

# Das phäakische Therapieschiff

## Ein historisch-literarisches Beispiel therapeutischen Gelingens und seiner Bedingungen

Gerhard Lukits

Linz

Im vorliegenden Artikel stellt der Autor eine lange Gesprächsreihe zwischen Odysseus und dem märchenhaften Phäakenkönig Alkinoos (aus der homerischen Odyssee) als Prototyp einer therapeutisch-heilsamen Kommunikation vor. Er untersucht, inwiefern die Haltung, die Alkinoos dabei an den Tag legt, einer personenzentrierten – oder auch einfach humanen – Haltung von bedingungsloser Wertschätzung, Empathie und Kongruenz entspricht. Erfüllt der Gesprächsprozess die „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ von Rogers? Für den Autor stellt sich heraus, dass dies vollständig der Fall ist. Daher entwickle sich Odysseus von einem der Logik des Krieges verfallenen Mann zu einem Mann, der sich selbst und damit auch seine humanen Qualitäten entdeckt hat – und so bereit ist für sein Königtum.

*Schlüsselwörter:* Personzentrierte Therapietheorie, notwendige und hinreichende Bedingungen, Vertrauen, Empathie, (In-)Kongruenz, Selbstfindung, Menschlichkeit, humanistisch

**The Phaeacian Therapy Ship. A historical-literary example of therapeutic success and its conditions.** In the following article the author introduces an extensive series of conversations between Odysseus and the magical Phaeacian king Alkinoos (taken from Homer's Odyssey) as a prototype of therapeutic-healing communication. He examines to which extent the attitude Alkinoos displays in the process corresponds to a "person-centered" – or simply humane – attitude of unconditional appreciation, empathy and congruence. Does the conversational process fulfill the Rogerian "necessary and sufficient conditions"? From the author's perspective, this is absolutely the case. Hence Odysseus evolves from a man addicted to the logic of war into a man who has discovered himself and thus his humane qualities – and is therefore ready for his kingship.

*Keywords:* Person-centered theory of Therapy, necessary and sufficient conditions, confidence, empathy, (in-)congruence, self-discovery, humanity, humanistic

### Einführung

*Hominem te memento!*  
*Erinnere dich, dass du ein Mensch bist!*  
 Überliefert von Tertullian

*Eines mache ich, bevor ich eine Sitzung beginne:  
 Ich rufe mir ins Bewusstsein, dass ich genug bin.  
 Nicht dass ich vollkommen bin, vollkommen würde  
 nicht genügen.*

*Aber dass ich Mensch bin, und das ist genug.*

C. R. Rogers

In einer Gesprächsreihe in den Büchern 9–12 der homerischen Odyssee ist vielleicht die Mutter aller Psychotherapien zu finden. Warum ist diese aber von ihren Kindern – von den psychotherapeutischen Fachrichtungen – noch kaum gewürdigt worden? Ist sie gar zum Schämen und Verleugnen? Alkinoos, der im Gespräch die heilsame Rolle des Zuhörers einnimmt, spricht keinerlei Erkenntnisse aus. Er zeigt niemals, dass er etwas besser versteht als sein Gast. Offenbar hat er keinen Plan und kein Ziel, nicht einmal einen Vorschlag. Worin soll er aber dann eine therapeutische Wirkung entfalten? Denn immerhin kann Odysseus am Ende von sich sagen „Ich bin es selbst, daheim in mir“ (Od. 21, 207). Wie es dazu kommen konnte, wird vielleicht nur mithilfe des Personenzentrierten Ansatzes verständlich. Umgekehrt ist die Odyssee für uns eine Chance der historisch-literarischen Rückbindung, ähnlich wie das Ödipusdrama einen festen Bezugspunkt für die Psychoanalyse darstellt.

---

**Mag. Gerhard Lukits**, geboren 1967 im oberösterreichischen Kremstal, ist von seiner Grundausbildung her Klassischer Philologe. Er lebt und arbeitet (als Psychotherapeut in freier Praxis, als Lehrtherapeut und Ausbilder der ÖGWG) in Linz.

**Korrespondenzadresse:** Mag. Gerhard Lukits, Bockgasse 21, 4020 Linz, Österreich. **Kontakt:** gerhard.lukits@liwest.at

## Vertrauen und Achtung: Ein grundlegender Zusammenhang

Als der „atemlos, stimmlos, reglos“ (Odyssee 5, 456–457) am Strand liegende Odysseus von Prinzessin Nausikaa entdeckt und zu ihren Eltern geführt wird, hat er seine Irrfahrten fast hinter sich. Vor ihm steht die Aufgabe, sich wieder auf Ithaka, der Insel seiner Herkunft, zu beheimaten. Doch davon kann jetzt noch keine Rede sein. Hier auf der Phäakeninsel ist Odysseus ein nackter, vereinsamter Schiffbrüchiger, ein „Niemand“ (Od. 9, 365). Gastfreundlich wird er vom königlichen Paar im Palast aufgenommen und versorgt. Obwohl er nicht bereit ist, seinen Namen zu nennen (vgl. Od. 7, 241–297), soll ein Festmahl für ihn ausgerichtet werden. Bedingungsfreier kann Zuwendung, großzügiger kann Wertschätzung nicht sein. Der Unbekannte mit dem gesenkten Blick bekommt sogar das Versprechen, mit einem Schiff nachhause geführt zu werden, wo auch immer dies sei (vgl. Od. 7, 317–320).

Damit ist das Grundmotiv der Odyssee angesprochen: Es geht um ein Heimkehren, vor allem bei sich selbst. Bereits bei der ersten Begegnung wird dem Fremden vom König Sympathie entgegengebracht, getragen von einem festen Urvertrauen: Alkinoos schenkt es Odysseus in einer humanistisch anmutenden Grundhaltung, die allerdings schwer auf die Probe gestellt werden wird. Vertrauen zeigt der König auch in das Schiff, das Odysseus heimbringen soll. Damit hat es eine besondere Bewandnis: „Nicht Steuerleute haben phäakische Schiffe und nicht Steuerruder, wie andere Schiffe sie haben, sondern sie wissen von selbst, wo der Geist [noemata] und das Wollen [phrenes] eines Menschen hingehen<sup>1</sup>“, (Od. 8, 557–559). Kaum könnte ein Prozess, der nicht auf Steuerung, auf „Werkzeugen“ und ein Hin-Rudern zu etwas Vorgegebenem gebaut ist, treffender beschrieben werden als in dieser Metapher. In ihr findet sich die Selbstwirksamkeit der Aktualisierungstendenz versinnbildlicht: Die Aktualisierungstendenz weiß besser als jedes Therapieziel, wohin ein Weg gehen möchte.

Bereits in der Kontaktaufnahme zwischen den beiden Männern ist ein wesentlicher Beziehungsaspekt, der Menschen in ihrer seelischen Entwicklung förderlich ist, für Odysseus erlebbar. Mag man diesen Aspekt bedingungsfreie Wertschätzung, Akzeptanz, Beachtung oder nur Achtung nennen: Ihre Wurzeln haben sie – wenn sie echt sind – in einem tiefen Vertrauen. Im Beziehungsangebot des Königs ist es erkennbar

- als Vertrauen in die Ausrichtung jedes Menschen auf konstruktive menschliche Qualitäten,

- als Vertrauen auf seelische Entwicklungsprozesse, die keiner Steuerung bedürfen, sondern am besten dem inneren Wissen jedes Menschen folgen
- und als Vertrauen in die Förderlichkeit einer vertrauensvollen Haltung.

Darin ist eine humane Grundgesinnung zu erkennen. Geradezu humanistisch mutet auch die Achtung des Königs vor dem Gast an, die keine andere Begründung als dessen Menschsein zu haben scheint. Dieses bedeutet zu existieren „als eine der empfindsamsten, empfänglichsten und schöpferischsten Kreaturen dieses Planeten. Vollkommen die eigene Einzigartigkeit als menschliches Wesen zu sein: Das ist kein Prozess, den man als schlecht bezeichnen kann. Um es angemessener auszudrücken: Es ist ein positiver, konstruktiver, realistischer, ein vertrauenswürdiger Prozess“ (Rogers, 1961/1973, S. 179).

### Fragestellung

Die Humanität des Königs liegt offenbar nicht in einer philosophischen Haltung begründet, sondern einfach darin, dass er sich selbst und andere achtet, dass er in seiner Menschlichkeit gereift ist und sich daher nicht hervortun muss (vgl. Rogers, 1983/2007, S. 32–33). Ebenso verhält es sich mit den therapeutischen, geradezu personenzentrierten Qualitäten, die Alkinoos im folgenden Gespräch mit Odysseus an den Tag legt: Wertschätzung, Empathie und Kongruenz sind keine personenzentrierten Erfindungen. Rogers' Theorie, dass sie in Beziehungen therapeutische Wirkung entfalten, erhebt den Anspruch, von jeher für alle Menschen zu gelten. Dieser Anspruch könnte durch das von Homer überlieferte Gespräch grundlegend bestätigt werden. Für Gebser ist „das Charakteristische der mythischen Struktur die *Bewußtwerdung der Seele*“ (Gebser, 1949/1992, S. 107). Die Ausdrucksweise des Mythos ist demnach besonders gut geeignet für die Beschreibung psychischer Zusammenhänge, da „das Bildhafte der Manifestationsform der Seele am nächsten steht“ (ebd., S. 110). Mythen zeichnen sich durch hohen Symbolwert und intuitives Feingespür aus. Daher scheint es mir lohnend, das vorliegende Gespräch auf das Beziehungsangebot zu untersuchen, das der König seinem Gast macht. Entspricht es den personenzentrierten Grundhaltungen und darüber hinaus den „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ nach Rogers? Welche Wirkung hat es auf die seelische Entwicklung des Griechen? Möglicherweise kann die Art, wie der Phäakenkönig Odysseus' Selbstfindungsprozess begleitet und fördert, sogar anregend für die Weiterentwicklung personenzentrierter Therapietheorie sein.

1 An einigen Stellen ist Hapes deutsche Odyssee-Übersetzung (1979), die hier für die Wiedergabe ganzer Verse verwendet wird, von mir leicht verändert worden, um einzelne Begriffe genauer herauszuarbeiten oder verständlicher wiederzugeben. Diese Begriffe sind im Originalwortlaut in eckiger Klammer innerhalb des Zitats angegeben.

## Empathie

Als das Gastmahl für Odysseus ausgerichtet wird, hat dieser seinen Namen noch immer nicht genannt, aus „kluger Berechnung“, wie Alkinoos anmerken wird (Od. 8, 548). Odysseus weiß, dass sein Name im Mittelmeerraum kursiert. Damit verbunden ist die entscheidende Rolle, die seine Hinterlist und strategische Intelligenz im Krieg gespielt haben. Es muss Odysseus fraglich erscheinen, ob er dafür bei den offenherzigen, friedliebenden Phäaken Sympathien erntet. Wahrscheinlich ist es wieder einmal besser, er bleibt ein anonymes Fremder. Eine weitere Ursache, seinen Namen zu verbergen, geht noch tiefer, denn in ihm ist eine alte seelische Wunde ausgedrückt: „Odysseus“ ist die Bezeichnung eines Verfemten und bedeutet „Niemand“ (Od. 9, 365) oder „der Zornerregende“ (Od. 19, 409). Wahrscheinlich, weil die Vaterschaft unklar war, hat der Großvater ihm diesen Schmähnamen gegeben (vgl. Od. 19, 403–409). Der Junge erinnert seine Mutter Antikleia an ihren wunden Punkt, sie macht ihn für ihr Schicksal verantwortlich, hängt aber auch an ihm. So ist Odysseus von Schuldgefühlen schwer belastet. Seine Mutter ist die erste, deren persönliche Ansprache er sucht, als er bei seinen Irrfahrten in die Unterwelt – ein Symbol tiefster Depression – kommt. Vor allem möchte er von Antikleia wissen, warum sie gestorben ist, und bekommt darauf eine ambivalente, quälende Antwort: „Die Sehnsucht nach dir und die Sorge, hehrer Odysseus, und die Liebe zu Dir, das nahm mir das Leben, das süße. So sprach sie; aber ich ward wankend im Herzen und wollte meiner dahingeschiedenen Mutter Seele umfassen. Dreimal stürmte ich vor – es trieb mich das Bedürfnis [thymos], sie zu fassen –, dreimal entflog sie jedoch meinen Händen, als sei sie ein Schatten oder ein Traum, und es ward mir der Schmerz im Herzen noch schärfer; und ich rief sie an und sprach die gefiederten Worte: ‚Liebe Mutter, was weichst du mir aus, wenn ich dich umarme?‘“ (Od. 11, 202–210). Diesen Alptraum wird Odysseus dem König erst später mitteilen können. Jetzt hat er aber keinerlei Bedarf, auch nur andeutungsweise etwas davon aufs Tapet zu bringen.

Das abendliche Fest nimmt seinen Gang. Alkinoos ist bemüht, seinem Gast einen Rahmen zu bieten, in dem er sich wohlfühlt. So hat etwa der Sänger Demodokos, begleitet vom Tanz junger Phäaken, bereits ein Lied zum Besten gegeben. Ihn nimmt Odysseus zur Seite, um ihn zu ersuchen, doch auch über den Trojanischen Krieg zu singen. Die Absicht dahinter ist klar: Natürlich interessieren Odysseus die von ihm selbst erlebten Ereignisse, vor allem aber, wie er dabei aussteigt. Gerne trägt der Liedermacher die Geschichte vor, vom Aufbruch der Griechen in den Krieg bis hin zur Nacht, in der sie mithilfe des Trojanischen Holzpferds in die Stadt Troja kamen und sie verwüsteten. An dieser Stelle geschieht etwas Überraschendes, auch für Odysseus selbst: Er kann sich nicht mehr halten und

„Tränen netzten ihm unter den Wimpern die Wangen. Wie eine Frau sich weinend hinwirft über den Gatten, welcher vor seiner Stadt und den Männern des Volkes gefallen, um den Verhängnistag von der Stadt und den Kindern zu wehren. Sie aber sieht den Sterbenden noch sich regen und stürzt sich über ihn hin und heult hell auf; die aber von hinten schlagen sie mit den Speeren auf Rücken und Schultern und schleppen sie in die Knechtschaft fort, um Mühe und Jammer zu tragen; und die Wangen fallen ihr ein vor erbärmlichen Kummer; so erbarmungswürdig vergoß die Tränen Odysseus unter den Brauen. Den anderen allen entging, daß er weinte, aber Alkinoos nahm ihn wahr und bemerkte allein ihn ...“ (Od. 8, 522–533). Einfühlsam schildert Homer in diesem Gleichnis, wie es Frauen ergangen ist, die auf die Mörder ihrer Männer als Sklavinnen aufgeteilt wurden. Aber was hat das mit Odysseus' Emotionen zu tun? Gerade wo sein Erfolg besungen wird, weint er heraus und wird durch den Vergleich mit einer Frau, die alles verloren hat, auf die Seite der Opfer geschlagen. Ist Homer, dessen Gleichnisse für ihre Treffsicherheit berühmt sind, hier ein literarischer Fehlgriff passiert, wie vielfach kritisiert worden ist?<sup>2</sup> Im Gegenteil zeigen sich hier m. E. die literarische Genialität und der psychologische Tiefblick Homers: Die von Alkinoos geschaffene Atmosphäre öffnet Odysseus' Erlebnisraum für bisher nie wahrgenommene Gefühle. Vorwürfe, die er gar nicht zu hören bekommt, brechen nun als Gewissensqualen von innen heraus auf und überwältigen ihn: Ja, er hat in die verzweifelten Gesichter von Frauen geschaut, die ihre Männer sterben sahen. Ja, er hat mitbekommen, wie die Unglücklichen gleich zu spüren bekamen, was das für ihr eigenes Leben bedeutete. Er persönlich hat mit seiner List, die gegen jedes Kriegsethos verstieß, unsägliches Leiden über eine ganze Stadt gebracht. Homer führt uns mit Odysseus einen Täter vor, der von seiner Tat traumatisiert ist und soeben damit in Berührung gekommen ist. Als „zornerregender Niemand“ (s. o.) hat er selbst viel Demütigung und Gewalt erfahren; nun steht er in seinem Erleben den entsetzten Opfern näher als den Siegern, zu denen er gehört. So überrollen ihn gerade da, wo er erleichtert sein könnte, Mitleid, Scham und Gewissensbisse, die an sein altes Schuldthema anschließen.

Es muss allerdings stark bezweifelt werden, dass Odysseus seine Emotionen auch begreift – wären sie bewusstseinsfähig, würden sie nicht so heftig durchbrechen. Wie sich bald zeigen wird, ist im Selbstverständnis des Kämpfers Odysseus

2 Rohdich spricht von „Nichtachtung und ungnädiger Beurteilung in der Odyssee-Kritik“, der dieses Gleichnis aufgrund der „Ungleichheit zwischen dem So-Teil und dem Wie-Teil, die durch die Schilderung eines Frauenschicksals entsteht“ (Rohdich, 1987, S. 45), anheimgefallen sei. M. E. weist die Unstimmigkeit jedoch in modern anmutender Weise auf die Brüchigkeit bzw. auf die Inkongruenz von Odysseus hin.

Empathie nicht verankert, schon gar nicht gegenüber Angehörigen des Feindes. Sein Mitleid für die Kriegsoffer kann der Grieche nicht richtig einordnen – ein Musterbeispiel von Inkongruenz mit allen ihren Faktoren. Wie Odysseus auf Anfrage des Königs seine Tränen erklärt, ist also das eine: „Ja, es ist wahrlich schön, einem solchen Sänger zu lauschen ...“ (Od. 9, 3; vgl. auch Od. 9, 4–15). Worin seine Erschütterung tatsächlich besteht, ist etwas anderes. Darauf weist Homer hin, indem er die Emotionen des Siegers mit der Verzweiflung einer Frau in Zusammenhang bringt, die der Sklaverei entgegensieht. Dieses literarische Manöver macht stutzig, und es bleibt „am Rand des Gewährseins“. Der Dichter deutet nur an, wie empathiefähig und gewissenhaft Odysseus im Kern ist. Das dementsprechende organismische Erleben nimmt der Held jedoch völlig verzerrt wahr – darin bleibt er unbewusst und sich selbst fremd.

Auch Alkinoos kann keine Ahnung davon haben, warum sein Gast weint. Immerhin entgehen ihm, im Unterschied zu allen anderen, die Tränen aber nicht, „da er nah bei ihm saß und den schwer Aufseufzenden hörte. Und er wandte sich gleich an die ruderfrohen Phäaken: ‚Hört mich an, der Phäaken Fürsten ihr und Berater ... Seit wir speisen und seit sich erhob der göttliche Sänger, hat der Fremde nicht aufgehört mit traurigem Schluchzen. Ihm hält wohl ein starker Schmerz die Sinne umfängen. Aber halte nun ein mit dem Lied, ..., denn so ist es besser‘“ (Od. 8, 534ff.). Unmittelbarer kann Empathie kaum zum Ausdruck kommen. Alkinoos nimmt die Emotionen des Fremdlings wahr, weil er ihm nahe ist. Diese Nähe wird hier, typisch für Homer, weniger gefühlhaft denn als Situation dargestellt: Natürlich hat Odysseus beim Festmahl auch einen zweiten Sitznachbarn und einige Gegenüber, die seine Tränen hätten sehen können. Doch der Dichter weist uns in aller Schlichtheit darauf hin, dass gerade der König seinem Gast voll zugewandt ist. Alkinoos *hört* Odysseus, er hört sein schweres Seufzen, weil sein Hören auf ihn gerichtet ist. Weil er als gesamte Person in Resonanz zu Odysseus steht, findet er auch die richtigen Worte für ihn: Ich nehme Dich wahr und schütze Dich, wenn Dir etwas zu viel wird – nicht königlich, sondern brüderlich – „Gilt doch dem Bruder gleich der Fremde und der, der um Schutz fleht“ (Od. 8, 546). Die respektvolle, schützende und empathische Haltung, die sich hier zeigt, schafft zusätzliches Vertrauen. Sie wird dem Gast einen sicheren Raum geben, zunehmend freier zu sprechen und sich schließlich als „Ich“ zu entdecken: „Offenbar ist es in Ordnung, wenn ich ich selbst bin, sogar dieses neue Ich, das sich zögernd herausbildet“ (Rogers, 1983/2017, S. 24; vgl. Lukits, 2020, S. 139–142). Aus *empfundener* menschlicher Verbundenheit heraus hat der König Worte gefunden, die wie Wegweiser wirken, *nicht* aufgrund von gelungenen Reflexionen und eigenen Fragen wie: Habe ich noch den Überblick? Was muss ich jetzt wissen, um das Richtige zu sagen? Wie kann ich mich empathisch

zeigen? „Man kann auch sagen, daß wir eben in dem Maße, in dem wir in der Beziehung theoretischen Gedankengängen nachhängen, zum Zuschauer werden und nicht mehr selber mitspielen – aber erfolgreich sind wir nur als Mitspieler. Damit soll keineswegs die Tatsache in Abrede gestellt werden, daß es uns ein andermal nötig und lohnenswert erscheinen könnte, eine Theorie zu entwickeln, die uns selbst betrifft oder unsere Klienten und Patienten, um den Veränderungsprozess näher unter die Lupe zu nehmen. Ich neige jedoch zu der Annahme, daß im Augenblick der Beziehung selbst solches Theoretisieren unnützlich oder gar nachteilig ist ... im Moment der Begegnung selbst sollte man es beiseitelegen“ (Rogers, 1983/2017, S. 200).

Alkinoos ist nicht *an sich* außerordentlich empathiebegabt und human: Der Unterschied zwischen ihm und Odysseus liegt darin, dass jener sein Mitgefühl blockiert, da es seinem Selbstkonzept und sonstigen Konstrukten nicht entspricht. Deswegen ist es im Bewusstsein verzerrt repräsentiert und kann nur „verdreht“ oder gar nicht zum Ausdruck kommen. Der König hingegen ist für sein empathisches Erleben empfänglich, kann es einfach da sein lassen und aus ihm heraus sprechen. Weil er für die gesamte Situation offen ist und die dabei entstehenden Resonanzen willkommen heißt, entsteht eine empathische, aber auch akzeptierende und kongruenz-förderliche Atmosphäre.

## Die Fragen des Königs

In diesem Gesprächsrahmen wendet sich Alkinoos nun an Odysseus und stellt ihm im Wesentlichen drei Fragen: „Sage den Namen, mit dem dich dort Mutter und Vater und die anderen genannt ... Sage mir dein Land, dein Volk und deine Geburtsstadt, dass die Schiffe dorthin die Gedanken richtend dich bringen“ (Od. 8, 550–552; 555–556). In dieser Frage geht es um Odysseus' Identität. Zu ihr gehören seine familiäre und seine geographische Herkunft bis hin zur noch ausstehenden Heimkehr. Thema der zweiten Frage ist die Geschichte seiner Irrfahrten. Was hat dazu geführt, dass er hier als Schiffbrüchiger angekommen ist (vgl. Od. 8, 572–574)? In seiner dritten Frage greift Alkinoos schließlich auf, wie er Odysseus gerade erlebt: „Sage, warum du weinst und trauerst drinnen im Herzen, wenn du vom Los der Griechen hörst und von Trojas Schicksal?“ (Od. 8, 577–78) Insgesamt bietet der König also Odysseus an, über dreierlei ins Sprechen zu kommen:

- Wer bin ich?
- Wie bin ich in meine jetzige Situation gekommen?
- Was zeigt sich in meinem aktuellen Erleben?

Alkinoos gibt mit diesen Fragen die gesamte inhaltliche Programmik des weiteren Gesprächs vor. Der ersten Frage entsprechend wird es darum gehen, dass Odysseus sich zeigen

kann und darin sich selbst entdeckt. In der dritten Frage ist schon angedeutet, womit die Frage „Wer bin ich?“ am besten zu beantworten ist: Das „Ich“ findet sich im vollständigen Zugang zum unmittelbaren Da-Sein und Erleben (vgl. Lukits, 2020, S. 136–141; vgl. Schöllhammer & Lukits, 2021, S. 26–28). Die erste und die letzte Frage korrespondieren also miteinander, und sie umkreisen von Anfang die Frage nach der Geschichte von Odysseus: Welche biographischen Begebenheiten haben dazu geführt, dass er sich als gescheiterter und hilfsbedürftiger Mensch hier befindet? Treffender könnte das Grundinteresse einer personzentrierten Therapie kaum charakterisiert sein:

- Wer bist du? Ich möchte dich kennenlernen.
- Wie bist du in deine missliche Situation gekommen? Indem du davon sprichst, kannst du freier werden von den Mustern, die deine Probleme bedingen.
- Wie erlebst du gerade, was erleben wir miteinander? Wir finden uns im Erleben.

Im gesamten weiteren Verlauf der Gesprächsfolge fragt Alkinoos niemals etwas, das über das von Odysseus Geäußerte hinausreicht: Ein gutes Vorbild dafür, auch bei einer Therapie einen Rahmen abzustecken, um in der folgenden Kommunikation in erster Linie sprechen zu lassen und mit allen Sinnen für das offen zu sein, was sich dabei artikuliert. Durch Fragen über das hinauszugreifen, was sich jetzt schon zeigt, kann Klientinnen<sup>3</sup> nur zu leicht in ihrem Prozess irritieren und unter Druck setzen, mehr zu „liefern“ als gerade da ist. Für Therapeuten wiederum würde ein solches Vor-Gehen ein Hindernis sein, sensibel und vollständig zu hören, was gegenwärtig zum Ausdruck kommt. Seine ganze Aufmerksamkeit kann Alkinoos dem Gast wohl nur im Vertrauen schenken, dass immer das kommt, was gerade ansteht, und auch genau zum Zeitpunkt, an dem es gerade ansteht. Würde er mehr Fragen stellen, bekäme er eine Menge Antworten auf *seine* Fragen. Deshalb muss auch in einer personzentrierten Therapie darauf geachtet werden, nicht Klientinnen durch Fragen (oder Kommentare oder Verstehensangebote) von deren *eigenen* inneren Fragen abzulenken bzw. sie gar nicht zu den eigenen Fragen kommen zu lassen: Besser eine Frage oder eine Idee weniger, als jemanden dabei zu stören, mit allen Umwegen, Pausen und Schwierigkeiten im eigenen Bezugsrahmen selbst die innere Spur zu finden (vgl. Rogers, 1959/1987, S. 37).

Die einführenden Fragen des Alkinoos zeichnen sich dadurch aus, dass sie sehr offen formuliert sind, und dass sie eigentlich der Gast selbst hervorruft: Odysseus hat seinen Namen nicht genannt, und dadurch hat er selbst bei Alkinoos die Frage

aufgeworfen, wie er denn heißt und wer er ist: „Ganz namenlos ist doch keiner unter den Menschen!“ (Od. 8, 552) kommt es aus dem verwunderten Alkinoos recht unmittelbar heraus. Odysseus ist ohne fassbaren Grund in Tränen ausgebrochen, und daher steht nun die Frage im Raum, warum ihn die Erzählung vom Fall Trojas so berührt hat (vgl. Od. 8, 577–78). Dem König geht es nie um zusätzliche oder gar um möglichst viele Informationen. Vielmehr fragt er nach, wo er als Zuhörer nicht mehr mitkommt. Auch einer personzentrierten Therapeutin würde es m. E. gut anstehen, im Wesentlichen Nach-Fragen zu stellen. Damit meine ich Fragen, die sich ergeben, wenn *im Sprechen des Klienten selbst* eine offensichtliche Lücke aufgeht, etwa wenn er einen Satz unvermittelt abbricht. Nachfragen in diesem Sinn können sich auch daraus ergeben, dass dem Therapeuten etwas Wichtiges fehlt, um gut weiterbegleiten zu können. Er sollte sich aber in Geduld (und Selbstvertrauen) üben, keine Fragen zu stellen, um „noch etwas herauszukriegen“. Der Impetus, mehr wissen zu wollen, entsteht wohl nicht selten aus dem Bedürfnis, sich selbst kompetent zu fühlen, und zielt meistens auf die kognitive Ebene. Daraus scheinen mir in der Therapie der Ausbau von Konstrukten und die Illusion eines „Gesamtbildes“ zu entstehen, die ohnehin der komplexen Realität der Klientin bei weitem nicht gerecht werden. Das kann leicht zum „Co-Ausbau“ des Selbstkonzepts der Klientin führen und auch dazu, dass diese sich zunehmend damit identifiziert statt dorthin zu gelangen, sich auf das Organismische zu verlassen (vgl. Lukits, 2020, S. 139–142).

Sicher kann Odysseus das tiefere Interesse des Königs jetzt noch nicht begreifen, und erst recht nicht dessen abenteuerliches Angebot, ihn mit seinem steuerlosen Schiff heimzubringen. Deshalb reagiert er so auf Alkinoos' Interesse, wie wir es von vielen Erstgesprächen kennen. Vorerst antwortet er im Anschluss an die dritte, erlebensbezogene Frage äußerst kurz, oberflächlich und abstrakt darauf: „Mir gaben viel Leiden die Götter“ (Od. 9, 15). Nur wenige Verse gehen auf für die erste Frage, nämlich in der großspurigen Nennung seiner Herkunft und seines Namens, den er eher überspielt als preisgibt: „Ich bin Odysseus, Laertes' Sohn, durch all seine Listen bei den Menschen geschätzt; mein Ruhm reicht bis in den Himmel ...“ (Od. 9, 18–19). Hingegen wird er für die Auskunft, wie er in seine missliche Lage gekommen ist, mehr als zweitausend Verse brauchen.

Damit beginnt Odysseus jetzt, indem er den König, vorerst ebenso bündig, über seine Irrfahrten informiert. Vielleicht hört der Greis dann auf, ihm mit alten Schiffslegenden zu kommen, und hat sogar brauchbare Vorschläge, wie man geradewegs nachhause gelangt – ohne die Frauengeschichten und Konflikte, die einen Seefahrer immer wieder aufhalten. Aber auch so tut es Odysseus gut, über sich sprechen zu können.

3 In diesem Artikel werden abwechselnd männliche und weibliche Formen verwendet, wo alle möglichen Geschlechter bzw. Geschlechtsidentitäten gemeint sind.

## Kongruenz und Inkongruenz

„Fort von Troja [Ilion], hin nach Ismaros zu den Kikonen trieb mich der Wind; ich zerstörte die Stadt und vertilgte die Männer; doch aus der Stadt die Frauen und viele Schätze uns nehmend, teilten zu gleichen Teilen wir so, daß keiner zu kurz kam ... Doch die entkommenen Kikonen riefen indes die Kikonen, die ihre Nachbarn waren ... Davon kamen soviel, wie Blätter und Blüten im Frühling morgens entstehn; da ward uns ein böses Schicksal von Zeus her, uns zum Unglück Bestimmten, damit viel Leiden wir litten ... Als die Sonne sich neigte zur Zeit, da die Rinder man ausspannt, siegten die Kikonen über uns Griechen [Achaioi] und machten uns wanken. Und von jedem Schiff sechs gutgeschiente Gefährten gingen zugrund; wir andern entflohen dem Tod und Verhängnis. Weiter fuhren wir dann von dort bekümmerten Herzens, glücklich entronnen dem Tod, doch ohne die lieben Gefährten“ (Od. 9, 39–49; 51–53; 58–63). Odysseus hat die Erzählungen von seinem „Leidensweg“ (Od. 9, 37) mit einem Bericht eingeleitet, welcher der knappste von allen bleiben wird. Mit ihm liefert Homer ein anschauliches Beispiel von Inkongruenz. Diese kommt nicht zuletzt in der Art der Sprache zum Ausdruck, in deren Erlebensferne sich das Fehlen an Kontakt und Bewusstheit offenbaren. Allein die Diskrepanz zwischen der kalten Selbstverständlichkeit, mit der ein Dorf ausgerottet wird, und dem Mitleid über den Verlust der eigenen Gefährten ist erschreckend. Sie zeigt, wie Odysseus einen bedeutsamen Teil des Erlebten überhaupt nicht in seine Wahrnehmung aufnimmt oder auch grotesk verzerrt, indem er die abgewehrte Empathie für die Kikonen auf sein Selbstmitleid aufschlägt.

Soeben noch hatte die emotionale Reaktion auf Demodokos' Trojalied auf sein verborgenes Mitgefühl für die ermordeten und versklavten Opfer hingewiesen. Ein Gewährwerden dessen würde sein Selbstbild aber gravierend in Frage stellen und ihn insgesamt überfordern. Dass er sein Mitgefühl falsch symbolisiert, dient also seiner psychischen Stabilität. Wie hier kann aber jede wahrnehmbare Inkongruenz zumindest ein Fragezeichen hervorbringen, oder auch die Ahnung für ein Erleben, das sonst ganz unzugänglich wäre. Wo sich in Inkongruenzen etwas Abgewehrtes und Verstecktes andeutet, ist dies daher als Hinweis auf die Ressourcen eines Menschen zu werten, nicht auf seine Störungen – ein humanistischer Zugang, der im Gegensatz zur Sichtweise tiefenpsychologischer Richtungen steht, die im Verborgenen eher Abgründiges vermuten. Odysseus ist also wenigstens ein kleines Stück offen, seine ungehobenen Ressourcen zu entdecken: Das Sich-Bemerkbar-Machen von Inkongruenz (das z. B. bei Politikern oft fehlt) deutet darauf hin, dass Odysseus' Erleben nicht rundum von Konstrukten überformt und erstickt ist.

Solche diagnostischen Überlegungen kennt der König nicht, aber er merkt wohl, dass viel in seinem Gegenüber „steckt“. Natürlich hat sich Alkinoos schon ausgemalt, was Odysseus in den Phäakendörfern angestellt hätte, wäre er als Kommandant mit seiner Schiffsmannschaft hier gelandet. Möglicherweise hat diese Vorstellung beim König Ohnmacht, Wut und den Impuls ausgelöst, Odysseus den Spiegel seiner Verbrechen vorzuhalten. Doch damit würde er ihn auf seine Kriegslogik reduzieren und sich selbst in sie hineinverstricken. Vielleicht könnte er auch Entschuldigungen oder Erklärungen für das Verhalten des Griechen suchen, um ihm von da her Anstöße zu geben. Aber würde er ihn damit wirklich noch als Gast wahrnehmen? Will er ihn korrigieren oder hat er versprochen, ihn nachhause zu geleiten?

Gerade hat Odysseus noch bitterlich geweint. Dieser Mensch sucht seine Heimat, er kämpft mit sich selbst darum und sieht die Richtung nicht. Alkinoos möchte mit ihm in Kontakt bleiben, mit ihm als einen Menschen, der viel mehr ist als das, was er über sich sagt. Vor allem will der König nicht aus der Beziehung gehen, die er mit ihm aufgenommen hat. Er wird den Raum offen halten für das, was von Odysseus kommt, ihn zur Sprache und in Bewegung zu sich selbst kommen lassen, statt ihn zu bewerten oder an ihm zu basteln. Wenn der Grieche dieses Annehmen spürt, wird er mutiger werden, sich selbst ans Licht kommen zu lassen (vgl. Rogers, 1983/2007, S. 32–33). Der König hört feinfühlig zu und bleibt in Resonanz zu Odysseus als gesamter Person. Er möchte die Aufmerksamkeit nicht auf das hinlenken, was an seinem Gast unstimmig ist: Das würde wohl Scham, Erklärungsversuche oder Anpassungsbereitschaft hervorrufen, wenn nicht überhaupt Abwehr. Für die wohlwollende Haltung des Alkinoos braucht es nicht viele Worte, keine Analysen und Erkenntnisse, sondern vor allem Vertrauen darauf, was gerade kommen will. Gewiss wird es gedeihen, wenn es – in ihm als kongruentem Gesprächspartner – einen guten Nährboden vorfindet.<sup>4</sup>

Der König wird alles, was er Odysseus versprochen hat, schließlich einhalten, sogar wo es zu seinem eigenen Nachteil wird (s. u.). Er macht nicht viele Worte, aber das, was er sagt, hat Hand und Fuß. Er hält seine Empathie aufrecht, obwohl sie sehr strapaziert wird, und bleibt Odysseus durchgängig zugeneigt, selbst wenn der sich von seiner unmenschlichen Seite zeigt. In dieser Einstellung hat, aus meiner personenzentrierten Sicht, Alkinoos sein eigenes „wahres Selbst“ entdeckt. Er hat darin auch das wahre Selbst jedes Menschen entdeckt und

4 Die vorangehenden beiden Absätze des Artikels spiegeln, im phänomenologisch-hermeneutischen Sinn, die Resonanz von mir als einem vom Text berührten Leser wider. Homer beschreibt die inneren Vorgänge des Königs nicht direkt, sondern lässt sie immer nur durch sein Verhalten spürbar werden. Offensichtlich ist, dass Odysseus im Lauf des Gesprächs immer mehr an Vertrauen und Offenheit gewinnt.

lebt – auf seine individuelle Weise – Beziehungen in Übereinstimmung mit dieser Einsicht. In diesem Sinn bedeutet Kongruenz die Verwirklichung von Menschlichkeit<sup>5</sup> und birgt schon die Haltung von Empathie und bedingungsfreier Wertschätzung in sich.

Diese Qualitäten empfindet Odysseus, wie sich immer deutlicher zeigen wird, äußerst wohltuend. Allein das muss sein Ressentiment gegen Humanität und Mitgefühl schon bröckeln lassen. Er selbst hat sich im Kikonenbericht gar nicht menschenfreundlich präsentiert. Aber das hat auch eine andere Seite. Die wird er dem König in seiner nächsten Erzählung offenbaren.

### Heimkehr: Das phäakische Therapieschiff

Odysseus' Erzählungen werden nun vier Gesänge der Odyssee ausfüllen (Gesänge 9–12). Angesichts dieser Dauer (2300 Verse) und des festlichen Rahmens ist es unmöglich, dass sie von ihm ohne zwischenzeitliche Pausen und weitere Wortwechsel vorgebracht worden sind. Was das betrifft, wird der Dichter Homer im buchstäblichen Sinn seiner Aufgabe gerecht, Geschehnisse zu „verdichten“ und Dinge auszulassen, von denen sich die Leserin mittlerweile selbst ein Bild gemacht hat: Hier das Bild eines beziehungsreichen Dialogs, in dessen Zentrum eindeutig Odysseus steht, während der König ihn in seiner kongruenten, empathischen, achtungsvollen Präsenz begleitet. Bei Odysseus' Erzählungen bleibt jeden Augenblick gegenwärtig, dass sie an Alkinoos gerichtet sind, ja von seiner Gegenwart getragen sind und weitergetragen werden. Der Rahmen, den der König mit seinen Fragen aufgespannt hat, bleibt dabei gut aufrecht und wirksam: Odysseus antwortet

5 Der Begriff „menschlich“ kann in zwei Bedeutungen gebraucht werden. Zum einen ist jeder Mensch menschlich, und auch Unmenschlichkeiten gehören zur Bandbreite menschlichen Da-Seins. Zum anderen bedeutet der Begriff „menschlich“ eine Entwicklungs- bzw. ethische Qualität, die nicht jeder Mensch aufweist. Darauf beziehe ich mich im Folgenden. In meiner Sichtweise des PZA ist jeder Mensch im Wirken der Aktualisierungstendenz auf die Entwicklung von Menschlichkeit ausgerichtet – dazu gehört auch die Entwicklung von Sozialität, die wesentlich auf Wertschätzung und Empathie beruht. Es gibt Menschen, die diese Ausrichtung auf ein „menschliches Mensch-Sein“ weitgehend verwirklichen, und solche, die sie kaum oder nicht verwirklichen.

Die Verwirklichung von Menschlichkeit ist also eng an die fundamentale Ausrichtung jedes Menschen geknüpft. So geht in meinem personenzentrierten Verständnis die Verwirklichung von Menschlichkeit mit der Entwicklung von Kongruenz einher und umgekehrt. Wert, Würde und das Recht eines Menschen bemessen sich allerdings nicht danach, sondern am bloßen Mensch-Sein. In der Verwirklichung von Menschlichkeit bzw. von Kongruenz geht es nicht um einen „Mehr-Wert“ als Mensch, aber umso entscheidender um die Frage gelingenden Lebens.

vordergründig fast nur auf die zweite Frage, seine Erzählungen werden aber zunehmend von der ersten und dritten Frage umkreist: Wer bin ich? Wie erlebe ich mich hier in meinem Sprechen, wie erlebe ich mich im Kontakt mit Alkinoos?

So scheint im Anschluss an die Kikonenepisode Odysseus die erste, „führende Frage“ nach seinem Selbstverständnis verstärkt zu beschäftigen: Ihm wird gerade herzliche Gastfreundschaft entgegengebracht – und wie hat er selbst sich auf seinen Irrfahrten als Gast verhalten? Dass die Kikonenepisode diesbezüglich einen unguuten Eindruck hinterlassen hat, dürfte Odysseus zumindest am Rand gewahr sein. Nach einer kurzen Episode, in der er seinen eisernen Willen heimzukehren bekräftigt (Od. 9, 82–102), möchte er offenbar in seiner nächsten Erzählung das Bild von sich etwas korrigieren. Er beschreibt eine bedrohliche Situation, der er, noch zusammen mit seinen Gefährten, als „Gast“ des einäugigen Riesen Polyphem ausgesetzt war. Zugegeben, dass sie sich am Essen des Riesen bedient haben, ohne danach zu fragen. Aber rechtfertigt diese Unverschämtheit, dass Polyphem daraufhin einen nach dem anderen abgeschlachtet und aufgefressen hat? Wo die Kikonenepisode noch von einer klaren, einseitigen Kriegslogik beherrscht war, scheint Odysseus nun im Reden etwas mit sich selbst auszuhandeln. Seine Sprechweise hat sich fast schlagartig verändert. Er erzählt nicht nur weniger einseitig, sondern auch ausführlicher und erlebensnäher: Die Polyphemgeschichte (Od. 9, 106–565) dauert um ein Vielfaches länger als die vorherige Kikonenepisode (Od. 9, 38–66), um ein ebenso Vielfaches ist Odysseus spürbarer geworden.

Solche ersten „Dammbrüche“ sind auch in der Psychotherapie nichts Ungewöhnliches. Sie geschehen, wenn sich bei Klienten das Vertrauen durchzusetzen beginnt, im Sich-Zeigen nicht bewertet, belehrt oder zerpfückt zu werden, sondern darin ein offenes Ohr und wohlwollende Resonanz zu finden. Das kann schneller oder langsamer gehen, mit größeren oder geringeren Widerständen verbunden sein: Bei Odysseus kommt recht früh ein Prozess in Gang, der ihn immer freier und lebendiger aus sich heraus sprechen lässt.

Letztlich hat ihn vor Polyphem sein Name gerettet, der ja auch „Niemand“ bedeutet (s. o.). Als der von den Griechen seines Auges beraubte Riese nach seinen Nachbarn ruft, sehen diese keinen Anlass zu kommen: Ihm hat doch Niemand etwas getan (Od. 9, 407). So erhält die Episode sogar humoreske Züge. Sie zeigt auch auf, wie Odysseus sich mithilfe von Ducken und Sich-Verstecken durchzuschlagen gelernt hat, wohl nicht nur bei Polyphem, sondern vom Anfang seines Lebens an. Der Name, der ihm einst verpasst wurde, ist ihm zum Überlebensprogramm geworden, bis hin zur Identifikation damit. Hier knüpft sich deutlich Odysseus' Identitätsthema an: Er hat immer nur sein Überleben im Auge gehabt und sich dabei nicht selbst kennenlernen können, wenn nicht selbst verleugnen

müssen. Alkinoos' Frage „Wer bist du?“ hat in diesem über die Meere irrenden, selbstverlorenen Mann einiges anklingen lassen, und sie wird alle seine Erzählungen prägen.

Dem Prozess von Odysseus' Identitätsfindung nachzugehen, der in der Odyssee stattfindet, bedürfte einer eigenen Arbeit, denn hier geht es im Wesentlichen um die Bedingungen therapeutischen Gelingens. Daher im Folgenden auch nur ein kurzer Überblick zum zweiten großen Thema, das sich wie ein roter Faden durch das Epos zieht, nämlich das Thema von Odysseus' Beziehung zu Frauen: In höchster literarischer Meisterschaft sind fünf Episoden, in denen Frauen eine zentrale Rolle spielen, aus verschiedenen Erzählperspektiven so angeordnet, dass sie eine sinnvolle Entwicklungsreihe bilden. Der Grieche macht dabei tiefgehende Erfahrungen mit

- Kalypso: Eine Geliebte, in der er seine Mutter (und sich als ihren Jungen) zu sehen scheint, bis sie ihn liebevoll aus dieser Projektion löst und loslässt (Od. 5, 1–268)
- Nausikaa: In einer gegenseitigen Verliebtheit, die nur angedeutet, aber nie ausgesprochen und gelebt wird (Od. 6, 1–331; Od. 8, 457–468)
- Kirke: Eine verzaubernde, starke Frau, bei der Odysseus Augenhöhe lernt (Od. 10, 133–574)
- Antikleia, seiner Mutter, der er in der Unterwelt begegnet: In einem bestürzenden, aber auch klärenden Abschied (Od. 11, 85–89, 152–225)
- Penelope, seiner Ehefrau: Ihr begegnet er als gereifter, beziehungsfähiger Mann wieder. Dabei wird sich sein Beziehungsthema mit seinem Thema von Identität und Heimatsuche treffen (ab Od. 19, 55).

Vorerst steht aber noch der Abschied von Alkinoos an. Das Gespräch mit ihm klingt in einer Episode aus, in der es um die verhängnisvolle Ignoranz seiner Gefährten gegenüber den heiligen Rindern des Helios geht, also um die Missachtung des Religiösen bzw. Spirituellen. Sie hat dazu geführt, dass die gesamte Mannschaft Schiffbruch erlitten hat und Odysseus sich allein durchschlagen musste, bis er die Phäakeninsel Korfu erreicht hat.

Als sich so der Kreis schließt, tritt ein „zauberhaftes Schweigen“ (vgl. Od. 13, 1–2) ein, das den Abschied von Alkinoos einleitet. Am nächsten Tag bringt ein phäakisches Schiff Odysseus heim. Auch wenn es keine Steuer hat, kann er sich ihm nun anvertrauen. Nachdem er schließlich an einem Strand Ithakas abgesetzt worden ist, versteinert das Schiff zu einem Felsen (Od. 13, 159–164). Damit ist das „Kapitel Alkinoos“ – und die Auseinandersetzung mit dem Vergangenen – endgültig abgeschlossen. Odysseus wird aber darauf zurückblicken können, so wie wir auf Homers Text. Nun geht es für den Griechen um den Vollzug seiner Heimkehr und seines eigenen Königtums, ohne dafür etwas in der Hand zu haben. Dass er auf Ithaka als unbekannter Bettler auftritt, weist darauf hin, dass er jetzt

alles Äußerliche hintanstellt. Er baut jetzt auf seine bloße Präsenz, so wie er es – ebenfalls bei einem König – gerade erlebt hat. Selbst seiner Frau Penelope tritt er aufs erste unerkennbar gegenüber. In einem einfachen Satz, durch den er sich schon zwei treuen Hirten gezeigt hat, finden und lösen sich die wesentlichen Themen der Odyssee: „Ich bin es selbst, daheim in mir [endon]“ (Od. 21, S. 207). Wieder zuhause legt Odysseus an den Tag, wer er ist<sup>6</sup>. Endlich ist er *da* und kann sein Königtum als wahrer König antreten, was in der Sprache von Mythos und Märchen wohl heißt: Als jemand, der nicht nur menschlich ist wie jeder andere Mensch auch, sondern seine Menschlichkeit auch *voll realisiert*<sup>78</sup> (vgl. dazu ebenfalls Fußnote 5).

6 Nach Telemachie (Suche des Telemachos nach seinem Vater) und Heimfahrtsteil (samt Alkinoos-Episode) wird im dritten thematischen Abschnitt der Odyssee erzählt, wie Odysseus den Menschen auf Ithaka wiederbegegnet, darunter auch, wie er die „Freier“ eliminiert. Hier kommt es zu schrecklichen Szenen, etwa wo zwölf „untreue“ Mägde eine von den toten Freiern blutverschmierte Halle reinigen müssen, um dann erhängt zu werden (Od. 22, 465–473). Derartige Szenen passen gar nicht in das Bild eines Odysseus, der einen Prozess der Humanisierung durchmacht, aber auch nicht zu Vokabular, Stil und Grundatmosphäre der Odyssee als gesamter. U. a. daher ist umstritten, ob der letzte Abschnitt überhaupt zur (ursprünglichen) homerischen Odyssee gehört, oder welche Teile davon. So verwirft ihn der wohl prominenteste Odyssee-Analytiker Kirchoff (1852/2010) vollständig, und Bethe vergleicht ihn gar mit einem völlig unpassenden (hypothetischen) Anbau an den Parthenon (Bethe, 1922/2021, S. 5). Dagegen erlaubt Hölscher einen differenzierteren Blick, indem er für die Odyssee zwischen literarischen Schichten von „Märchen“ und „Roman“ (epischer Ausgestaltung) unterscheidet (vgl. Hölscher, 1991, und Hölscher, 1988/2000): „Nirgends als hier [beim Mord an Freiern und Mägden] ist es handgreiflicher und äußerlicher zu fassen, was die Episierung der Märchengeschichte mit sich brachte ... Erst auf der Stufe des Epos musste das Schicksal der Freier als verdiente Strafe für ihre ‚Freveltaten‘ dargestellt werden“ (ebd., S. 260). Insgesamt betrachtet könnten mit guter Wahrscheinlichkeit die gewaltsamen Teile des letzten Abschnitts späte Erweiterungen sein – entstanden bis zur Zeit der Endredaktion von Ilias und Odyssee im 6. Jhd. v. Chr., also zwei Jahrhunderte nach Homer. Das vordergründige Ziel solcher Erweiterungen dürfte gewesen sein, die Odyssee an die kriegerisch-epische Thematik der Ilias anzuschließen. Durch diese „Erweiterungstheorie“ werden auch andere Unstimmigkeiten und Probleme aus dem Kreis der „Homerischen Frage“ (vgl. Bannert, 1992, S. 38–50) erklärlich.

7 vgl. Biedermann, 1989/2000, S. 241: „Die Figur des Königs [ist] vorwiegend das Ziel aller Abenteuer und Reisen, die der Held im Zuge seiner Reifung und Bildung absolvieren muß, um seiner Aufgabe gerecht zu werden ... Es geht beim ‚Königwerden‘ um die Möglichkeit, die eigenen Anlagen zu größtmöglicher Entfaltung hinzulenken.“

8 vgl. Nightingale, 2016, S. 140: „Langsam und in mehreren Schritten erfolgt bei den Phaiaken die erneute ‚Menschwerdung‘ des Odysseus, an dessen Ende er als der „echte, Mann im homerischen Sinne, als der Heros Odysseus vor uns steht. Darüber hinaus muss er sich selbst wieder erlernen.“ Der Grundaussage stimme ich hier zu, als Archetyp wirklicher Menschlichkeit ist in der Odyssee aber m. E. nicht der „echte Mann“ und Heros zu sehen, sondern die Königin bzw. der König. Vorbildlichem Königtum in diesem Sinn begegnet Odysseus – zentral und nachhaltig – in Alkinoos. Von einem vorbildlichen Helden ist in der Odyssee nichts zu finden.

## Das Beziehungsangebot des Alkinoos im Licht der personenzentrierten Bedingungen therapeutischer Wirksamkeit

Weil Alkinoos gut bei sich beheimatet ist, kann er „König“ bzw. wertvoller Begleiter für Odysseus sein, der in seelischer Not ist und sich selbst – sein Königtum – noch sucht. In der Begegnung mit ihm legt der Phäakenkönig eine Haltung an den Tag, die jeder humanistischen Weltanschauung Ehre machen würde. „Menschlichkeit [ist] dem Menschen nicht einfach mitgegeben, sondern aufgegeben“ (Rombach, 1987/2012, S. 34), nicht zuletzt in einer reifen sozialen Haltung von Empathie und Wertschätzung für jeden Mitmenschen.

Die Achtung, die einer Person zusteht, hängt nicht davon ab, wie weit sie sich schon zur Entfaltung gebracht hat. Humanistische Psychotherapieformen setzen auf das konstruktive Potential jedes Menschen, das ständig Gelegenheit sucht, sich zu entwickeln. Darauf gründen die Haltung bedingungsfreier Wertschätzung und das Vertrauen personenzentrierter Therapeuteninnen auf die Aktualisierungstendenz statt auf ihre eigenen Gedanken oder Interventionen.

Die personenzentrierte Therapietheorie beschäftigt sich zentral mit der Frage, welche Beziehungsqualitäten für die psychische Entwicklung von Menschen förderlich sind. Für die wesentlichen Ergebnisse dieser Auseinandersetzung, die von Rogers maßgebend formuliert wurden, wird universale Geltung beansprucht: Immer schon ist der Mensch daraufhin angelegt, an Kongruenz, Empathie und Wertschätzung zu wachsen, sie selbst zu entwickeln und anderen weiterzugeben. Mag sich diese „Vor-Gabe“ auch viel zu selten realisieren, weil Menschen an Umständen, an Konzepten und vor allem an falschen Selbstbildern hängen: Jede Beziehung, jede menschliche Gemeinschaft ist auf ein aufrichtiges, feinfühliges, wohlwollendes und schöpferisches Miteinander ausgerichtet. So gelten die bekannten „notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung“ (Rogers & Schmid, 1991/1998, S. 168–169) nicht nur für die Psychotherapie, sondern für jede Beziehung<sup>9</sup> 10. Anhand von ihnen soll nun nochmals reflektiert

9 „Es wird nicht behauptet, dass Psychotherapie eine spezielle Beziehung ist, artverschieden von allen anderen, die im täglichen Leben vorkommen“ (ebd. S. 180)

10 Damit soll – Rogers folgend – nicht in Abrede gestellt werden, dass es bei schweren (z. B. suizidalen) Krisensituationen und schwer beeinträchtigenden Wahrnehmungsstörungen Erfordernisse an eine psychotherapeutische Behandlung geben kann, die in den „Bedingungen“ nicht abgebildet sind: Wo es dagegen – wie es allermeistens der Fall ist – im Wesentlichen um „constructive personality change“ (dazu genauer Rogers, 1957, S. 95) geht, können Diagnosen, störungsspezifische Kenntnisse oder Interventionen ebenso hinderlich wie hilfreich sein. Jedenfalls sind sie nach Rogers nicht notwendig (vgl. Rogers, 1957, S. 100–101 bzw. Rogers & Schmid, 1991/1998, S. 180–181).

bzw. zusammengefasst werden, wie es Alkinoos gelungen ist, einen für Odysseus' Weiterentwicklung förderlichen Beziehungsrahmen zu schaffen.

1. *Zwei Personen befinden sich in einem psychologischen Kontakt.*

„Die erste Bedingung gibt an, dass ein Minimum an Beziehung, ein psychologischer Kontakt vorhanden sein muss“ (ebd. S. 169). Diese Bedingung ist im Gespräch zwischen Odysseus und Alkinoos fraglos erfüllt, wie sich in diesem Artikel durchgängig gezeigt hat.

2. *und 3. Die erste, die wir Klient nennen werden, befindet sich in einem Zustand der Inkongruenz, ist verletzbar oder ängstlich. Die zweite Person, die wir Therapeut nennen werden, ist kongruent bzw. integriert in der Beziehung.*

Dass diese beiden Bedingungen eindeutig erfüllt sind, habe ich im Kapitel „Kongruenz und Inkongruenz“ darzustellen versucht: Offenbar sind sich in Odysseus und Alkinoos ein in vielerlei Hinsicht inkongruenter und ein hochgradig kongruenter Mensch begegnet. Alkinoos' Integriertheit und Odysseus' existenzielles Suchen drücken sich gleichermaßen in der Symbolik ihres Königtums aus (vgl. Fußnote 7).

4. *Der Therapeut empfindet eine bedingungslos positive Zuwendung dem Klienten gegenüber.*

Wichtig scheint mir an dieser Bedingung, dass der Therapeut bedingungslos positive Zuwendung nicht nur signalisiert, sondern auch *empfindet*. „Wenn der Klient feststellt, daß ihm jemand zuhört und ständig akzeptiert, wie er seine Gedanken und Gefühle äußert, lernt er nach und nach dem zuzuhören, was in seinem Inneren vorgeht; er lernt wahrzunehmen, daß er wütend oder ängstlich ist oder liebevolle Empfindungen verspürt. Allmählich wird er fähig, auf Empfindungen in seinem Innern zu lauschen, die ihm früher so seltsam, so erschreckend oder bedrohlich erschienen waren, daß er sie ganz aus seinem Bewusstsein verbannt hatte. Während er diese bedrohlichen und ‚schrecklichen‘ Aspekte seines Selbst bloßlegt, merkt er, daß sich an der akzeptierenden Haltung des Therapeuten ihm gegenüber nichts ändert. Und langsam beginnt er die gleiche Einstellung sich selbst gegenüber anzunehmen und sich so, wie er ist, zu akzeptieren, womit er die Voraussetzungen für seine Weiterentwicklung schafft. Wenn der Klient schließlich imstande ist, sich selbst besser wahrzunehmen, gelangt er zu größerer Kongruenz und kann sich offener äußern. Er gewinnt zuletzt die Freiheit, sich zu verändern und in die Richtungen hinzuentwickeln, die der reifende menschliche Organismus natürlicherweise einschlägt (Rogers, 1983/2007, S. 32–33). Besser und bündiger als in dieser Schlüsselstelle kann kaum dargestellt werden, was den Erfolg einer personenzentrierten

Therapie ausmacht. Dass das vorliegende Gespräch gelingt, steht in engem Zusammenhang mit dem Wohlwollen, das Alkinoos durchgängig an den Tag legt: Etwa in seiner fraglosen Gastfreundschaft, sogar wo Odysseus kalt von seinen Kriegsverbrechen erzählt.

5. *Der Therapeut empfindet ein empathisches Verstehen des inneren Bezugsrahmens des Klienten und ist bestrebt, diese Erfahrung dem Klienten gegenüber zum Ausdruck zu bringen.*

Alkinoos reagiert in beispielhafter Weise bereits auf die erste von Odysseus gezeigte Emotion – auf dessen Tränenausbruch, als er über den Sieg der Griechen hört – äußerst empathisch. Das glückt, weil er nicht gleich begreifen will oder gar nachbohrt, sondern die Verwundbarkeit seines Gastes spürt und daher schützend reagiert. Alkinoos nimmt Odysseus' Bedürftigkeit intuitiv wahr, also organismisch und nicht nur vom Verstand her. In den Worten, die er dazu findet (s. o.), kommt seine Empathie für Odysseus erlebbar zum Ausdruck.

Für die fünfte Bedingung streicht Rogers abermals hervor, dass es ums innere Empfinden (experiencing) von Empathie geht. Empathie kann nicht herbeigeführt werden, sondern geschieht im feinfühligem Kontakt mit der Klientin. *Nicht* beruht sie auf einem intellektuellen Suchprozess und dem kognitiven Durchschauen von Zusammenhängen: Der Verstand spielt immer eine Rolle, aber in Bezug auf Empathie eine recht beschränkte. Wo ihm eine wichtigere Funktion zugewiesen wird, bedeutet dies ein beträchtliches Hindernis: „*Brillanz und diagnostischer Scharfsinn haben nichts mit Empathie zu tun.* Es ist wichtig zu wissen, dass vom Therapeuten ausgehende Empathie unabhängig ist von seiner wissenschaftlichen Leistung oder seinen intellektuellen Fähigkeiten. Auch besteht keine Beziehung zu der Genauigkeit seiner Wahrnehmung oder zu seiner diagnostischen Fähigkeit. Es ist sogar möglich, daß zu letzterer eine negative Korrelation besteht ... Ich glaube, dass wir noch immer zögern, diese Folgerungen zu akzeptieren“ (Rogers, 1977/1980, S. 85).

Leider wird die Übersetzung des englischen „understanding“ mit „Verstehen“ nur allzu leicht mit „Verstand“ assoziiert. Understanding bezeichnet im Kern eine (leibliche) Haltung der Bescheidenheit: Ein „Unten-Stehen“ im Aufschauen zu etwas, das größer ist, als ich wirklich erfassen kann, auf etwas, das mich aber berühren und mir Einblick geben kann. Diese Grundbedeutung schwingt im Englischen und bei Rogers immer mit. „Understanding“ bedeutet auch „Sympathie“, „Mitfühlen“ und „Respekt“, woher die häufige Verbindung mit „Love“ rührt. Es im personzentrierten Kontext als etwas Verstandesgemäßes zu interpretieren, schiene mir daher zu groben Irrtümern zu führen. Rogers geht es bei Empathie um ein ganzheitliches Mitgehen mit der Klientin, um ein Mit-Erleben mit ihr (immer ohne ihre Themen zu den eigenen zu machen).

An keiner Stelle fordert er dazu auf, uns gut bei ihr zu informieren, um Zusammenhänge zu erfassen oder Verstehenshypothesen bilden zu können. Im Gegenteil: „Es muss betont werden, dass dieses einfühlende Verstehen [understanding] von seiten des Therapeuten nicht im Dienste einer diagnostischen oder therapeutischen Interpretation steht“ (Rogers, 1983/2017, S. 24).

Solche therapietheoretischen Überlegungen kennt Alkinoos nicht. Das ist gut so, weil „die Funktion des Therapeuten darin besteht, für seinen Klienten unmittelbar gegenwärtig und zugänglich zu sein und den therapeutischen Prozess zu fördern, indem er sich auf das Erleben stützt, das in der Beziehung von Augenblick zu Augenblick abläuft“ (ebd. S. 135). Offenbar tut Alkinoos genau dies und berührt damit Odysseus tief. Gerade wenn Rogers' fünfte Bedingung präzise verstanden wird, finden wir sie im vorliegenden Gespräch erfüllt.

6. *Die Kommunikation des empathischen Verstehens und der bedingungslos positiven Zuwendung des Therapeuten dem Klienten gegenüber wird wenigstens in einem minimalen Ausmaß erreicht.*

Dass auch diese Bedingung (mehr als) erfüllt ist, zeigt sich im gesamten Gesprächsverlauf, wie ich darzustellen versucht habe.

*Keine anderen Bedingungen sind notwendig. Wenn diese sechs Bedingungen gegeben sind und über eine bestimmte Zeitspanne hinweg andauern, ist dies hinreichend. Der Prozeß der Persönlichkeitsentwicklung wird folgen* (Rogers & Schmid, 1991/1998, S. 169).<sup>11</sup>

Nicht nur an der Erfüllung der Bedingungen, sondern auch an Odysseus' Entwicklung lässt es sich gut festmachen: Alkinoos hat ihm einen im besten Sinn personzentrierten Beziehungsraum geboten, und er ist daran gewachsen, wie es nur folgerichtig ist. Ein wesentliches Element scheint mir dabei zu sein, dass der anfänglich vorsichtig-strategische Odysseus langsam

11 V. a. im deutschen Sprachraum scheint aktuell kein Konsens mehr darüber zu bestehen, dass die angeführten Bedingungen tatsächlich hinreichen. So trägt z. B. das Buch „Personzentrierte Psychotherapie und Beratung“ von Finke (2019), einem prominenten Vertreter des PZA, im Untertitel den Begriff „Therapietechnik“. Dieser impliziert (wie im Buch folgt), dass in der Therapiepraxis Techniken anzuwenden seien. Diese hält Rogers im Gegenteil für das Gelingen einer Psychotherapie für nicht notwendig – wenn nicht sogar für hinderlich (s. o.). Als ein vorrangiges Motiv dafür gibt Finke in einem Interview ausdrücklich die Bemühung um die Anerkennung seitens der (deutschen) Krankenkassen an (vgl. Finke & Schöllhammer, 2021, S. 15). Wesentliche personzentrierte Positionen diesem Anliegen zu opfern, könnte aber auch als Mangel an eigener, eigenständiger Überzeugung verstanden werden. Finke liefert in seinem Buch ebenso fachliche Argumente für seine Meinung, die hier wiederzugeben den Rahmen der vorliegenden Untersuchung sprengen würde. Diese soll nicht zuletzt dazu dienen, das Hinreichen der sechs angeführten Bedingungen zu begründen (Rogers' von mir geteilte Einschränkung dazu s. Fußnote 10).

Vertrauen in den König gewinnt. Bald beginnt er erlebensnäher, vollständiger und differenzierter über sich zu sprechen. Später spricht er nicht mehr nur *über sich*, sondern als selbstbewusstes Subjekt *aus sich* bzw. aus seinem unmittelbaren Erleben *heraus*: „Das Selbst als Objekt verschwindet mehr und mehr“ (Rogers, 1961/1973, S. 151; vgl. auch Lukits, 2020, S. 139–141). Odysseus wird sogar sagen können: „Ich bin es selbst, daheim in mir“ (Od. 21, S. 207). Hier scheint der Prozess der Selbstfindung bereits weitgehend vollzogen. Zuvor hatte sich Odysseus innerlich aufgerieben zwischen seinem Selbstverständnis als Kämpfer und seinem menschlichen Fühlen, zwischen seiner organismischen Wahrnehmung und strategischen Überlegungen – nun versteht er es, sich aus sich heraus als *ein* gesamter Organismus, als einheitliches Ich, als Person zu artikulieren. „Der entscheidende Augenblick ist ein Augenblick der Integration: Kommunikation zwischen verschiedenen Zentren ist nicht länger notwendig, da sie eins geworden sind“ (Rogers, 1961/1973, S. 152).

Von Alkinoos nimmt Odysseus eine Beziehungserfahrung mit, die ihm Zugang zu sich selbst eröffnet hat. Dieser Zugang ist in der Möglichkeit symbolisiert, endlich heimzukehren. Dazu gehört auch, dass Odysseus bereit ist, Alkinoos hinter sich zu lassen: Der König wird ihn nicht weiter begleiten, sondern erstarrt zu einem Felsen hinter ihm – auch wenn eine Therapie der Vergangenheit angehört, ein wenig Rückendeckung darf sie schon noch geben.

## Abschluss

In Ithaka kann Odysseus seinen Sohn Telemachos, den er als Baby zurücklassen musste, wieder in die Arme schließen. Seine Frau Penelope macht es ihm aber nicht leicht, sie wiederzugewinnen. Er muss ihr beweisen, dass es ihm nicht einfach um die Fortführung der Ehe geht, sondern um etwas Intim-Gemeinsames: Als er an das eigenhändig errichtete Ehebett erinnert, das an einen Olivenbaum anschließt – die Ehe ist kein bloßes Konstrukt, sondern dem Wachstum miteinander gewidmet – schenkt ihm Penelope, die lange auf ihn gewartet hat, wieder ihr Herz (Od. 23, 162–246). Auch sein Königtum kann Odysseus wieder aufnehmen und schließt damit symbolisch an Alkinoos an.

Der Schluss der Odyssee steht im Zeichen der Versöhnung mit den Familien der „Freier“ (Od. 24, 541–548). Um sich endgültig mit sich selbst versöhnen zu können, wird Odysseus, nach einer Weissagung des Sehers Teiresias, als alter König nochmals zu einer Wanderschaft ins Landesinnere aufbrechen müssen (Od. 11, 121–137). Im griechischen Mythos ist das ein klarer Hinweis darauf, dass er aufgrund einer Schuld noch nicht zur Ruhe kommen kann. Die Brutalität des ehemaligen

Kriegers „Niemand“ wird dem mittlerweile sehr bewussten, feinfühligem König wohl in aller Schärfe gewahrt. Der Tränenausbruch, der ihn bei den Phäaken überrascht hat (s. o.), ist tiefer Trauer, Reue und Gewissensqualen gewichen. Doch endlich spürt der wandernde Odysseus, dass es genug ist. Er pflanzt ein Ruder, das er mitgetragen hat, in der Erde auf, interpretierbar als ein Versöhnungsakt des gereiften Königs (Erde) mit seiner stürmischen Vergangenheit auf der See (Ruder). Wieder kehrt er nachhause zurück, um dort ein großes Opfer zu bringen. Der Seher hat ihm vorhergesagt: „Es wird dir ferne dem Meere dann recht sanft sich nahen der Tod; du wirst ihm erliegen, schon von stattlichem Alter gebeugt. Die Völker um dich her werden glücklich sein. Das künde ich dir untrüglich“ (Od. 9, 134–137). Damit ist gewiss, dass König Odysseus schließlich Glück über Ithaka und seine Nachbarvölker gebracht hat. So erhält das heilsame Gespräch zwischen Odysseus und Alkinoos am Ende auch eine explizit politische Dimension, wie es von Anfang an eine klare humanistische Dimension hatte: Nicht zuletzt von dem Maß, in dem ein Individuum sich selbst – und das heißt immer auch seine Menschlichkeit – verwirklicht, hängt das Gelingen seines Lebens ab (vgl. Fußnote 5).

## Literatur

- Bannert, H. (1992/2005). *Homer*. Rowohlt.
- Bethe, E. (1922/2021). *Homer, Dichtung und Sage II: Odyssee Kyklos*. MV-Verlag.
- Biedermann, H. (1989/2000). *Lexikon der Symbole*. Weltbild Verlag.
- Finke, J. (2019). *Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung. Störungstheorie – Beziehungskonzepte – Therapietechnik*. Reinhardt.
- Finke, J. & Schöllhammer, E. (2021). Ein Interview mit Jobst Finke. *zentriert 2021* (2), 15.
- Gebser, J. (1949/1992). *Ursprung und Gegenwart. Teil 1: Die Fundamente der aperspektivischen Welt*. DTV.
- Hampe, R. (1979). *Homer. Odyssee*. Eine Übersetzung aus dem altgriechischen Original. Reclam.
- Hölscher, U. (1991). Zur Erforschung der Strukturen in der Odyssee. In J. Latacz (Hrsg.), *Zweihundert Jahre Homer-Forschung*. Teubner.
- Hölscher, U. (1988/2000). *Die Odyssee: Epos zwischen Märchen und Roman*. C.H. Beck.
- Kirchhoff, A. (1859/2010): *Die homerische Odyssee und ihre Entstehung*. Kessinger Publishing.
- Lukits, G. (2020). Die Entdeckung des Ich. *Person 24* (2), 132–142.
- Nightingale, G. (2016). Der listenreiche Odysseus. Zwischen Genialität und Normalität. In J. Klopff, M. Gabriel & M. Frass, (Hrsg.), *Trickster – Troll – Trug* (S. 119–151). Paracelsus.
- Rogers, C. R. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology* (21), 95–103.
- Rogers, C. R. (1959/1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. GwG-Verlag. (Originalersch. 1959: A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.): *Psychology. A study of a science. Vol. III: Formulations of the person and the social context* (pp. 184–256). McGraw Hill.)

- Rogers, C. R. (1961/1973). *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*. Klett-Cotta. (Orig. ersch. 1961: *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin)
- Rogers, C. R. (1983/2017). *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie* (ed. Pfeifer, W.M.). Fischer Taschenbuch.
- Rogers, C. R. & Rosenberg, R.L. (Hrsg.). (1977/1980). *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit*. Klett-Cotta. (Orig. ersch. 1977: *A Pessoa como Centro*. Editora Pedagogica e Universitaria)
- Rogers, C. R. & Schmid, P.F. (1991/1998). *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*. Matthias-Grünwald-Verlag.
- Rohdich, H. (1987). Ein Gleichnis der Odyssee. *Antike und Abendland* 33(1), 45–52.
- Rombach, H. (1987/2012). *Strukturanthropologie. „Der menschliche Mensch“*. Verlag Karl Alber.
- Schöllhammer, E. & Lukits, G. (2021). Die Entdeckung des Ich. Zum jüngsten Artikel von Gerhard Lukits in *Person* 2/20. Ein Dialog. *zentriert* 2021(1), 26–28.