

Werden, was man ist

Ein Gespräch mit Gerd Achenbach – dem Erfinder der Philosophischen Praxis



Herr Achenbach, Sie bieten das philosophische Gespräch als Lebenshilfe an. Was steckt dahinter?

Schauen Sie in den Spiegel hier neben uns. Was sehen Sie?

Sie.

Und ich Sie. Wir uns also gegenseitig, sie mich und ich Sie, aber eben so wie unser eigenes Spiegelbild – nämlich »spiegelverkehrt«. Können Sie sich denken, was das symbolisiert?

Nein, sagen Sie es mir.

Ich bemühe mich, Sie so zu sehen, wie Sie sich selbst sehen. Das heißt, ich versuche, mich in meine Gäste hinein-zudenken, sie nicht von außen zu betrachten und zu beurteilen. Das philosophische Gespräch dient dieser Reflexion: Ich unterstütze meine Klienten in ihrem Selbsterkennen.

Dazu müssen Sie sicher oft sehr persönliche Dinge aus den Menschen herauskitzeln. Schaffen Sie damit nicht problematische Abhängigkeiten?

Nein. Ich betreibe auch keine neue Form der Psychotherapie, sondern etwas ganz anderes. Zu vielen meiner Gäste habe ich bis heute freundschaftlichen Kontakt. Warum auch nicht? Sie sind ja keine Patienten.

Aber kommen nicht auch Menschen in Ihre Praxis, die eigentlich eher Psychotherapie benötigen?

Das kommt vor. Doch häufiger gilt: Scheinbar psychologische Probleme sind in Wahrheit philosophische. Dass heutzutage beispielsweise mehr als 40 Prozent der Ehen in Deutschland geschieden werden, lässt sich nicht generell auf seelische Erkrankungen zurückführen. Dahinter stehen falsche Annahmen und Überzeugungen. Es geht hier um Probleme der Weltansicht und deren Bewältigung.

Aber was tun Sie mit jenen Menschen, die psychotherapeutische Hilfe bräuchten?

Charakteristischerweise leugnen gerade Patienten, die an psychischen Störungen leiden, deren Existenz. In solchen Fällen muss der philosophische Praktiker zur Einsicht beitragen, damit der Betreffende wirklich die Hilfe in Anspruch nimmt, die er benötigt.

Ist der Wechsel vom konkreten Alltag zum abstrakten Allgemeinen und zurück typisch für die philosophische Gesprächsführung?

Das hängt von der Situation ab. Bei Ihnen schien mir ein Durst nach geistigem Gehalt entscheidend zu sein. Also habe ich darauf reagiert, auch wenn ich – nebenbei bemerkt – das Gefühl nicht loswurde, dass Sie mir etwas verschweigen. Jetzt weiß ich ja, was es war. Ich gebe den Gästen zunächst einmal Raum, sich zu entfalten, und entwickle gemeinsam mit ihnen ihre Gedanken. Manchmal verfare ich aber auch völlig anders.

Wann zum Beispiel?

Für einige Sitzungen hatte ich eine Frau hier, deren Eltern kürzlich verstorben waren. Sie erbt gemeinsam mit ihrer Schwester. Ihr Ehemann und ihre Söhne drängten sie, einen möglichst großen Anteil am Erbe zu beanspruchen. Es wurde ein Anwalt eingeschaltet, worauf sie sich mit der Schwester zerstritt. Die Situation belastete sie sehr. Ich hörte lange Zeit nur zu, warf aber irgendwann ein: Sie sind es, die geerbt hat. Und nun rufen Sie erst Ihren Mann und danach den Anwalt an. Sagen Sie ihnen: »Mir ist eingefallen: Ich bin es, die geerbt hat!« Und beenden Sie den ganzen Streit, wenn Sie glauben, dies sei das Richtige. Die Dame folgte diesem Rat und fühlte sich danach völlig befreit. Doch sie brauchte eine äußere Autorität, die ihr den Weg wies. Das ist sozusagen das andere Extrem.

Es gibt also keine feste Methode, kein festes Ziel?

Nein. Der Philosoph arbeitet nicht mit, sondern an Methoden. Doch eines gilt wohl in jedem Fall: Wer als Gast zu mir in die Philosophische Praxis kommt, soll sich verstanden fühlen – um Schritt für Schritt zu werden, was er ist.

Das Interview führte CHRISTOPH UHLHAAS.

Weiterführende Infos

1981 eröffnete Gerd Achenbach die erste **Philosophische Praxis** im deutschsprachigen Raum. Mittlerweile gibt es zahlreiche Adepten: vom buddhistischen Meister bis hin zum Leiter eines Instituts für Wirtschaftsphilosophie. 1982 wurde die Internationale Gesellschaft für Philosophische Praxis (IGPP) mit dem Ziel gegründet, unter ihrem Dach die Philosophischen Praxen international zu bündeln. Der Organisation gehören mittlerweile 175 Mitglieder an.

Bis heute gibt es zwar keine einheitliche, offiziell anerkannte Ausbildung zum philosophischen Berater. Die IGPP bemüht sich allerdings um die Anerkennung eines Aufbaustudiengangs. Auch der Name »Philosophische Praxis« ist bislang nicht geschützt, weshalb prinzipiell jeder seine Tür mit einem entsprechenden Schild schmücken kann.

Literatur zum Thema, weitere Informationen über Selbstverständnis und Ausbildungsangebote in diesem neuen Lebenshilfesektor sowie ein aktuelles Verzeichnis Philosophischer Praxen finden Sie im Internet:

www.igpp.org

www.g-pp.de

www.pro-phil.de