

RALF MATTI JÄGER

# EMPATHIE & THERAPIE

ANREGUNGEN AUS DER PRAXIS

*Leseprobe*



verwandeln verlag

Umschlaggestaltung unter Verwendung der Malerei *Malen ist Empathie* vom  
4.3.2016 von Ralf Matti Jäger.

Bibliographische Information Der Deutschen Bibliothek

Die deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© verwandeln verlag wendland 2022

Kollase 2, D-29473 Göhrde

Umschlag und Satz: Ralf Matti Jäger

Druck:

Alle Rechte vorbehalten.

ISBN 978-3-98192xx-x-x

[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)

[verwandeln@posteo.de](mailto:verwandeln@posteo.de)

*Mit dem allergrößten Dank*

*meinen*

*Patienten,*

*Kollegen,*

*Freunden,*

*Professoren,*

*Kindern*

*ℓ*

*Maja,*

*ohne die ich nichts von alledem hätte schreiben können.*

*Für freundschaftliches Lektorat und Feedback danke ich*

*Alexandra Gamer,*

*Michael Lener;*

*Sabine Theysen*

*ℓ*

*Maja.*

## LEITSÄTZE

»Fragmente dieser Art sind litterairische Sämereyen. Es mag freylich manches taube Körnchen darunter seyn - Indeß, wenn nur einiges aufgeht!«<sup>1</sup> *Novalis*

»Meine beständige Tendenz ist, neben der Untersuchung selbst, das Ensemble der Gemütskräfte zu beschäftigen, und soviel als möglich auf alle zugleich zu wirken. Ich will also nicht bloß meine Gedanken dem andern deutlich machen, sondern ihm zugleich meine ganze Seele übergeben, und auf seine sinnlichen Kräfte wie auf seine geistigen wirken.«<sup>2</sup> *Schiller*

»Wir erkennen die Wahrheit nicht nur durch die Vernunft, sondern auch durch das Herz; in der Weise des letzteren kennen wir die Grundprinzipien, und vergeblich ist es, dass die Vernunft, die hieran nicht beteiligt ist, sie zu bekämpfen versucht. [...] Die Prinzipien erspüren wir, die Lehrsätze erschließen wir, und beides mit Sicherheit, obgleich auf verschiedene Weise.«<sup>3</sup> *Pascal*

---

<sup>1</sup> Aus: Hans-Joachim Mähl (Hg.): *Novalis. Werke, Tagebücher, Briefe Friedrich von Hardenbergs. Band 2. Das philosophisch-theoretische Werk.* Darmstadt 1999, 274.

<sup>2</sup> Aus: Walter Hoyer (Hg.): *Schillers Leben dokumentarisch in Briefen und zeitgenössischen Berichten und Bildern.* Zusammengestellt von Walter Hoyer. Frankfurt am Main, Wien, Zürich 1967, 497.

<sup>3</sup> Blaise Pascal: *Über die Religion und einige andere Gegenstände (Pensées).* Übertragen und herausgegeben von Ewald Wasmuth. Berlin 1937, 141.

## GEBRAUCHSANWEISUNG

In diesem Buch beschreibe ich Beobachtungen; Beobachtungen von Empathieprozessen, von Therapieprozessen, von Verwandlungsprozessen, allgemein gesagt: von Handlungen, Gefühlen, Gedanken, Lebensprozessen meiner Mitmenschen, d.h. meiner mir Nächststehenden, meiner Freunde, meiner Patienten und von mir selbst.

Ich schreibe es aber nicht einfach als individuell-subjektiv Beobachtetes auf, sondern ich schreibe es in poetisierend-verdichtender Weise auf. Mein Versuch ist, das Prinzipielle, das Wesentliche, also dasjenige, was als tiefere Kraft dahinter steckt, hervorzuarbeiten.

Das mag manchmal gelingen, das mag bisweilen allzu subjektiv sein. Aber das Ziel ist, dieses Prinzipielle fühlend, ahnend, intuitierend zu erspüren und schriftlich-begrifflich zu greifen. Ich bezeichne diese Forschungsmethode als *Empathbiologische Prinzipienforschung*, weil das Fühlen nach meiner Erfahrung die ontologische Grundlage unseres Seins ist.

Das im Folgenden Dargelegte möge der Leser also als Schritte auf meinem Weg und hoffentlich – eben deshalb wird es als Buch veröffentlicht – als Anregung für sich aufnehmen.

Ich werde in dieser Schrift vorwiegend die männliche Form benutzen, – der Patient, der Therapeut, der Maler usw. – und doch immer auch sinngemäß die anderen Geschlechter mitmeinen.

Weiteres dazu im Kapitel *Frau und Mann*.

## THEMEN

VERTRAUEN, EMPATHIE, LIEBE.....8

LEIB, ENTWICKLUNG, LEBEN....

GANZHEIT, INDIVIDUALITÄT, VERBUNDENSEIN....

FRAU UND MANN....

GESUNDHEIT, KRANKHEIT, VERWANDLUNG....

HÜLLENBILDUNG, VERLETZUNG, TRAUMA....

ANNEHMEN, LOSLASSEN, HEILUNG....

VERTRAUEN, EMPATHIE, LIEBE



## Ur-Gefühl

Wir sind alle aus unserer Mutter geboren. Das tiefste Urgefühl ist Verbundensein, ein Wir-Gefühl. Vor der Geburt des Körpers, vor allem abgesonderten Bewusstsein leben wir in dem Gefühl des *Wir*, des *Eins*, des *Verbunden*. All unser tiefstes Sehnen geht auf dieses Urgefühl aus. Und alles andere – der abgesonderte Körper, das sinnliche Wahrnehmen, das aus diesen beiden entstehende Körper-Ich, das Denken, die Reflexion, die Analyse, das Selbst-Bewusstsein – kommt danach. Wer von Gott, von Ganzheit, von Heilsein, von Harmonie, von Liebe spricht, sehnt sich im Grunde nach diesem Urgefühl.

## Empathie zwischen Menschen

Empathie findet zwischen den Menschen statt. Einfühlung heißt, nicht bei sich zu sein, auch nicht beim Anderen zu sein, sondern *zwischen* uns beiden zu sein und also bei *uns beiden* zu sein.

## Hingabe an das Verbundensein

Das Andere, der Andere, die Andere, das interessiert mich. Da will ich hin. Ich fühle mich ein, gebe mich hin. Ich vergesse mich, verlasse mich. Ich werde das Andere, so sehr, dass ich vergesse, was ich bin, wie ich bin. Ich fühle. Ich fühle nur noch. Ob mich oder etwas anderes, weiß ich nicht.

## Urempfindungen

In den Urempfindungen sind alle Menschen gleich. Überall werden Menschen von ihren Müttern geboren, von diesen gestillt, versorgt, geliebt. Aber die äußerliche Kulturentwicklung bedingt oftmals vollkommen unterschiedliche Reflexionsweisen derselben Urerlebnisse. Und doch sind wir in den Urempfindungen alle gleich.

## Urvertrauen

Urvertrauen ist angeboren. Urvertrauen ist der Grundgehalt der Welt. Man kann nicht aus der Welt fallen. Man fällt, wenn man denn fällt, zurück in den Schoß Gottes. Urvertrauen kann jedoch aberzogen werden durch Empathielosigkeit der Mutter, der Eltern, des Umfeldes. Urvertrauen kann verloren gehen durch die Konfrontation mit Schicksalsereignissen, die schwerer sind, als dass man sie ertragen könnte (Traumata). Aber das Urvertrauen ist da und kann wieder erweckt werden. Das ist mitunter schwierig. Aber in Wirklichkeit ist in aller Therapie die Wiedererweckung wenigstens eines Fünkchens von Urvertrauen der allererste und wichtigste Schritt. Urvertrauen ist Rückhalt.

## Grundprinzip der Therapie

Vertrauen schenken. An Verwandlung glauben. Auf die eigene Verwandlungskraft vertrauen. Sich selbst vertrauen. Auf die Verwandlungspotentiale der Mitmenschen vertrauen. Sich selbst trauen. Dem tieferen Selbst trauen. Sich etwas trauen. Sich etwas zutrauen. Der Kraft der Überwindung trauen. Auf einen tieferen

Sinn vertrauen, den es aber noch zu entdecken gilt. Auf Liebe vertrauen. Allen Kindern Vertrauen schenken. Den eigenen Gefühlen vertrauen. Auf die Zukunft vertrauen. Dem Leben vertrauen. Dem Urgrund vertrauen.

### Wieder vertrauen lernen

Wir alle sind schon enttäuscht, verletzt, abgewertet, belogen, betrogen, hintergangen worden. Wir sehen uns deshalb vor, dass uns das nicht wieder geschehen kann. Wir haben Angst. Wir bauen seelische Schutzmauern. Umso stärker, umso tiefer wir verletzt worden sind, umso größer ist die Angst. Wir können nicht mehr vertrauen. Und doch. Angst ist Rückzug. Angst ist Nein-Sagen. Angst ist Lebensverneinung. Angst ist Sackgasse. So sehr wir auch verletzt worden sind, sind es doch nur wir selbst, denen durch die Angst das mögliche gute Leben entfleucht. Durch die Angst, die naturgemäß auf die Verletzung folgt, sind wir doppelt bestraft. Es bleibt nichts, als vorsichtig wieder vertrauen zu üben. Am Leichtesten fällt das, wenn wir auf Begegnungen achten, wo unser Vertrauen doch nicht enttäuscht wird.

### Vertrauen schenken

Das Wichtigste, was es braucht, um therapeutische Arbeit leisten zu können, ist Vertrauen. Man sollte Vertrauen *schenken* können. Vertrauen in den Menschen, d.h. in das Menschsein, das Menschentum. Vertrauen in den Patienten und seine Sehnsucht nach Weiterentwicklung. Vertrauen in das Schicksal des Patienten.

Vertrauen in die göttliche Weltordnung. Vertrauen auch in sich selbst als Therapeut. Vertrauen entwickelt sich aus Rückhalt. Wer Rückhalt erfahren hat, wer Rückhalt hat, kann Vertrauen schenken. Wenn ein Therapeut unsicher wird, hilft es immens, wenn seine Kollegen ihm Vertrauen schenken. Sie geben ihm damit Rückhalt. Man braucht nicht jemanden, der einem sagt, was man in der Therapie tun soll, sondern jemanden, der einem das Gefühl gibt, dass man es kann und dass es gut laufen wird. Leider ist nichts natürlicher, als dass einem Menschen, der sich selbst nicht mehr vertraut, das Vertrauen entzogen wird. Rückhalt geben kann nur derjenige, der noch größeres Vertrauen hat.

### Annehmen

Den Patienten anschauen, sehen, erleben, annehmen und bejahen, so wie er ist.

### Der empathische Erstkontakt

In der Begegnung von Mensch und Mensch stellt sich schon in den allerersten Momenten eine Beziehung ein. Da ist ein sinnlicher Raum, ein Fühlraum, eventuell ein Sprachraum, in dem beide zusammen sind.

### Begegnung

Ich begegne einem Menschen, heißt, wir treten in ein gemeinsames, vordeterminiertes Energiefeld ein.

## Würde und Hierarchie

Jedem Menschen als Mensch begegnen. Von Mensch zu Mensch. Sobald jemand (beispielsweise ein Therapeut) glaubt, auf einer höheren Stufe zu stehen, ist die Empathie gestört.

## Sinnlich und empathisch wahrnehmen

Als Kunsttherapeut nehme ich nicht allein das Kunstschaffen und die Kunstwerke der Patienten wahr, sondern insbesondere auch den Patienten selbst. Um ihn geht es. Ich höre seine Stimme, sehe seinen Gesichtsausdruck, sehe die Körperhaltung, die Gestik, die Mimik, die leibliche Spannung (Verspannung, Steifheit, Laschheit, Lockerheit etc.). Ich höre seine Geschichte. Indem ich ihn sinnlich wahrnehme, fühle ich mich ein. Ich versuche zu spüren, wie dieser Mensch ist, wie er in die Beziehung zu mir tritt. Das Ziel dieses Vorganges der Empathie ist, Verbundensein herzustellen, ein Verbundensein wie es zwischen Therapeut und Patient möglich ist. Wenn dies gelingt, fühlt der Patient: Da interessiert sich jemand für mich, in meinem Leid. Da sieht mich jemand. Da versteht mich jemand. Da werde ich angenommen, obwohl ich mich selbst problematisch finde.

## Der Therapeut als Resonanzorgan

Wenn ich als Therapeut mit einem Entwicklung suchenden oder hilfsbedürftigen Menschen zusammen bin, ist ein Teil der Frage: was bedeutet das alles? Aber zwischendurch lasse ich vom Denken ab. Ich *schwimme*, mache mich weich. Ich reagiere auf dasjenige, was mir

der Mensch entgegen bringt, spontan, *aus dem Bauch* oder *aus dem Herzen*. Ich bin in Empathieprozessen. Dann aber achte ich auch bewusst (also vom Denken geführt) darauf, wo in meinem Leib-Seele-Empathie-Organismus etwas spürbar wird. Diesen Vorgang vollziehe ich im Umgang mit dem Patienten wie auch seiner Kunstwerke. Welche innere Bewegung kommt in mir auf? Wo tut etwas weh? Wo wird etwas eng oder weit? Habe ich Phantasien? Muss ich nachdenken? Werde ich in den Gliedern zappelig? Usw.

### Gemeinsam wir werden

Wunderbar beschreibt Martin Buber in seiner *Rede über das Erzieherische* von 1926 die Empathie:

»Einfühlung bedeutet, wenn irgend etwas, mit dem eigenen Gefühl in die dynamische Struktur eines Gegenstands, einer Säule, eines Kristalls, eines Baumasts, wohl auch einer animalischen oder menschlichen Kreatur, zu schlüpfen und sie gleichsam von innen abzulaufen, die Formung und Bewegtheit des Gegenstands mit den eigenen Muskelempfindungen verstehend; sich hinweg und hinein zu ›versetzen‹.«

Buber führt im Weiteren jedoch aus, dass sich der sich einfühlende Mensch dann vollständig in das Andere hineinbegeben könne, und dass er sich selbst dabei verliere. Ja, man verliert sich selbst als Ich-bewusstes Wesen. Aber, nein, man kann nicht *sich* in das Andere/den Anderen hineinbegeben. Ich kann nicht einfach Du werden. Weil du Du bist und ich Ich bin. Aber wir können gemeinsam Wir werden. Wir können uns in einem gemeinsamen Fühlraum finden. Da begegne nicht *Ich* dem *Anderen*, vielmehr sind wir in diesem gemeinsamen Fühlraum *Wir*. Ich verliere nicht mich, indem ich der

Andere werde. Ich kann nicht Du werden. Sondern ich verliere mich, indem wir im Fühlraum zum Wir werden.

## Das Jahrhundert der Empathie

Der Intellektualismus des 20. Jahrhunderts (im Abendland) ist vorüber. Im 21. Jahrhundert geht es um Empathie. So schreibt Jeremy Rifkin in seinem Buch *Die empathische Zivilisation* von 2009:

»Obwohl das Leben um uns herum durchsetzt ist mit Leid, Sorgen, Ungerechtigkeiten und verbrecherischen Machenschaften, besteht es im Großen und Ganzen doch aus Hunderten von kleinen Zeichen der Aufmerksamkeit und Großzügigkeit. Liebe und Mitgefühl zwischen den Menschen schaffen Wohlwollen, prägen soziale Bande und bringen Freude in unser Leben. Unser Umgang miteinander ist, kurz gesagt, weitgehend getragen von wechselseitiger Empathie - und zwar aus dem einfachen Grund, weil dies unserem eigentlichen Wesen entspricht.«<sup>4</sup>

## Bewusste Gefühle und das Fühlen

Safi Nidiaye schreibt in ihrem Buch *Wieder fühlen lernen*:

»Mitgefühl bedeutet nicht, dass ich mir vorstelle, wie ich mich anstelle des anderen fühlen würde oder wie er sich fühlt.«<sup>5</sup>

Sie weist damit auf einen Unterschied hin, den viele Psychologen und Philosophen gar nicht kennen: Sich *vorzustellen* und darüber *nachzudenken*, wie ein anderer Mensch sich fühlen könnte, ist eben noch längst nicht, sich einzufühlen. Man muss unterscheiden

---

<sup>4</sup> Rifkin 2012, 21

<sup>5</sup> Nidiaye 2014, S. 28.

zwischen dem, was sich ein Mensch durch Reflexion und Selbstbeobachtung von seinen Gefühlen bewusst gemacht hat, und dem Fühlen als solchem, das nur traumhaft-bewusst, halbbewusst oder auch gänzlich unbewusst ist.

Doch im nächsten Satz schreibt Nidiaye Folgendes:

»Mitgefühl bedeutet, dass ich fühle, was er [der Andere] fühlt.«<sup>6</sup>

So möchte man meinen. Aber hier gilt es, feiner zu beobachten und das fühlend Erlebte vorsichtiger zu beschreiben. Denn wir können nicht einfach fühlen, was der Andere fühlt. Dazu müsste ich der Andere sein, bzw. werden. Ich kann aber niemals ganz der Andere werden, da das subjektive, hellwache (Selbst-)Bewusstsein des Menschen unweigerlich mit dem bewusstmachenden Denken verknüpft ist. Sobald ich sage, dass Ich *Etwas* fühle, bin ich im Wesentlichen nicht in einem Fühlprozess, sondern in einem Bewusstseinsprozess. Dank meines denkenden Bewusstseins weiß ich, dass Ich *Etwas* fühle. Es ist ein Unterschied, ob ich mir ein Bewusstsein von *Etwas* verschafft habe, oder ob ich dieses *Etwas* selbst erlebe. Nur das, was bewusst wird, bezeichnen wir als das von uns Gefühlte. Aber das Fühlen selbst *geht dem Bewusstsein voraus*. Wir fühlen viel, viel mehr, als uns bewusst wird. Beim wirklichen Fühlen ist das Bewusstsein herabgedämpft. Deshalb heben sich im Fühlen die Grenzen von Mein und Dein auf. Im Fühlen ist das Erleben träumerisch, halbwach. Nur träumerisch kann das Fühlen erlebt werden. Dann kann, wenn man das Erlebnis sprachlich exakt beschreiben will, auch nicht mehr davon gesprochen werden, dass Ich *Etwas* fühle. Vielmehr wird gefühlt. Fühlen ist da, fühlendes Erleben. Ob es Mein Erleben ist, weiß ich nicht. Wo sich zwei

---

<sup>6</sup> Ebd.



Menschen begegnen, und einer von beiden oder beide momentweise in die Gelöstheit fühlenden Erlebens eintreten, vollzieht sich Empathie. Das kann auch mitten im Gespräch sein und nur einen kurzen Moment dauern. Aber nicht fühle Ich das, was sich der Andere von seinem Fühlen bewusst gemacht hat, sondern fühlend treten wir ein in ein gemeinschaftliches Erleben des Fühlraumes.

### Subjektivität des Therapeuten

Welche Bedeutung hat das vom Kunsttherapeuten am Werk Erlebte, also dasjenige, was er sinnlich wahrnimmt, was er fühlt, was er begrifflich fasst, was er inspirativ erfasst, für den Patienten? Jeder Therapeut muss von seinem ihm eigenen Erleben ausgehen. Er bringt also auch seine Subjektivität mit ein. Diese Subjektivität kann bei aller Professionalität auch eine Einseitigkeit sein, sei es an einem schlechten Tag, oder sei es, dass im Patienten eine Problematik vorliegt, die der Therapeut selbst nicht überwunden hat. Dies ist eine Gefahr insbesondere in der Kunsttherapie, da sich der Therapeut als Resonanzhilfe, als Artikulationshilfe, sogar als Inspirationshilfe einbringen muss. Diese Gefahr besteht in einem Übersehen des Patienten, welches zu einer Überformung seiner Person führen kann. Gebannt werden kann diese Gefahr durch Empathie, aber auch durch die Zusammenarbeit mit den Kollegen.

### Fühlende Einspürung in den Patienten

Mein Versuch ist immer, den Patienten in seiner persönlichen Erscheinung in aller Offenheit und Hingabe zu erleben, alle Sinne zu

öffnen, mich fühlend einzuspüren und dies begrifflich zu fassen. Sinnlich wahrnehmend erlebe ich die äußere Erscheinung, die Körperhaltung, die Gestik, die Mimik, höre die Stimme, mit ihrem Klang, ihrer Artikulation etc. Mich fühlend einspürend kann ich die Körperspannung, auch die seelische Spannung (Anspannung, Überspannung, Laschheit etc.) erfassen. Diese fühlende Einspürung in den Patienten ist für den Vorgang der Empathie grundlegend.

### Drei Schichten der Empathie

Um einen Zugang zum Verständnis der Empathieprozesse zu eröffnen, möchte ich in vorliegendem Aufsatz in drei Schritten beschreiben, was zwischen zwei Menschen geschieht<sup>7</sup>.

#### *Sich Eindenken*

In der Begegnung mit einem Menschen ist es möglich, ihn als den mir Gegenüberstehenden zu betrachten, ihn sinnlich wahrzunehmen in seiner Erscheinung, zu Hören, was er sagt, über all dies klug, differenziert, vielfältig nachzudenken. Auf diese Weise kann es zu einem *Verstehen* des Anderen kommen. Dies ist noch nicht wirkliche Empathie im eigentlichen Sinn der Sache. Aber im weiteren Sinne kann man es als Vorstufe der Empathie, als ersten Schritt zur Empathie ansehen. Ich bezeichne es als *Sich Eindenken*.

---

<sup>7</sup> Vorreiter waren hier Theodor Lessing mit seiner *Psychologie der Abmung* (1908), Max Scheler mit seinen *Wesen und Formen der Sympathie* (1. Aufl. 1916, 2. Aufl. 1922), Martin Buber mit seinem *Ich und Du* (1923), Gabriel Marcel mit seinem Eintrag zum 23.8.1918 in seinem *Metaphysischen Tagebuch* (s.u.) und Ludwig Binswanger mit seinen *Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins* (1942).

Dieser erste Schritt schließt insbesondere auf, wie der Andere sich präsentieren will, wie er sich selbst sieht, was er von sich selbst denkt. So unerlässlich das *Sich Eindenken* ist, gilt doch, dass es kaum zu einer seelischen Berührung kommt. Trotz aller Einsichten und klugen Gedanken über den Anderen bleibt man ihm innerlich fern.

### *Mitgefühl*

Eine Vertiefung der Beziehung ergibt sich erst, wenn das Fühlen einbezogen wird. Das Mitgefühl geht meist mit der sinnlichen Wahrnehmung Hand in Hand. Die Körperhaltung, die Gestik, die Mimik, dasjenige, was der Andere mitteilt, ist mit seiner inneren Haltung, seiner inneren Gespanntheit, seinen Leibgefühlen, seinen Emotionen, seinen Vorstellungen, seinem Denken korreliert. Einerseits nehme ich dies sinnlich wahr, gleichzeitig tritt in mir ein ähnliches Gefühl auf. Ich sehe einen traurig blickenden Menschen und spüre zugleich Trauer. Ich sehe ein hüpfendes, lachendes Kind und fühle zugleich Freude und Spaß. Dieses Mitfühlen der inneren Situation eines Anderen bezeichne ich als *Mitgefühl*. Damit ist eine tiefere Schicht der Empathie erreicht.

Und doch kann man sich auch hier schwer täuschen, wenn man in plumper Weise annimmt, dass das Gefühl, welches in mir selbst auftritt, mit demjenigen, das der Andere hat, identisch sei. Oft projiziert man eigene, bei sich selbst aber unterdrückte Gefühle in seine Mitmenschen hinein.

Häufig kommt es auch vor, dass man nicht das mitfühlt, was der andere erlebt, sondern dessen Gegenteil. Die Schlawheit eines Patienten kann den Therapeuten anspannen. Die Aufregung des Patienten kann zum Gefühl des Beruhigen-Wollens führen. Dies

gehört mit zum Empathieprozess, ist aber nicht als Einfühlung in die Gefühlslage des Anderen zu betrachten. Der Therapeut ist nicht wirklich beim Mitgefühl für den Patienten angekommen, sondern in der Gegenreaktion stecken geblieben. Psychoanalytiker nennen dies die *Gegenübertragung*.

In der Therapie ist es deshalb sinnvoll, nachzufragen: »Wenn sie so traurig dreinblicken, entsteht in mir das Gefühl von Bedrückung, von einer Last, die nach unten drückt. Fühlen Sie das ebenso?« Auf diese Weise korrelieren sich die Ebenen des *Mitgefühls* und des *Sich Eindenkens*.

#### *Verbundensein*

Das Erleben zwischen zwei Menschen ist noch nicht erfasst im Nachdenken des Einen über den Anderen (Sich Eindenken), im Nachfühlen der Gefühle des Einen durch den Anderen (Mitgefühl). Vielmehr gibt es darüber hinaus eine noch tiefere Schicht des gegenseitigen Eingefühltseins. Diese Ebene ist schwer zu beschreiben. Theodor Lessing, Max Scheler, Martin Buber, Ludwig Binswanger haben diesbezüglich die ersten Versuche unternommen.

Max Scheler erläutert dies am Beispiel der Mutter und eines Säuglings, die in manchen Momenten so miteinander verbunden zu sein scheinen, dass die Mutter fühlt, was der Säugling braucht. Ähnliches lässt sich manchmal bei Mädchen im Schulalter beobachten, die eng befreundet sind. Noch bevor die eine es ausspricht, weiß die andere, was ihre Freundin sagen will. Beide fühlen dasselbe. Wo diese Ebene zwischen zwei Menschen ahnend, spürend, fühlend erlebt wird, spreche ich von *Verbundensein*. Was in der Ebene des *Verbundenseins* erlebt wird, sind nicht die Gefühle des

Anderen, sondern es ist dasjenige, worin die beiden leben, in dem sich beide Menschen in die Beziehung einbringen.

Im Erleben des Verbundenseins werde nicht etwa Ich zum Du. Vielmehr wird erlebt, dass Ich und der Andere verbunden sind, dass wir uns wirklich berühren, gegenseitig beeinflussen, prägen, verändern. Das Verbundensein ist ein Erleben des *Wir*. Man erlebt gemeinsam mit jedem Menschen ein anderes *Wir*. Gabriel Marcel hat es 1918 wie folgt zu beschreiben versucht:

»Ich begegne einem Unbekannten in der Eisenbahn; wir sprechen vom Wetter, vom Kriegsbericht usw., indes selbst insofern ich mich an ihn wende, bleibt er für mich ›jemand‹, ›dieser Mann da‹; er ist in erster Linie ein XY. [...] Ein anderer tritt mit mir mittels Zeichen in Verbindung, die sich mit Zeichen von mir kreuzen; das ist alles. Es mag aber geschehen, dass mir allmählich bewusst werde, Zwiesprache mit mir selbst zu führen (was keineswegs besagen will, dass der andere und ich identisch sind oder mir so erscheinen), das heißt, dass er mehr und mehr teil hat am Absoluten, [...] wir hören mehr und mehr auf, ein XY und ein anderer zu sein. Wir sind einfach ›wir‹.«<sup>8</sup>

Im Verbundensein sind wir nicht Ich und Du, wir sind Wir, das Gemeinsame.

Im *Sich Eindenken* kann der Andere verstanden werden. Im *Mitgefühl* können seine Gefühle nachgefühlt werden. Im *Verbundensein* aber erfolgt eine wirkliche Berührung, ja mehr noch, ein Zusammengehen der zwei verschiedenen Menschen. Dies ist die tiefste Schicht der Empathie und dem entsprechend auch die tiefste Schicht in der therapeutischen Beziehung. Wenn der Patient die

---

<sup>8</sup> Marcel, Gabriel (1992): *Werkauswahl. Bd. II. Metaphysisches Tagebuch 1915-1943*. Paderborn 1992, 27.

Berührung des Verbundenseins fühlt, spürt oder ahnt, kann er sich wirklich gesehen, gehört, gefühlt, verstanden, angenommen fühlen. Dann ist das *Sich Eindenken* nicht mehr nur ein Nachdenken über den Anderen als Objekt, das *Mitgefühl* ist nicht nur ein Nachfühlen der Gefühle des Anderen, sondern im *Verbundesein* haben sich der Andere und ich wirklich berührt. Wir haben unser gemeinsames Wir entdeckt. Dieses Erleben ist nicht vollbewusst im Sinne einer intellektuellen Bewusstseinsklarheit, sondern es ist traumhaft-fühlend bewusst.

### *Empathie und Abstinenz*

Im therapeutischen Kontext kann die Öffnung für die Schicht des Verbundenseins selbstverständlich nicht die Aufnahme einer Freundschaft bedeuten. Sondern es geht darum, dass der Patient sich angenommen fühlen kann bis in die tiefsten Schichten seines Menschseins hinein, weil er empathisch angenommen ist. Nur zu leicht kann es im bloßen *Sich Eindenken* zu einer objektivierenden und damit distanzierenden Beziehung zwischen Therapeut und Patient kommen. Für Sigmund Freud ist gerade diese Distanziertheit eine Grundforderung an den Psychoanalytiker: er muss – wie Freud es nennt – *abstinent* sein, darf sich von seinem Mitgefühl nicht mitreißen lassen. Der Andere wird dann jedoch kaum als ein *Du*, vielmehr als ein *Es*, d.h. als ein Objekt, ein Ding angesehen.

Martin Buber ahnte, dass diese abstinente, unverbundene Haltung für die therapeutische Beziehungsarbeit unzureichend ist:

»Wenn er [der Psychoanalytiker] sich damit begnügt, diesen [seinen Patienten] zu analysieren, d.h. aus seinem Mikrokosmos unbewusste Faktoren ans Licht zu holen und die durch ein solches

Hervortreten verwandelten Energien an eine bewusste Lebensarbeit zu setzen, mag ihm manche Reparatur gelingen. Er mag bestenfalls einer diffusen, strukturarmen Seele helfen, sich einigermaßen zu sammeln und zu ordnen. Aber das, was ihm hier eigentlich aufgetragen ist, die Regeneration eines verkümmerten Person-Zentrums wird er nicht zu Werke bringen. Das vermag nur, wer mit dem großen Blick des Arztes die verschüttete latente Einheit der leidenden Seele erfasst, und das ist eben nur in der *partnerischen Haltung* von Person zu Person, nicht durch Betrachtung und Untersuchung eines Objektes zu erlangen.«<sup>9</sup>

Was Buber als »partnerische Haltung« zwischen Therapeut und Patient einfordert, stellt sich m. E. im Zusammenwirken von *Sich Eindenken*, *Mitgefühl* und *Verbundensein* – und nur im Zusammenwirken aller drei Stufen – ein, wobei es Aufgabe des Therapeuten ist, dies zu ermöglichen.

Doch, ebenso wie hervorzuheben ist, dass das *Sich Eindenken* in den Patienten noch nicht als eigentliche Empathie angesehen werden kann, muss bedacht werden, dass die Öffnung für das *Verbundensein* die Gefahr birgt, das therapeutische Momentum zu verlieren. In dieser Hinsicht ist das Freudsche Gebot der Abstinenz doch nicht gänzlich abzulehnen. Der Therapeut muss aus dem Wir-Erleben auch wieder heraus in die Distanzierung treten können, um etwas *für* den Patienten – jetzt als einem von ihm Abgesonderten – tun zu können.

---

<sup>9</sup> Martin Buber: *Das dialogische Prinzip*. 1. Aufl. 1947. Heidelberg 1979, 131f. Kursivsetzung durch RMJ.

*Es - Du - Wir - Ich*

Zunächst wird der Andere als der mir Gegenüberstehende, als *Es* (wie Gabriel Marcel schreibt) gesehen. Im Verlauf der sich entwickelnden Beziehung wird er als *Du* erfahren. Schließlich kommt es auf der Stufe des Verbundenseins zum Erleben des *Wir*. Doch muss der Therapeut auch aus dem *Wir* heraustreten und wieder ganz wach, selbstbewusst und damit distanziert *Ich* werden können. Empathie ist in jeder sich vertiefenden menschlichen Begegnung ein Prozess, der sich naturgemäß zwischen den Polen von *Ich* (Isolation) und *Wir* (Kommunion) lebendig vollzieht. Für den Therapeuten ist es notwendig, diesen Prozess zu kennen und sein Zustandekommen im bestmöglichen Sinn für den Patienten zu ermöglichen.

## Pseudo-Empathie

Psychologen haben mit Psychopathen und Mördern Empathie-Schulungen durchgeführt und mussten nach deren Entlassung zu ihrem Schrecken feststellen, dass die Psychopathen und Mörder nicht etwa einfühlsamer geworden waren, sondern geschickter darin, sich in ihre Opfer und Verfolger einzudenken. Die Psychologen kamen daraufhin zu dem Schluss, dass Empathietrainings bei Psychopathen und Mördern kontraindiziert seien. Ein Fehlschluss. Vielmehr hat sich damit erwiesen, dass dasjenige, was den Psychopathen und Mördern als *Empathie*-Training angeboten worden war, gar nicht darauf basierte, wirklich Fühlen, Einfühlung, Empathie zuzulassen. Sondern es handelte sich bloß um ein Training des *Sich-in-den-Anderen-Eindenkens*. Umso mehr ich mich in den



Anderen eindenke, umso besser kann ich ihn verstehen. Dabei kann das Herz ganz kalt bleiben. Ein echtes Empathietraining müsste auf dem Fühlen basieren (beispielsweise durch Kunsttherapie). Denn das Fühlen ist bei Psychopathen und Mördern schwer gestört. Ein Psychopath, der von seinem eigenen Fühlen abgeschnitten ist, kann sich ganz kalt darüber Gedanken machen, wie ein Mensch aus Liebe, aus moralischem Empfinden oder auch in Angst handeln würde, ohne dass in ihm deshalb irgendein Mitgefühl aufkäme, weil er von sich selbst abgeschnitten ist. Wer Psychopathen Einfühlung beibringen will, muss ihnen jahre-, vielleicht jahrzehntelange liebevolle, empathische Therapie zukommen lassen. Dann kommt es, wie Arno Gruen beschreibt, irgendwann zu einem Aufbrechen aller verdrängten und abgewehrten Schmerzgefühle mit der sofortigen Gefahr von Suizidalität. Alle Einfühlung basiert auf der Einfühlung in sich selbst, die wiederum nur möglich ist, wenn man selbst Einfühlung erfahren hat. Wer fühlen kann, kann sich selbst fühlen, kann auch den Anderen fühlen.



# *verwandeln verlag*

## *Einführung & Verwandlung*

Der *verwandeln verlag* ist ein Indie-Verlag aus dem wunderschönen, widerständigen Wendland. Er wurde am 4.10.2017 durch Ralf Matti Jäger begründet.

Die zentralen Themen des *verwandeln verlag*es sind Mensch & Menschsein, Einführung & Verwandlung, Kunstschaffen & Kunst-therapie, Empathie & Phänomenologische Anthropologie.

Leider ist es in der Wirtschaft heute selbstverständlich geworden, durch perfide Marketingstrategien in Menschen Konsumgüter für Dinge zu erzeugen, die niemand wirklich braucht und die bisweilen sogar schädlich sind. In diesem Zuge werden inzwischen leider auch die Bereiche von Wissenschaft und Kunst (Literatur, Musik, Malerei etc.) durch weltweit operierende Medienkonzerne rein marktwirtschaftlich angegangen und damit gänzlich in ein falsches Fahrwasser gebracht und die kleineren Verlage ziehen mit.

Demgegenüber setzt der *verwandeln verlag* auf Unabhängigkeit, Eigenständigkeit, Authentizität und Direktheit.

Der *verwandeln verlag* ist bislang ein Non-Profit-Unternehmen und finanziert sich im kleinsten Stil aus (durch kunsttherapeutische Arbeit erworbenem) Privatkapital, durch Crowdfunding und durch die Förderung nahestehender Menschen.

Unter [www.ralfmattijaeger.de](http://www.ralfmattijaeger.de) können kostenfrei unzählige Texte gelesen, Malereien angeschaut und Musik gehört werden. Bücher können dort direkt unter *verwandeln verlag* bestellt werden.

[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)



# VERWANDLUNG

von  
Ralf Matti Jäger

Das menschliche Leben ist ein Prozess stetiger Verwandlung: Wir verwandeln die Welt und die Welt verwandelt uns.

Der Kernprozess aller Verwandlung ist das Kunstschaffen. Der malende Mensch, sei es ein Kind, ein Patient, ein Künstler, verwandelt die Welt der Farben, aber die Farbenwelt verwandelt auch ihn. Der tanzende Mensch verwandelt die Welt der Bewegung, des Rhythmus, des Raumes und diese verwandeln auch ihn. Der musizierende Mensch verwandelt die Klänge, Rhythmen, Töne, Geräusche, diese verwandeln auch ihn. Das Kunstschaffen ist ein Prozess der Anverwandlung von Mensch und Welt. Da ist ein Zusammen-fließen, eins werden, und auch wieder ein Auseinanderfließen und zwei werden.

In Aphorismen, Fragmenten und Essays wird das Kunstschaffen als Prozess des Spielens zwischen Individualisierung und Kommunion, als Prozess der Welt- und Selbstverwandlung beschrieben.

Es handelt sich um Anregungen zur Erforschung der Verwandlungs-, Veränderungs- und Entwicklungsprozesse im (kunstschaffenden) Menschen.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 140 Seiten

ISBN 978-3-9819259-1-3

19,80€ + Verpackung und Versand

unter [www.ralfmattijaeger.de/literatur](http://www.ralfmattijaeger.de/literatur)



DAS SPIELEN ZWISCHEN  
INTENTIONALITÄT UND PATHISCHEM  
IM ERLEBEN & KUNSTSCHAFFEN  
EIN BEITRAG ZUR PHÄNOMENOLOGISCHEN  
ANTHROPOLOGIE

von Ralf Matti Jäger

Welche Prozesse vollziehen sich zwischen Mensch und Welt, wenn wir die Welt und uns selbst darin erleben? Welche Prozesse vollziehen sich im Handlungs- und Wahrnehmungsfeld des Kunstschaffens? Diese beiden Fragen bilden den gemeinsamen Ausgangspunkt dieser philosophisch-phänomenologischen Studie.

In dem Buch wird das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem als apriorischer Grundprozess des menschlichen Erlebens und des Kunstschaffens in einem Dreischritt von Husserls Intentionalitätsbegriff über Straus' Begriff des Pathischen zum Spielbegriff Schillers entwickelt.

Sodann wird der Prozess des Spielens zwischen Intentionalität und Pathischem anhand der taktilen Berührung, der Sinneswahrnehmung und dem Fühlen, sowie dem Plastizierens und Malen anschaulich gemacht.

Auf dieser Grundlage wird abschließend anhand von Ausführungen Albert Einsteins auf die großen Ähnlichkeiten und die kleinen, aber gewichtigen Unterschiede zwischen dem Kunstschaffensprozess und dem kreativen Denkprozess des Wissenschaftlers hingewiesen.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 139 Seiten.

ISBN 978-3-9819259-0-6

19,80€ + Verpackung und Versand

unter [www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft](http://www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft)



# SEELENSCHWÄRZE SEELENWÄRME

GEGENWARTSPOESIE & HERZENSMALEREI

von

Ralf Matti Jäger

Naturzerstörung und Selbstzerstörung, Egoismus und Empathiemangel, Lügen und Manipulation, Konkurrenzdruck und Pseudo-Verantwortungsübernahme, Krieg in der Welt und Gewalt in unseren Schlaf- und Kinderzimmern, Climate Change und Ausgrenzung... das sind einige der drängendsten Probleme unserer Zeit, die mich als Dichter, Maler und (Trauma-) Kunsttherapeut seit langem beschäftigen.

Kinder kommen ursprünglich nicht mit der Seelenschwärze auf die Welt. Sie kommen als reine, offene, empfängliche, liebevolle und liebebedürftige Seelen zu uns und werden dann – viel zu früh – mit der Seelenschwärze unserer Welt konfrontiert. Die Folgen davon erlebe ich alltäglich im Kontakt mit meinen Mitmenschen, mit der Natur, mit mir selbst, in verdichteter Weise bei meiner Arbeit als (Trauma-) Kunsttherapeut in der Psychosomatik, Akut-Psychiatrie und in ambulanter Praxis. In der traumakunsttherapeutischen Arbeit ist der Umgang mit der Seelenschwärze ein unerlässlicher therapeutischer Prozess, der für die Patienten (und für mich) schmerzlich, aber befreiend ist. Vielleicht ist es notwendig geworden, die Seelenschwärze der gesamten Menschheit in einem schmerzlichen Prozess durcharbeiten? Der Seelenschwärze ins Gesicht zu sehen und damit Wege zur Seelenwärme zu eröffnen, dazu soll dieses Buch einen Beitrag leisten.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 212 Seiten, 66 Malereien.

ISBN 978-3-9819259-2-0

25€ + Verpackung und Versand unter

[www.ralfmattijaeger.de/literatur](http://www.ralfmattijaeger.de/literatur)



# MO, MIKKO, MARIA UND DAS TOTE SCHAF

## EIN ADVENTS-KINDER-KRIMI AUS DEM WENDLAND

in 24 Kapiteln

von Sophia, Jalmari, Malve, Maja und Ralf Matti Jäger



Am 1. Dezember liegt ein totes Schaf im Stall des kleinen wendländischen Dorfes Pröhlitz. Violetta Pröhl ist schockiert. Bauer Gerd aus dem Nachbardorf Kiekritz ist sich sicher: Das war der Wolf. Aber so leicht lassen sich die drei Dorfkinder Mo, Mikko und Maria nicht ins Bockshorn jagen. An der Sache ist doch was faul. Wie ist das Schaf Piet gestorben? Die drei Detektive wollen es herausfinden. Sie suchen nach Spuren und lauschen die Dorfbewohner aus. Nach und nach decken sie eine Fülle von Ungereimtheiten auf. Doch das gefällt nicht allen...

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 280 Seiten, 33 Illustrationen.

ISBN 978-3-9819259-3-7

22€ + Verpackung und Versand unter

[www.verwandeln-verlag.de/literatur](http://www.verwandeln-verlag.de/literatur)



# GEGENWARTSGESTALTUNG ZWISCHEN EMPATHIE & EXISTENZANGST

INDIVIDUALISTISCH-GEMEINSCHAFTLICHE  
HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN  
von Ralf Matti Jäger

Die Existenzangst ist in Zeiten des Raubbaus an der Erde, der Überbevölkerung, des Klimawandels, von Flüchtlingsbewegungen, chaotischer Corona-Politik usw. bei uns allen explodiert. Zugleich wird die Sehnsucht nach Empathie immer größer.

Denn die Empathie verbindet uns mit unseren Mitmenschen und der Natur. Sie macht uns weich, anpassungsfähig und hingebungsvoll. Sie lässt uns Teil des Ganzen werden. Demgegenüber weckt die Existenzangst in uns den Überlebenstrieb. Sie macht uns wach und aktiv. Doch wenn sie uns vollständig in ihren Bann schlägt, können wir gnadenlos werden, auch gegenüber unseren Nächsten. Die Existenzangst lässt uns auf unser Eigendasein zurückschrumpfen, sie macht uns dafür aber auch für unser Eigendasein wach.

Unter den zwei Leitbegriffen Empathie und Existenzangst versuche ich in diesem Buch zwei der tiefsten Urkräfte des menschlichen Daseinsvollzuges zu umreißen; zwei Urkräfte, die einander polarisch gegenüberstehen und uns in Extreme reißen.

Erst wenn beide Urkräfte ins Spiel kommen, wird sinnvolles Handeln, d.h. positive Verwandlung möglich wird. Im Spielen zwischen den polarischen Kräften liegt die Möglichkeit zu einer positiven Gegenwartsgestaltung aus innerer Freiheit und in Verbunden-sein mit den Mitmenschen und der Natur.

Erscheint im Februar 2022.



# ZWÖLF THESEN ZU EINER EMPATHISCHEN WISSENSCHAFT

von Ralf Matti Jäger

Unser gegenwärtiges Wissenschaftssystem bedarf einer Erneuerung, um sich aus den Schlingen der Geldgeber aus Politik und Wirtschaft wieder befreien zu können. Mit diesem Büchlein will ich zu dieser Erneuerung einen spezifischen Beitrag leisten. Es geht mir um die Methodologie wissenschaftlichen Forschens, die – so die These dieses Büchleins – des bewussten Einbezugs der Empathie bedarf. Wir brauchen eine empathische Wissenschaft.

Dass die Empathie in der wissenschaftlichen Forschung methodisch unterbewertet oder ausgeblendet wird, ist mir als Künstler und Therapeut mit Erschütterung aufgefallen, seit ich im Jahr 2008 damit begonnen hatte, mich in die Wissenschaft einzuarbeiten. So entstanden in mir nach und nach die Ideen, die in diesem skizzenhaften Beitrag erstmals in kürzester Form dargelegt sind.

Der methodische Einbezug der Empathie in die wissenschaftliche Forschung würde die Wissenschaft näher an die Wirklichkeit heranbringen und auf diese Weise wirklichkeitsgemäßer machen. Die Forschungsergebnisse würden dadurch langfristig besser und für ein positives menschliches Leben hilfreicher werden.

Online-Publikation vom November 2020.

Erscheint gedruckt im Februar 2022.

Kostenloser Download unter

[www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft](http://www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft)





# GESTALTUNGSTHERAPIE KREATIVE THERAPIE KÜNSTLERISCHE THERAPIE KUNSTTHERAPIE

EIN BEITRAG ZUR BEGRIFFSGESCHICHTE,  
GEMEINSCHAFTSBILDUNG & IDENTITÄTSKLÄRUNG

Dissertation von Ralf Matti Jäger an der Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke bei Prof. Dr. med. David Martin und Prof. Dr. med. Peter F. Matthiessen †.

Worum geht es bei dem Therapieverfahren, das mit den verschiedenen Oberbegriffen Gestaltungstherapie, Kreative Therapie, Künstlerische Therapie und Kunsttherapie bezeichnet worden ist im Kern? Wie kommt die therapeutische Wirkung zustande? Werden hier die Kräfte des Gestaltens, der Kreativität, des Künstlerischen oder der Kunst zum therapeutischen Einsatz gebracht?

Dass sich seit Anfang des 20. Jahrhunderts just diese vier Oberbegriffe herausgebildet haben, ist als Ausdruck eines von je verschiedenen Ausgangspunkten kommenden Ringens um die zentralen Fragen des Fachgebietes zu verstehen. Erst die Überschau über die vier damit verbunden unterschiedlichen Sichtweisen vermag den Zugang zum Kern des Fachgebietes zu eröffnen: die Verwandlungskraft der Kunst.

Die Dissertation und weitere Aufsätze zur wissenschaftlichen Fundierung der Kunsttherapie sind kostenfrei online erhältlich unter:

[www.verwandeln-verlag.de/kunsttherapie](http://www.verwandeln-verlag.de/kunsttherapie)



# ENTWICKLUNG UND WISSENSCHAFTLICHER STATUS DER KUNSTTHERAPIE

NEUN AUFSÄTZE AUS DEM KONTEXT DER DISSERTATION

von Ralf Matti Jäger

- Wurzeln der Kunsttherapie
- Die vier Entwicklungsphasen der modernen Kunsttherapie - Ein erster Versuch
- Therapiebegriff und Einsatzfelder der Kunsttherapie
- Zur kunsttherapeutischen Diagnostik
- Wissenschaftsgebiet Kunsttherapie
- Die wissenschaftliche Selbstbesinnung der Kunsttherapie im Kontext der Entstehung des Psychotherapeutengesetzes
- Wissenschaft und Art-based Research in der Kunsttherapie
- Kreativitätsforschung, Kreative Therapie und Kunst in der Psychotherapie
- Ideen zu einem Kunstbegriff für das 21. Jahrhundert

Online-Publikationen vom November 2020

Als kostenloser Download unter  
[www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft](http://www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft)



# KRITIK DER ANTHROPOSOPHIE

## STEINERS DENKWEG UND DIE FÄHIGKEITEN DES FÜHLENS

von Ralf Matti Jäger

Von 2001 bis 2010 habe ich mich mit Vorurteilsoffenheit und Begeisterung in Rudolf Steiners Anthroposophie eingearbeitet. Dann wurden mir die Zeitgebundenheit und Beengtheit seines philosophischen und lebenspraktischen Systems deutlich.

In diesem Büchlein geht es im Wesentlichen um drei Punkte.

Zum ersten soll klar werden, in welchem Zeitrahmen die Anthroposophie aktuell war. Steiner hat sein Konzept von 1888 bis zu seinem Tod im Jahr 1925 entwickelt. In den Jahren 1900-1907 war die Anthroposophie zeitgemäß und modern. Dann wurde sie durch philosophische und historische Neuerungen überholt.

Zum zweiten soll aufgewiesen werden, dass Steiners Anthropologie in sich Widersprüche aufweist. Implizit wurde der Kopfpol, das Denken ins Zentrum des menschlichen Daseins gestellt. Die Bedeutung des Fühlens für das menschliche Dasein wurde von Steiner strukturell unterbewertet.

Zum dritten wird gezeigt, dass der anthroposophische Schulungsweg, ein Weg zur Weiterentwicklung der Seele und zur sogenannten »Erkenntnis geistiger Welten« aus methodischen Gründen nicht zu den von Steiner angestrebten tieferen Einsichten führen kann.

Online-Publikationen vom November 2019

Als kostenloser Download unter  
[www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft](http://www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft)



# JÜDISCH-DEUTSCHE EMPATHIEFORSCHUNG

1900 – 1933

## Exposé zu einem Forschungsprojekt

Dass es in den Jahren vor der nationalsozialistischen Machtübernahme insbesondere durch jüdisch-deutsche Philosoph\*innen eine tiefgreifende Forschung zu sensiblen zwischenmenschlichen Prozessen gegeben hat, ist heute kaum bekannt. Es waren Theodor Lessing, Max Scheler, Franz Rosenzweig, Edith Stein, Martin Buber, Karl Löwith und Hannah Arendt.

Im Zuge heute verstärkt wieder aufflammender Nationalismen, Rassismen, Antisemitismen, Fundamentalismen und den damit verbundenen gesellschaftlichen Spaltungsprozessen möchte ich einerseits die Leistungen der jüdisch-deutschen Philosoph\*innen, andererseits aber dieses Moment positiven Ineinanderfließens vermeintlich gegensätzlicher Strömungen – der deutschen Philosophie und der jüdischen Religions- und Lebenspraxis – ins Bewusstsein bringen; so unvollkommen und dürftig mir dies im Moment auch nur möglich sein mag. Es hat damals andere, positive, empathische Wege gegeben, die nicht weiter verfolgt werden konnten. Vielleicht können sie sich für die Zukunft neu eröffnen lassen?

Ich hoffe, dass sich dieses Forschungsprojekt irgendwann realisieren lässt.

Download des Exposés unter  
[www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft](http://www.ralfmattijaeger.de/wissenschaft)



# EMPATHIE & THERAPIE

ANREGUNGEN AUS DER PRAXIS

von Ralf Matti Jäger

Wie vollziehen sich Empathieprozesse? Welche Bedeutung hat die Empathie im menschlichen Leben, in Beziehungen und in der Therapie? Wie vollziehen sich Entwicklungsprozesse, seelische Verwandlungsprozesse, Heilungsprozesse? Wie verwandelt sich Gesundheit in Krankheit und Krankheit in eine neue Gesundheit? Wie kann Traumatherapie helfen? Das Buch bietet aus der kunsttherapeutischen und empathologisch-forschenden Praxis geschöpfte Beobachtungen und Reflexionen.

## THEMEN:

Vertrauen, Empathie, Liebe

Leib, Entwicklung, Leben

Ganzheit, Individualität, Verbundensein

Frau und Mann

Gesundheit, Krankheit, Verwandlung

Verletzung, Trauma, Hüllenbildung

Annehmen, Loslassen, Heilung.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 192 Seiten.

Erscheint, sobald eine Finanzierung gefunden ist.



# DEMUT DES DENKENS

VORSPIEL ZU EINER  
PHILOSOPHIE VOM HERZENSGRUND  
von Ralf Matti Jäger

Die Beobachtung des Denkens kann zur Demut des Denkens führen. Nämlich dann, wenn man zu der Erkenntnis kommt, dass das Denken selbst seine Begrenzungen hat. Davon handelt dieses Buch.

Von einer Demut des Denkens spreche ich hier aus der Einsicht, dass das Denken gar nicht in der Lage ist, die erlebbare Wirklichkeit direkt zu erfassen. Denn dem Denken wohnt strukturell das Moment der Distanzierung von der erlebbaren Wirklichkeit inne. Dies ist ein Vorteil. Es ist aber ein Nachteil dann, wenn Denker, Wissenschaftler, Philosophen, Psychologen, sogar Phänomenologen immer noch glauben, dass die Grundstruktur der Welt im Denken erreicht sei. Das ist nicht der Fall. Deshalb sollten wir alle, die wir denken, uns bescheiden.

Wenn wir uns weithin einig wären, dass spielende Kinder, sorgende Mütter und Väter, Liebe und Empathie fühlende, die Welt verwandelnde, malende, musizierende, tanzende, dichtende, singende Menschen mit der Wirklichkeit eins sind, während sich der denkende Mensch aus der Tiefenstruktur des Denkens heraus immer von der Wirklichkeit entzweit, dann wären die Anregungen in diesem Buch nicht notwendig.

Der Werkzeug-Charakter des Denkens soll klar werden.

Fertig gestellt 2019.

Erscheint, sobald eine Finanzierung gefunden ist.



# C. G. JUNG

## UND DIE MODERNE KUNST

EIN BEITRAG ZUR  
GESCHICHTE DER MALTHERAPIE

von Ralf Matti Jäger

C. G. Jung (1875-1961) gehört neben Sigmund Freud und Alfred Adler zu den maßgeblichen Begründern einer verbalen Psychotherapie. Er gehört aber auch zu den Begründern der Kunsttherapie, namentlich der Maltherapie. Das Malen war Jung ein Mittel zur Ergündung des Unbewussten und zur Arbeit mit inneren Bildern (Träumen, Phantasien, Gesichten, Visionen). Dabei war er von den akademischen Kunstidealen des 19. Jahrhunderts und einer symbolistischen Bildauffassung geprägt. Der modernen Kunst begegnete er zu Anfang des Jahrhunderts mit Neugier, doch sprach sie ihn nicht positiv an. Ende der 20er Jahre grenzte er sich deutlich ab. Jungs Theorien zu Symbolen, zum kollektiven Unbewussten und dessen Archetypen waren prägend für die Weiterentwicklung der Psychotherapie und auch für manche Ansätze der Kunsttherapie. Doch ist das Überholtwerden seines akademischen und symbolistischen Kunstverständnisses durch die fortschreitende Kunstentwicklung bis dato kaum kritisch reflektiert worden. Die Symboltheorien Jungs (und ebenso Freuds) sind weiter tradiert worden, ohne dass je ein Bewusstsein davon entstanden wäre, dass sie auf die moderne Kunst und damit auch auf die Kunstwerke von Patienten heute nur in manchen Fällen oder nur in einem speziellen Sinne angewendet werden können. Hier möchte die vorliegende Studie zur Klärung beitragen.

Erscheint, sobald eine Finanzierung gefunden ist.



# EMPATHIOLOGIE DES KUNSTSCHAFFENS

IN TANZ, PLASTIK, MALEREI, MUSIK & POESIE

von  
Ralf Matti Jäger

Was sind die spezifischen therapeutischen Wirkprinzipien der Kunsttherapie? Um diese Grundfrage der Kunsttherapie einer Beantwortung zugänglich zu machen, sind vorab folgende Fragen zu klären: Was geschieht während des Kunstschaffens (in Tanz, Plastik, Malerei, Musik, Dichtung usw.)? Welche Prozesse vollziehen sich während des Kunstschaffens im Menschen, im Gestaltungsmaterial, zwischen Mensch und Material und zwischen dem Kunstschaffenden und seinen Mitmenschen? Wo urständet und wie entsteht dasjenige, was als Ästhetik bezeichnet wird? Mit der Studie EMPATHIOLOGIE DES KUNSTSCHAFFENS unternehme ich den Versuch, einen grundlegenden Beitrag zur Beantwortung dieser Fragen zu liefern.

In Arbeit.





# WIRKLICHKEIT UND WAHRHEIT IN ZEITEN DER KRISE

PHILOSOPHISCH-PSYCHOLOGISCHE REFLEXIONEN

von Ralf Matti Jäger

Das Nicht-Handeln fast aller Regierungen der Welt im Angesicht der Klimakrise und das urplötzlich zupackende, aber überformende autokratische Handeln der meisten Regierungen in der Corona-Krise hat in vielen Menschen Irritationen, Nachdenklichkeit und zuletzt starke Zweifel an der Unabhängigkeit und Wahrhaftigkeit der Regierungen, wie auch der Medien hervorgerufen. Viele Menschen wissen nicht mehr, wem sie noch vertrauen können und was noch wirklich und wahr ist. So spalten sich die westlichen Gesellschaften in polarisierende Lager. Jeder Mensch vertritt zunehmend mehr nur noch seine eigene Wirklichkeit. Es gibt zwar eine Fülle an Büchern, die uns erklären wollen, wie die Sache wirklich steht, doch weisen all diese Bücher auch wieder nur jeweils einen spezifischen Standpunkt auf. Die grundlegende, philosophische Frage, wie es überhaupt dazu kommt, dass wir die Wirklichkeit als wirklich erleben, und dass wir Erlebtes, Gesehenes und Gehörtes als wahrhaftig empfinden, wird kaum je gestellt. In diesem Buch suche ich nach Antworten auf diese Fragen und entwickle Übungen, die dabei helfen sollen, dass wir im eigenen Erleben wieder einen sicheren Halt finden können.

In Planung.



Ralf Matti Jäger

# DU UND DU

CD

Vierzehn Songs

Schlagzeug, Bass, Gitarre, Gesang

Aufnahmen laufen seit Januar 2021 im Wendland

1. Geboren
2. Hülle
3. Vertrauen
4. Rebell\*in
5. Rakastunut
6. Daheim
7. Wasser
8. Amrum
9. Lichter
10. Verblüht
11. Königin
12. Schatten
13. Schmerzen
14. Liebe

Erscheint frühestens Ende 2022.

Siehe unter [www.ralfmattijaeger.de/musik](http://www.ralfmattijaeger.de/musik)



[www.ralfmattijaeger.de](http://www.ralfmattijaeger.de)  
[www.verwandeln-verlag.de](http://www.verwandeln-verlag.de)