

Der fröhliche Tabubrecher

Der junge Wiener Psychiater Raphael M. Bonelli stellt den alten Sigmund Freud vom Kopf auf die Füße.

von Stephan Baier

Seit der große Wiener Psycho-Doc Sigmund Freud Religiosität vor allem mit Neurose und Hysterie assoziierte, wird Glaube in der Psycho-Zunft weitgehend kritisch beäugt. Mehr noch: Religion scheint das große Tabu der Psychotherapie zu sein. Die Berührungsängste zwischen den ach so verwandten Welten von Psychotherapie und Seelsorge – von rühmlichen Ausnahmen abgesehen – sind legendär und mitunter lächerlich. Doch seit einigen Jahren mischt der junge Wiener Neurowissenschaftler, Psychiater und Psychotherapeut Raphael M. Bonelli die Szene gewaltig auf. 2007 organisierte er, damals noch als Facharzt für Psychiatrie an

der Grazer Universitätsklinik, einen internationalen Kongress mit 1.200 Experten aus Psychiatrie, Psychotherapie, Philosophie, Theologie und Seelsorge. Da sprühten nicht nur intellektuell die Funken. Da prallten auch Weltbilder aufeinander.

Dann rief Bonelli mit renommierten Fachleuten unterschiedlicher Wissenschaften das Institut „Religiosität in Psychiatrie und Psychotherapie“ (RPP) ins Leben, das mit Fachtagungen und Diskussionen zeigt, was beide Seiten voneinander lernen könnten. Jede Tagung für sich ist eine Provokation im besten Sinn des Wortes: Da ging es um „Charakter & Charisma“, um „Selbstverwirklichung & Gehorsam“, um „Zölibat & Beziehung“ oder auch um „das Unbehagen mit der Religion“. Über „Glück & Seligkeit“ dachten hier zuletzt in Wien Psychiater, der Wiener Kardinal Christoph Schönborn und die katholische Philosophin Hanna-Barbara Gerl-Falkovitz nach. Über „Gottesfurcht & Heidenangst“ geht es im Herbst bei der nächsten Expertentagung im Zisterzi-

erklöster Heiligenkreuz im Wienerwald, einer geistig-geistlichen Oase in der intellektuellen Wüste Österreichs.

2009 nahm Raphael Bonellis RPP in Wien das psychiatrisch mittlerweile gut gefasste Phänomen der Verbitterung unter die Lupe, um von hier aus die Bresche zu Vergebung und Versöhnung zu schlagen. Da deutete sich bereits an, was der doppelt promovierte Psycho-Revolutionär Bonelli, der auch Dozent an der „Sigmund Freud Privatuniversität“ in Wien ist, dank eifriger Studien mittlerweile wissenschaftlich belegen kann: dass religiöse Menschen nicht neurotischer oder hysterischer sind, sondern signifikant weniger zu Traumata, Depression, Suizid und Suchterkrankungen neigen. Religion als „Coping“-Strategie gegen psychische Erkrankungen? Glaube als Hilfe, beide Beine fest auf dem Boden der wirklichen Wirklichkeit zu behalten? Das ist am Anfang des 21. Jahrhunderts allerdings revolutionär!

Dabei überschreitet der Neurowissenschaftler, der auch an drei amerikani-

Der Wiener Psychiater Raphael M. Bonelli bei Vorträgen in Heiligenkreuz.

(Fotos: Jerko Malinar/Cross-Press)



schen Universitäten (darunter in Harvard) forschte und bereits in jungen Jahren eine Vielzahl wissenschaftlicher Veröffentlichungen vorweisen konnte, keineswegs die Grenzen seines Fachs, vermengt nicht Therapie und Seelsorge und glaubt schon gar nicht, dass psychisch Kranke anstelle einer Therapie einfach mehr beten sollten. „Es gibt auch depressive Heilige und glückliche Verbrecher“, sagt Raphael M. Bonelli. Doch der Patient leide unter Phänomenen, der Beichtende unter den eigenen Taten.

Im Gegensatz zum Beichtvater sei der Psychotherapeut weder guter Hirte noch barmherziger Samariter, weder Vater des verlorenen Sohnes noch gerechter Richter. Die Aufgabe des Beichtvaters sei es, immer da zu sein, die des Psychotherapeuten, so schnell wie möglich nicht mehr nötig zu sein. Beim Psychotherapeuten sei die Persönlichkeit wichtig, doch dürfe seine eigene Weltanschauung keine Rolle spielen. Dagegen gehe es in der Beichte um die Wahrheit, nicht aber um die Persönlichkeit des Priesters. In der Beichte gehe es ausschließlich um bewusste und noch nicht gebeichtete Schuld, während sich die Psychotherapie für das Unbewusste interessiere. Die Beichte sei für Gesunde da, die Psychotherapie für Kranke.

Bonellis großes Aber: Die Psychotherapie müsse lernen, demütig zu werden, „was sie heute nicht ist“, denn sie könne keine Schuld vergeben, sondern nur „so tun als gebe es keine“. Der Mensch brauche aber klare sittliche Normen, um

seinen blinden Fleck zu sehen. Je sensibler ein Mensch für das Moralische ist, desto eher sehe er seine eigenen Defekte. Regelmäßiges Beichten bringe darum ein hohes Maß an Selbsterkenntnis, sagte Bonelli völlig unerschrocken auf einer wissenschaftlichen Tagung. Um dies dezidiert als Psychiater und Psychotherapeut – gestützt auf die Erfahrung in Wissenschaft und Praxis – durchzubuchstabieren, hat Bonelli heuer ein Buch veröffentlicht, das Sigmund Freud vollends vom Kopf auf die Füße stellt. Es heißt „Selber schuld!“ und nennt das große Tabu der Psycho-Szene beim Namen: die verdrängte Schuld des Menschen.

Aus seiner Praxis – nicht nur, aber besonders aus der Paartherapie – weiß der Wissenschaftler, dass nichts so intim ist, wie die eigene Schuld, dass der Mensch drauf getrimmt wird, sich selbst als Opfer zu sehen, und dass viele Therapeuten Schuld gerne als bloßes Gefühl verharmlosen. Doch Schuld wird nicht bewältigt, indem sie als Fremdbeschuldigung auf andere projiziert und in Fluten von Selbstmitleid ertränkt wird.

Garniert mit vielen Fallbeispielen aus der psychotherapeutischen Praxis zeichnet Bonelli Mechanismen der Schuld-Verdrängung. Er beschreibt die Sackgassen des Perfektionismus und der Ichhaftigkeit, arbeitet die Strategien des Selbstbetrugs und der Lebenslügen heraus. Wer selbst fehlerlos ist, braucht für all die Missstände, die sich beim besten Willen nicht leugnen lassen, einen Schuldigen: So führe der Perfektionismus, gewürzt mit sehr viel Selbstmitleid, zur Fremdbeschuldigung.

Als Wissenschaftler weicht Bonelli der Frage nicht aus, wie viel am menschlichen Verhalten determiniert – und wie wenig eigentlich wirklich frei ist. So wird aus dem pfiffigen Psycho-Buch eine profunde Einführung in die neurowissenschaftliche und psychologische Debatte um das menschliche Gehirn, den Anteil der Gene, die Bedeutung der Erziehung. Bonellis Fazit: „Durch Selbsterkenntnis und den freien Willen sind Verhaltensänderungen möglich. Deshalb ist es nicht nur eine Frage der Synapsen und Gehirnwindungen, wie wir mit unseren Schwächen und Fehlern umgehen – und mit unserer ureigenen Schuld.“

Wohin aber mit der Schuld, wenn es psychisch höchst ungesund ist, sie zu verdrängen oder auf andere abzuwälzen? Wohin damit, wenn der Mensch „die selbstbetrügerischen Kräfte“ durchschaut und für einen Moment gebändigt hat? Tabubrecher Bonelli wagt sich auf ein von der Psycho-Szene sorgfältig vermintes Gelände: „Beichten ist ein normales menschliches Bedürfnis. Jeder psychisch gesunde Mensch trägt tief in sich eine Sehnsucht, seine Schandtaten bekennen zu können und sie durch Sühne wiedergutzumachen.“ Ziel der Reue und der Sühne ist nicht, den Menschen klein zu machen, sondern ihn durch Selbsterkenntnis zur inneren Freiheit zu führen, letztlich zu dem, was Bonelli „ein stimmiges Leben“ nennt.

Nicht Sexualität, wie Sigmund Freud einst behauptete, werde heute verdrängt, sondern persönliche Schuld. Und der Schlüssel, um diese auch wieder loszuwerden, wie Bonelli jüngst bei einem Vortrag im Wiener Palais Liechtenstein zeigte: Da erzählte er von einem Patienten, der dem Psychiater eine Stunde lang all seine sexuellen Eskapaden und Fantasien „beichtete“, dann aber auf die Frage, ob er ein gläubiger Mensch sei, meinte: „Das ist jetzt aber schon eine sehr persönliche Frage!“

Wie Manfred Lütz bringt Raphael Bonelli sein Publikum bei Vorträgen zugleich zum Lachen und zum Nachdenken. Der bekannte Gerichtspsychiater Peter Hofmann wählt einen noch schmeichelhafteren Vergleich: „Bonelli ist der neue Watzlawick!“ Er traue sich „gegen den Wind zu pfeifen und zwar mit liebevollem Humor und einer gehörigen Portion Weisheit gegen eingefahrene Korrektheit“. Beides – liebevollen Humor und eine gehörige Portion Weisheit – wird der quirlige Wiener Psychiater wohl auch weiterhin brauchen, denn die „eingefahrene Korrektheit“ weiß sich gegen intelligente Tabubrecher zu wehren. Zumal, wenn sie so erfolgreich sind wie Raphael Bonellis RPP-Institut mit seinen Fachtagungen. <

Stephan Baier ist katholischer Journalist und Buchautor. Er ist verheiratet und hat fünf Kinder.

