, wie für andere die genealogische suche nach den männern in der eigenen familie und ihren geschichten, und für dritte die bewältigung ihrer herz-kreislauf-erkrankung. männer haben einen schatten und brauchen seelen.zeit, sich mit diesem zu beschäftigen.

nun war es bereits nachmittag geworden und er wartete noch immer darauf, dass sich der gewünschte wattige zustand einstellte. doch heute hatte er das gefühl, als könnte er nicht so schnell trinken wie sein herz schlug. etwas war seltsam und er erinnerte sich daran, dass das schon mehrmals in den letzten monaten so gewesen war. ihm fiel seine freundliche nachbarin ein, die meinte, das müsste er mal prüfen lassen. was sollen die ärzte schon finden? und medikamente würde er ohnehin nicht nehmen wollen, dachte er und nahm einen neuen schluck aus seiner braunen flasche, die vor ihm auf dem tisch stand. sie fragte ihn auch, was ihm sein herz denn da wohl sagen würde!? ja was sagte ihm denn dieses klopfen seines herzens? er lauschte so, als würde er beim autofahren auf ein ungewöhnliches geräusch im motor hören... und erinnerte sich, wie neulich, nach dem anruf seines sohnes sein herz plötzlich sehr laut geschlagen hatte. überhaupt, was soll „laut“ eigentlich heissen: es war sicher nicht so laut, dass jemand in seiner nähe es hätte hören können. aber es war in seiner erinnerung geblieben. was war das in dem gespräch mit seinem sohn, das sein herz offensichtlich in unruhe versetzt hatte!? war es der klang von dessen stimme, die ihn immer an die vorwurfsvolle stimme seines vorgesetzten erinnerte. doch was sollte ihm das bedeuten!? konnte es sein, dass ein organ seine tätigkeit auf die stimmung in beziehung zu einem anderen menschen abstimmte. das wollte ihm weit hergeholt erscheinen und er hielt das auch für sehr unwahrscheinlich. er wollte nicht, dass sein herz diese unruhe verbreitete.

seine nachbarin klingelte. er konnte das an der art, wie sie den klingelknopf betätigte erkennen: sie legte ihren finger sanft auf den knopf und drückte tief. als er aufstand wurde ihm klar, dass er schon einiges getrunken hatte heute. leicht wankend bewegte er sich zur wohnungstür und öffnete. sie stand vor seiner tür. etwas an ihr rührte sein herz unmittelbar. er wollte das nicht. aber es geschah immer wieder. sie schaute ihn an und legte den kopf etwas schräg. er konnte nicht wirklich verstehen, was sie sagte, aber er griff sich unmittelbar an sein herz und versuchte der aufsteigenden rührung herr zu werden; er machte unwillkürlich einen schritt zurück und die nachbarin betrat seine wohnung. es war ihm nicht angenehm, aber er hatte seine selbstachtung schon verloren und liess sie sein inneres betreten. es war wochenende. sollte da kommen, was wollte. als er sich an seinen küchentisch setzte, berührte sie seine schulter; wie zufällig.

er fühlte dieses sehnen in seinem herzen, dass sie diese hand doch bitte dort ein wenig liegen lassen sollte. doch er brachte es nicht über seine lippen das zu äussern. er schämte sich seines alten und abgetragenen bademantels in diesem moment sehr.

erst wochen später, als er nach einem schwächeanfall in der klinik sich wiederfand, wagte er sich ihr in diesem wunsche anzuvertrauen. sein herz schlug unmittelbar schneller. es trug ihn unmittelbar in eine andere welt, diesen wunsch zum ausdruck gebracht zu haben. es fühlte sich an, als würde sich in seiner kleinen existenz ein spalt öffnen und frische luft strömte herein. es schien, als lag an diesem tag in der klinik ein feiner flaum aus goldenem licht auf seinem morgenmantel.

im märchen begegnet der mann nicht dem teufel direkt: als er an des teufels haus ankommt, ist der selber nicht anwesend. statt dessen begegnet er des teufels ellermutter / niederdeutsch „eldermutter“, also seiner grossmutter, die sich erstaunlicherweise für das anliegen des jünplings öffnet. hier spielt das märchen also zunächst auf die tatsache an, dass männer durch die soziale atomisierung und den verlust von familientraditionen sich häufig alleine fühlen: ohne schutz und unterstützung durch andere männer. und das märchen legt uns männern nahe, dass wir uns nach älteren umschaun sollten: sei das ein mentor, der uns in einer umbruchsphase unseres lebens beisteht und begleitet, sei es, dass wir uns um noch lebende

ahnen oder geschichten über verstorbene vorfahren bemühen, oder schliesslich, dass wir uns in symbolisch-archetypischer weise nach dem eigenen „inneren ältesten“ oder spirituell verstandenen begleitern wie dem „höheren selbst“ oder einem „traumlehrer“ anschauen, die uns autorität und führung im umgang mit dem teufel geben. im fallbeispiel erscheint dem protagonisten ein wohlmeinendes, inneres selbst und zudem seine nachbarin, die etwas in ihm berührt, das sich für eine neue situation zu öffnen scheint.

der jüngling im märchen wird dann vor seiner begegnung mit dem teufel in eine ameise verwandelt, wie es in vielen schamanischen einweihungszeremonien beschrieben ist: der „rite de passage“, der übergangsritus, der die begegnung mit dem teufel einleitet, beginnt mit einer verwandlung in ein animalisches selbst und der vorübergehenden unterkunft im rockzipfel der ellermutter. es geschieht etwas in der beziehung zwischen dem jüngling und der ahnin-grossmutter, was dem mann ermöglicht, eine andere form anzunehmen und dadurch die schwierigkeiten, in denen er sich befindet, zu überwinden: dadurch dass der mann sich in kontakt mit seiner ahnenlinie bringt und eine transformation durchläuft. findet er eine lösung der 3 ihm entstandenen lebensrätsel. und er bringt zusätzlich die 3 artefakte in sein leben zurück (und zum könig).

ein wichtiger aspekt am ende des märchens: der beschreibt, dass die innere, seelische arbeit des mannes immer auch durch sicht- und anfassbare symbole bestätigt werden kann und muss, um leicht in den alltag integriert zu werden: in der fachsprache heisst das heutzutage: dass der klient symbole für seine gelungene innere arbeit mit in seinen alltag nimmt: ressourcenorientierung. das märchen beschreibt unsere faszinierende fähigkeit als therapeuten, durch fragen und das kreieren einer positiven bonding.situation einen veränderten (verkörperlichten) bewusstseinszustand zu erzeugen, der zugang zum unbewussten (unserer klientInnen) geben kann und damit die schwellen.zustände des bewusstseins bereichert und überwinden hilft.

am ende des märchens trägt der jüngling die 3 goldenen haare zum hof des königs. er wird „erkannt“ als einer jener männer,

die ihre seelische verbindung zur wurzel unseres seins wieder hergestellt haben und darin und dadurch wird er würdig, sich mit der prinzessin zu vermählen: findet er also den weg zu seiner anima und einem neuen inneren gleichgewicht.

bernhard schlage, winter 2019/20

referenzen:

- von beit, h. (1952); Symbolik des Märchens. Francke, Bern
- grimm, gebrüder (1994), der teufel mit den 3 goldenen haaren, gondrom verlag, bindlach, s.88
- guggenbühl-craig, a. (1987), macht als gefahr beim helfer; karger verlag, basel
- kast, v. (1989): der teufel mit den drei goldenen haaren. vom vertrauen in das eigene schicksal. 5. auflage. kreuz verlag, zürich
- meade, m. (1996), die männer und die wasser des lebens; droemersche verlagsanstalt, münchen
- medizinische hochschule hannover, www.praevention-sexueller-gewalt.de
- neutzling,r.; schnack, d. (1990); kleine helden in not; rowohlt verlag reinbeck bei hamburg
- röhr, h.-p.(2009): vom glück, sich selbst zu lieben. wege aus angst und depression. 5. auflage. patmos verlag, düsseldorf
- schäfer, r. (2001); männer quest - die reise ins herz des mannes; arun verlag engerda

kontakt:

bernhard schlage
körperpsychotherapie, schriftstellerei

gemeinschaftspraxis kugel e.v.
in der steinriede 7, hofgebäude
30161 hannover
telefon & fax 05 11 / 161 42 11
e-mail: post@bernhardschlage.de
internet: www.bernhardschlage.de