

Paul Meyer und Gerty Meyer-Jorgensen – Ihre Therapieansätze

Gertrude Meyer-Salomons therapeutischer Ansatz des Kommunikationstrainings, achtsam auf den eigenen Ausdruck zu sein, über den eigenen Ausdruck ein Feedback zu Verdrängtem und zu leib-seelischen Blockaden zu erhalten, und Paul Meyers Imaginatives Resonanztraining (IRT) verdanken einander viel, haben sich in den Überlegungen und der therapeutischen Praxis der beiden Eheleute entwickelt. Beide haben sich, schon bevor sie sich zu Beginn der 60er Jahre des vergangenen Jahrhunderts kennenlernten, mit dem Heilen beschäftigt. Gerty Meyer-Jorgensen betrieb schon in den 50er Jahren ihre Praxis: In Frankfurt, London, Wiesbaden, im Tessin, Paul Meyer begann erst spät, Anfang der 90er Jahre, zu praktizieren.

Ihr therapeutischer Nachlass wird jeweils für den einen und die andere auf den folgenden Seiten dargestellt. Hier soll jedoch zunächst eine Zusammenschau ihres Wirkens gegeben werden, um die gemeinsame Geschichte – wie sie zusammengehören – zu würdigen.

Paul Meyer hat in Erstgesprächen recht knapp die Zielsetzungen von IRT, die therapeutische Bedeutung der Veränderung des vorgestellten Körperbildes über visuelle und propriorezeptive Wahrnehmung in der zyklischen Arbeit an kleinen und möglichst klar umrissenen Körperregionen, die schmerzen, dargelegt. Daraufhin begann er mit den Übungen, wie er sie in seinen Handreichungen beschrieben hat.

„Körperbild“ ist für Meyer zum einen die momentane Funktionsweise des gestörten Gliedes in der Vorstellung, die dann im Visualisieren und im Nachspüren, wie sich dieses Körperglied gerade anfühlt konkretisiert und gewandelt wird. Wichtige Erfahrungen sind hier das Temperaturempfinden (kalt/warm), die Anspannung der Muskeln und der Hautempfindung („kribbeln“), die Weite und Enge des Leibraumes und schließlich das Schmerzgefühl. Ähnlich wie beim bio-feedback zeigen sich hier Resonanzphänomene gesteigerter Empfindung im Fortgang des Trainings. „Gesamtleiblich“ ist vor allem beim Abschluss eines Zyklus, wenn das imaginierte Körperglied wieder in den realen Leib hineingenommen wird, die Entspannung im Gähnen und im Lachen wesentlich. In der Situierung im Raum, wozu dann auch die weitere Umgebung über den realen Trainingsraum hinaus gehört, zeigen sich ebenfalls Resonanzphänomene wie geschärfte Wahrnehmung aller Sinne bei der Konzentration z.B. auf die landschaftlichen Gegebenheiten.

Widerstände im Training werden über die Wiederholung von Übungszyklen zu überwinden gesucht. Über die wiederholten Zyklen gewinnt der Anwender die von dem Philosophen H. Schmitz so genannten Atmosphären des Empfindens: Leibliches Empfinden überschreitet die Grenzen des sicht- und tastbaren Körpers: „In einem Zimmer merken wir sofort, ob es schwül oder stickig ist; im Hochgebirge oder Hochwald tauchen wir in eine frische, kühle, herbe Atmosphäre ein, die wir mitunter schmerzlich vermissen, wenn wir zur Tiefebene zurückkehren, wo es drückend feucht und lau ist. [...] Diese Atmosphäre, in die wir uns dank unseres Inneseins von Wetter oder Binnenraumklima eingebettet finden, ist jeweils randlos durch die Weite ergossen, die als Hintergrund unseres leiblichen Befindens jeweils unwillkürlich mitgegeben ist [...] Diese Weite ist als Atmosphäre des gespürten Klimas ohne Lagen und Abstände, voluminös und unteilbar ausgedehnt.“ (Schmitz 1990, 292f).

In der Anwendung lerne ich mich wieder in einem Weiteraum zu erfahren, in dem sich mein Leib abhebt, der Voraussetzung dafür ist, mich ungehindert zu bewegen, ich lerne, den Richtungsraum wieder zu erfahren, in dem ich mich aus der Enge in die Weite hinausbewegen kann; ich lerne, darin meine Empfindungen und Gefühle zu situieren und auszurichten, ich spüre meinem Leib und den Veränderungen in ihm während des Trainings nach. Diese Gefühle, vor allem das Schmerzende, überwältigen mich dann nicht mehr nur in Betroffenheit und Beanspruchtwerden, sondern fordern mich heraus, ein Spielraum eröffnet sich: „Affektives Betroffensein ist also von vornherein nicht nur Geschehen und Geschehenlassen, sondern ebenso Stellungnahme, eigener Einsatz und Eingehen auf etwas.“ (Ebd., 357). Aus diesem eigenen Einsatz, der Kommunikation mit der Situation des Betroffenseins, entsteht eine Antwort, eine Rückkoppelung, eine Bekräftigung meiner Vorstellung und der darin gespiegelten Aktivität. Diese Erfahrung endete für Paul Meyer stets in der auffordernden Frage: „Wer bestimmt, was Du Dir vorstellst?“

Der Therapieansatz folgt dabei nicht der Vorstellung eines unerschütterlichen Willens und Wollens, sondern hat zum Hintergrund die Überzeugung eines uns umfassenden Kosmos, eines transpersonalen Raumes, der das Lebendige prägt und dessen ordnendes Wirken zugelassen werden kann und sollte um der Heilung willen. Paul Meyer studierte und praktizierte buddhistische Meditation, transpersonale Theorien, insbesondere die Ken Wilbers und suchte für diese stets auch erfahrbare Nachweise in seiner Therapie. Der studierte Ingenieur wollte Glauben und Empirie miteinander verbinden.

Kommunikation und Konfrontation sind die verbindenden Glieder der Therapie-Ansätze von Paul Meyer und Gerty Meyer-Jorgensen: Konfrontiert der IRT-Anwender seine gestörte leibliche Integrität mit der Vorstellungsarbeit an den beeinträchtigten Körpergliedern und sucht diese schließlich darüber aufzulösen, dass Leib und Vorstellung im Körperschema, dem gelebten Leib und seiner habitualisierten Empfindung wie Bewegungsleistung, wieder zusammenkommen, in den Hintergrund treten, so kommuniziert er nicht nur mit seinem Empfinden, wird achtsam auf den gelebten Leib, sondern er kommuniziert auch mit dem gelebten Raum, erweitert diesen, wie dies dann in IRT II auch auf einer das Hier und Jetzt wie schließlich die einzelne Person übersteigende Weise möglich wird: Sich nicht nur leiblich in den Atmosphären des Empfindens zu befinden, sondern diese selbst als das ums Umgreifende wahrzunehmen. Pauls Meyers eigene transpersonale Erfahrungen in seiner gelebten Spiritualität, das, was er in IRT II in das Training einzubeziehen suchte, können philosophisch-spekulativ durchaus in diesem unser Erleben erst ermöglichendes Umgriffensein, der Philosoph Karl Jaspers nennt dies „Grundsituation“, das Unbedingte, aus dem heraus wir unserem Leben Sinn und Richtung geben können, in den Atmosphären unseres leiblichen Empfindens und unserer Öffnung zu einer niemals abgeschlossenen Welt, zur Transzendenz, gefunden werden.

In Gerty Meyer-Jorgensen Kommunikationstherapie ist Kommunikation zum einen auf der dialogisch-sprachlichen Ebene angesiedelt, doch auch hier entwickelt sich diese im Alltag des Anwenders weiter zur Kommunikation in der jeweils er- und gelebten Situation. Ebenso erweitert sich die Konfrontation zwischen Trainingsleiter und Anwender auf die Konfrontation mit erlebten Widerständen im Alltag und der eigenen Geschichte, wie dies an den Fallbeispielen deutlich wird.

Beide Therapieansätze werden getragen von der Spiritualität, verstanden als menschliche Grundmöglichkeit, einen Lebensweg und eine Lebenshaltung für sich zu finden, die der persönlichen Entwicklung und Entscheidung entspricht, womit man sich identifizieren kann (vgl. Baier 2006, 29). Der Religionsphilosoph H.U. Balthasar charakterisierte Spiritualität „als je praktische oder existentielle Grundhaltung des Menschen, die Folge und Ausdruck seines religiösen – oder allgemeiner: ethisch-engagierten Daseinsverständnisses ist: eine [...] (habituelle) Durchstimmtheit seines Lebens von seinen objektiven Letzteinsichten und Letztentscheidungen her.“ (Balthasar 1967, 247) Paul Meyer und Gerty Meyer-Jorgensen versuchten indes immer wieder, auch philosophisch, d.h. kritisch und selbstreflexiv, ihre Therapieansätze einzuholen. Dies soll gesagt sein, um ihre Ansätze von einer rein esoterischen Intuition abzugrenzen, was sie stets betonten.

Bei den Erfahrungen, die sie selbst und ihre Klienten erlebten, handelte es sich nicht um außergewöhnliche Erfahrungen – Gipfelerlebnisse –, sondern um eine Bewusstheit und Achtsamkeit im täglichen Leben, einer Haltung, die sich im Einklang damit empfindet, wie man auf Erfordernisse und Konfrontationen im Alltag, wie man seine eigenen Wünsche und Bedürfnisse leben kann und diese zum Ausdruck bringt. Balthasar beschreibt die spirituelle Haltung zum einen als Sammlung gegenüber der alltäglichen Zerstreutheit, der Zerrissenheit gegenüber unterschiedlichen Aufgaben. Das Arbeiten an Zyklen, die jeweils abgeschlossen werden müssen, bevor ein nächster Schritt beginnt, trägt diesem Sachverhalt in den Meyer-Jorgensen Therapien bei. Die Sammlung bedarf eines Bezugspunktes: die eigene leibliche Existenz, die geistige Existenz, die Verortung in einem Kosmos, der die eigene Person umfasst, so bei unseren beiden Therapieansätzen. Die Spiritualität zeigt sich jedoch auch in der praktischen Strukturierung der eigenen Existenz, der Bewältigung des Alltags, schließlich dann eine Haltung der Gelassenheit.

Insbesondere Paul Meyer hat für sich immer wieder den Begriff, die Größe des ‚Geistigen‘ verwandt: die Offenheit des Menschen auf das Ganze, was ist, an dem die eigenen Grenzen immer wieder aufs Neue erfahren werden, aber auch erweitert werden können auf einen höheren, auf einen höchsten Wert hin, den man erfährt. Die Religionswissenschaftlerin Sandra M. Schneiders beschreibt diesen ‚höchsten Wert‘ (ultimate value) bzw. den ‚Horizont des einen unbedingt Angehenden‘ als das unvergleichlich Wichtige für das eigene Leben, von dem sein Sinn abhängt (vgl. Schneiders 1989).

Vor allem der Erfahrungscharakter dieser Spiritualität war Paul Meyer und Gerty Meyer-Jorgensen wichtig: in der persönlichen Lebensgestaltung, die eben nicht nur dem Zufall folgt, sondern zur eigenen gemacht wird. In diesem Sinne ist dieses unbedingte Angehende, was vor allem im Leiden auffällig wird, vor allem aus dem gelebten Leben heraus aufzugreifen und zu wandeln in eine Überzeugung, einen Glauben, eine spirituelle Ausrichtung auf sich, die anderen Menschen, die Welt und das, was diese womöglich übersteigt. Der Philosoph Paul Tillich schrieb von der Dynamik des Glaubens: „Die Wirklichkeit des unbedingten Anliegens des Menschen enthüllt etwas von seinem Sein, dass er nämlich fähig ist den Fluss der relativen und vergänglichen Erfahrungen seines gewöhnlichen Lebens zu transzendieren.“ (Tillich, Hauptwerke V, 1988, 235).

Wichtig ist ein stabiles Verhältnis zum eigenen Leben, das bewusst geführt wird, und das durch Übung, die therapeutischen Rituale, auch im Alltag gelebt werden kann. Die höchsten Werte

oder Einsichten werden von beiden nicht inhaltlich gefüllt, dies geschieht erst aus dem Leben des Einzelnen heraus. Das Interesse der beiden an unterschiedlichen Religionen und spirituellen Praktiken, ihre Erfahrungen, hier für sich Halt, in den Ritualen und Praktiken Orientierung für sich zu finden, die indes nicht an ihre Patienten und Klienten dogmatisch weitergegeben wurden, unterstreicht die Offenheit ihrer Therapieansätze, die auch stets so kommuniziert wurden: Mit dem Patienten bzw. Klienten jeweils zu besprechen, wo sie sich gerade befinden, wie sie empfinden, wie sie fortfahren wollen mit den Übungen, wie sie selbständig ihren Weg gehen können, wollen und sollen. Dass dabei stets wieder Krisen eintreten können, ist Teil des spirituellen Weges, der an den Bewältigung dieser Krisen reicher wird und in einem positiven Sinne deswegen nie zu einem Ende kommt, sondern gerade die Transzendenz immer wieder erneut einlöst.

Einige derjenigen, die bei Gerty das Kommunikationstraining und eine Behandlung durchgeführt hatten, beantworteten Fragen im Interview. Daraus ließ sich Gertys medizinische Vorgehensweise rekonstruieren. Anders als ihr Mann hatte sie auf das Dialogische, nicht das Schriftliche gesetzt, um ihren Therapieansatz weiterzugeben.

Kommunikationstraining Gerty Meyer-Jorgensen

Gertys Ausbildung begann bei der Physiotherapie, sie lernte Massagen und unterschiedliche Heilbehandlungen, so bei den Massagetechniken: Schwester-Kenny-Technik bei Kinderlähmung, Bindegewebsmassage nach Bandscheibenvorfällen nach Cyriax; ‚Schmerzfremde Geburt‘ nach Grantly Dick-Read. Zugleich übte sie sich jedoch seit den 60er Jahren in der kommunikativen Arbeit mit dem Un- und Unterbewussten, hatte dann, nach ihrer Rückkehr nach Deutschland, zunächst eine psychotherapeutische Praxis in Frankfurt und übte dort über ihr Kommunikationstraining die Stärkung und Entwicklung des Selbstbewusstseins.

„Zu mir kamen Menschen, die an schweren psychischen Störungen litten. Menschen, die mit ihren Partnern nicht mehr zurecht kamen oder mit dem Leben ganz allgemein. Menschen, die an Schlafstörungen litten, von diffusen Ängsten geplagt wurden oder andere psychische Defekte hatten. Vielen konnte ich helfen. Ich weiß nicht, ob es die therapeutischen Techniken allein waren, die ich anwendete, oder meine besondere Gabe, mich auf Menschen einzulassen, ihr Vertrauen zu gewinnen. An Patienten hatte ich keinen Mangel. Meine therapeutischen Erfolge sprachen sich schnell herum.“ So schilderte Gerty dies in Gesprächen, die dann in ihrer Biografie mündeten.

Gerty kam in Kontakt mit dem Leiter der Abteilung für Psychosomatische Medizin an der Deutschen Klinik für Diagnostik in Wiesbaden: Dr. Günter Maas. Er fragte sie, ob sie sich vorstellen könne, mit der Klinik zusammenzuarbeiten. Gerty behandelte mehr als 300 Patienten, die von Dr. Maas zu ihr überwiesen wurden. Bei allen stellte sich nach gründlicher klinischer Untersuchung die Notwendigkeit einer psychotherapeutischen Behandlung heraus: Patienten mit schweren Ich-Störungen, die ohne eine tiefenpsychologisch fundierte Therapie keine Heilungschancen gehabt hätten. In 80 Prozent der Fälle konnte dann medizinisch eine

deutliche Besserung oder sogar Heilung festgestellt werden. Zu den weiteren Krankheitsbildern, die Gerty behandelte, gehörten depressive Störungen, Anorexie, Asthma und Suizidankündigungen.

Auf den Rat von Dr. Maas hin legte Gerty vor dem Gesundheitsamt in Wiesbaden die Prüfung für Heilpraktikern ab. Auf diese Weise staatlich lizenziert, die Heilkunde beruflich auszuüben, hatte sie eine kassenärztliche Zulassung. Die Behandlungen waren sehr zeitaufwendig, in der Regel 50 bis 100 Stunden intensiver Gespräche und Übungen, zeitweilig beschäftigte Gerty vier Mitarbeiterinnen. Dr. Maas betont, dass Gertys Patienten auch bei medizinischen Nachuntersuchungen Linderung ihrer Beschwerden bzw. Symptomfreiheit aufwiesen. Dr. Maas, der von seiner Ausbildung her tiefenpsychologisch arbeitet, Gerty selbst jedoch nie psychoanalytisch behandelt hat, sondern stets nur auf Erfolge ihrer Therapie und das Vertrauen ihrer Patientinnen in sie Wert gelegt hat, ihre Erfolge schätzte und anerkannte, hatte sie in sein Team integriert.

Gerty bot auch ein Kommunikationstraining für Betriebe an: Verstehen und Verstandenwerden als Voraussetzung für ein gutes Betriebsklima. Beim ZDF in Mainz führte sie innerhalb von acht Jahren zwanzig Wochenendseminare durch, in denen die Teilnehmer lernten, gelassener und angemessener zu reagieren, sich angstfreier zu verhalten und sich dadurch sicherer zu führen, aber auch in ihrem Alltag aus eingefahrenen Verhaltensmustern herauszukommen. Ihre Klienten lernten, aufmerksam auf den eigenen und fremden Ausdruck, die Stimmung und den ‚Blickkontakt im Gespräch zu gewinnen, im Gespräch die Kontrolle über seine Richtung zu gewinnen, sich Absichten und Bestätigungen im Gespräch klar zu machen, Unklarheiten durch Konfrontation zu begegnen, aber vor allem zuhören und fragen zu können und ganz bewusst in der Situation zu sein, schließlich, auf den eigenen Körper hören zu können, daraus die eigenen Bedürfnisse und Wertungen auch in einem geistigen Sinne gewinnen zu können:.

Was ist mir wichtig? Aus dieser Frage in dem kommunikativen Training und seiner Anwendung in kritischen Situationen Wertungen für sich zu gewinnen, was für den Anwender persönlich erfüllend ist, was gegen die eigene Verletzlichkeit die Würde meiner Person, meine Identität ausmacht, war Ziel der Therapie: Einen eigenen Horizont zu gewinnen, der meine moralischen Entscheidungen umfasst, diese erst möglich macht, es mir möglich macht, anderen Menschen mit meinen Bedürfnissen zu begegnen und diese zu kommunizieren.

Charles Taylor nennt dies in den „Quellen des Selbst“ „starke Wertungen“ und den Raum, den diese eröffnen den „spirituellen“ (vgl. Taylor 1994, 17). Solche Wertungen stellen „Unterscheidungen [dar] zwischen Richtig und Falsch, Besser und Schlechter, Höher und Niedriger, deren Gültigkeit nicht durch unsere eigenen Wünsche, Neigungen oder Entscheidungen bestätigt wird, sondern sie sind von diesen unabhängig und bieten selbst Maßstäbe, nach denen diese beurteilt werden können.“ (ebd.)

Um diese starken Wertungen für sich zu entdecken, um daran im Alltag Orientierung zu finden, knüpfte Gerty an die konfrontativ erlebte Situation des Gesprächs an, die es zu bewältigen gilt: Leiblich in der Haltung zum anderen Menschen, zum Gesprächspartner, in der Sicherheit des eigenen Ausdrucks, spirituell darin, sich als Person in dieser Situation behaupten zu können, sich selbst darin wahrzunehmen, sich nicht abzulenken oder

wegzulaufen, sondern darin einen eigenen Stand- und Ankerpunkt zu gewinnen, der ertragen oder schließlich sogar bejaht, im Einklang mit den eigenen höchsten Wertungen erfahren wird.

Die Situation, in der ich mich befinde, soll im Hier und Jetzt ermessen und als mich angehend erfahren werden: Sie wird zum Praxisfeld, das mich als Person fordert, woran ich als diese Person wiederum Stärke gewinnen kann. Ich lerne, diese Situation als Spielraum zu erfahren und auszumessen: als Freiheitsspielraum, in dem es weitergeht, ich weitergehen kann, ich Wirklichkeit neu entdecke, anders und neu auf Menschen zugehen, mich selbst neu erfahren kann.

Gerty berichtete über ihre Erinnerungen: „Es ist ein schönes Gefühl, so vielen Menschen geholfen zu haben. Manchmal blättere ich in dem dicken Aktenordner, in dem ich die Dankeschreiben meiner Patienten abgeheftet habe. Sie sind ein Spiegelbild menschlichen Leidens, Ausdruck der Unfähigkeit vieler Menschen unserer Zeit, mit dem Leben fertig zu werden.“ Einige dieser (anonymisierten) Schreiben sind am Ende wiedergegeben.

Gespräch mit Christiane Bauer (ehemalige Redakteurin beim ZDF, lebt heute im Ruhestand in Wiesbaden)

Sie kam über das Kommunikationstraining beim ZDF zu der Therapie: Mitte der 90er Jahre erlitt sie mit 53 Jahren einen psychischen und auch körperlichen Zusammenbruch. Nach einem halbstündigen Vorgespräch wurde mit Gerty zunächst eine dreiwöchige Therapie vereinbart, die dann um weitere drei Wochen verlängert wurde; das bedeutete ein dreistündiges Training pro Tag, fünf Tage in der Woche, jeweils mit einer halbstündigen Pause. Der Rhythmus dieser Einheiten ergab sich schrittweise.

Wesentliche Ziele bei den Übungen waren, die Aufmerksamkeit wieder auf das soziale und kommunikative Umfeld zu richten, um daraus eine selbstkritische, aber auch eine selbstbestärkende Einstellung zu gewinnen, eine Haltung von Autonomie und Konsequenz, ein Bewusstsein dafür, nicht einfach in den äußeren Anforderungen aufzugehen, sondern sich auch zurücknehmen zu können. Das Training wurde durch Aufgaben für zu Hause ergänzt, vor allem durch Atemübungen. Die Patientin hatte den Eindruck, mit der eigenen Geschichte besser zurechtzukommen, mit Verletzungen, die sie bedrängten, abschließen zu können. Mehrfach kamen Erinnerungen an Verlusterfahrungen wieder, aber dann auch das Bewusstsein, dass Verlust und Tod mit zum Leben gehören, nicht aber den eigenen Weg in die Zukunft bestimmen dürfen. Beziehungen zu verwandten Personen, deren emotionale Bindungen wurden aufgearbeitet, wie die Patientin scheinbar Haltungen ihrer Eltern wiederholte. Sie lernte Kritik an sich zu üben, ohne Schuldgefühle zu haben. Waren zu Beginn der Therapie heftige körperliche Reaktionen: Schmerzen und Verspannungen, regelmäßig aufgetreten, lernte sie im Laufe der Therapie über die Aufmerksamkeit auf ihren Körperausdruck Kontrolle über die Schwierigkeiten, die ihr Körper ihr machte, zu gewinnen. Viele Details in der Situation, mit der sie sich im Training, aber dann auch außerhalb der Sitzungen mit Gerty, jeweils konfrontiert fand, fielen ihr auf einmal auf: Dinge, die sie vorher nicht wahrgenommen hatte, weil sie allein auf anderes fixiert war.

Vertrauen in Gerty, auch in ihre Autorität in der Therapie war wesentlich, ebenso ihre Geduld: Zeit zu haben, war eine wichtige Botschaft in der Therapie, ebenso, den anderen so anzunehmen, wie er ist; das Verhältnis zwischen den beiden Frauen wurde privat dann in einer Freundschaft nach der Therapie fortgesetzt. Gertys eigene Lebensgeschichte, nicht aufzugeben, das eigene Schicksal in die Hand zu nehmen, hatte eine Vorbildfunktion, gleichwohl Gerty niemals missionierend wirkte. So war z.B. das Interesse für den Buddhismus für die Patientin befremdlich, Gerty machte dies jedoch nie zum Thema der Therapie. Gertys Leben, ihre Kraft, nie etwas als Schicksal anzunehmen, sondern das, was ihr widerfuhr als Zufall in eine Richtung in die Zukunft umzuprägen, gab der Patientin eine Vorbildfunktion. Auch sprach sie davon, dass sie den Eindruck hatte, Gerty habe gerade aus ihrer eigenen Erfahrung von Krieg, Gewalt und Lebensunsicherheit sich in die Generation der Kriegs- und unmittelbaren Nachkriegskinder, ihre Lebensläufe in wechselvollen Zeiten, sehr gut einfühlen können: Vor allem das Schweigen, Vergessenwollen und –müssen, das viele der psychosomatischen Leiden, das unterdrücken eigener Bedürfnisse mitbedingt hatte, konnte sie in ihrer Kommunikationstherapie aufgreifen, bzw. die Patienten und Klienten wurden in ihrer eigenen Arbeit mit ihren Ängsten darauf aufmerksam und beschäftigten sich damit. Anders als in einer Psychotherapiearbeitete nicht Gerty mit einer Übertragung der Widerstände ihrer Patienten, sondern diese selbst spürten dem Verdrängten und Unterbewussten nach, wenn sie die Erfahrungen aus der Therapie in ihrem Alltag praktizierten.

Die Patientin konnte mit den Erfahrungen, die sie in der Therapie gemacht hatte weiter arbeiten und sagt von sich, dass sie nun bewusster lebt, klarer über Schwierigkeiten, die sie empfindet nachdenkt und bewusst nach klärenden Entscheidungen sucht und sich dabei immer mit möglicher Angst auseinandersetzt.

Eine langjährige Freundin von Gerty (Pianistin und Professorin an der Kölner Musikhochschule)

Neugier auf die Therapie, Wissen um Psychotherapien über ihren damaligen Ehemann, der auch Therapeut war, brachten sie dazu, zusammen mit Gerty beim Kommunikationstraining Erfahrungen mit ihrem Ausdruck, aber auch ihrer äußeren und inneren Haltung zu machen. Sie lernte Gerty über gemeinsame Freunde kennen und fühlte sich von ihr (im Sinne einer jüdischen Großmutter), sofort adoptiert. Sie hatte selbst keine akuten Erkrankungen und auch keinen konkreten Anlass; sie wollte über das Kommunikationstraining mehr über ihr eigenes Verhalten und seine Außenwirkung erfahren, wollte Verhaltensmuster erkennen. Anders als bei anderen Therapien und auch kollegiale Selbsthilfeforen oder abhängig machenden Beziehungen im Musikbetrieb, bei denen sie den Eindruck hatte, nie fertig zu werden und sich sektiererisch abzuschließen, erfuhr sie bei Gertys Hilfe zur Unabhängigkeit. Das Training bei Gerty dauerte 100 Stunden, dies war vorher auch so abgesprochen worden. Auch sie erlebte die starke persönliche Präsenz von Gerty im Sinne einer „weisen und strengen Mutter, die keine Angst hat zu sagen, wo es lang geht.“ Diese Erfahrung hat ihr auch bei anderweitigen

Therapien, so z.B. nach ihrer Scheidung, geholfen, stets ihre Eigenständigkeit darin zu bewahren.

Über Gertys eigene Biografie wusste sie gut Bescheid, erzählte ihr Gerty doch auch viel, ohne dies in die eigentliche Therapie jedoch einzubeziehen, dies blieben getrennte Bereiche; Gerty hielt ihre eigenen Erfahrungen, insbesondere auch ihren eigenen spirituellen Weg, für ihre private Auseinandersetzung. Das Interesse für unterschiedliche spirituelle Ausrichtungen war nicht allein professionell, sondern immer auch existenziell und intellektuell, half ihr, sich mit Erfahrungen aus der eigenen Geschichte erneut zu konfrontieren. Auch Frau Tichmann hat in der Therapie spirituelle Erfahrungen gemacht, beschreibt dies strukturell als eine Meta-Position, Erfahrungen über ihr eigenes Ego hinaus zu machen und an diesem zu arbeiten, darin die eigene Kreativität und Schaffenskraft zu erfahren.

Gerty hatte, so sagt sie einen festen Glauben: nicht im religiösen Sinne, sondern an eine Kraft und auch an eine vertrauensvolle Welt, die größer war als das eigene Leben und die Zufälle, in denen es aufgegeben zu werden drohte: Gertys Beschäftigung mit außereuropäischen Religionen und mit spirituellen Strömungen waren Versuche, diese Kraft immer wieder neu zu erfahren und daran Halt zu finden, wenn auch sie von ihren Erinnerungen, ihren Verlusten eingeholt und gelähmt zu werden drohte.

Die Dreharbeiten für den von Chrissy Hemming gedrehten Film in den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts stürzten Gerty wohl zunächst in eine Krise, brachten vieles wieder an den Tag, insbesondere aus der Zeit in Shanghai im jüdischen Ghetto, wo sie erfuhr, dass sie ihre Mutter und Großmutter trotz großer Anstrengungen nicht aus Deutschland holen konnte, wo sie vielfach ihrer Würde beraubt, an Leib, Leben und Seele nicht nur durch die Bomben, sondern auch durch ihren Mann und schließlich auch die Amtspersonen, ihre Arbeitgeber und scheinbaren Gönner, die ihr Hilfe und Unterstützung versprachen, bedroht wurde. In Südafrika verlor sie zuerst durch einen Unfall das Kind, mit dem sie schwanger war, verlor ihren Mann nach schwerer Krankheit, erfuhr nach ihrer Rückkehr nach Deutschland von den vielen Toten in ihrem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis. Ihre erste große Liebe war als Soldat an der Ostfront gefallen. All diese Verluste und Verletzungen versuchte sie zu heilen durch ein Vertrauen in die Welt, das Leben und das, was mehr als dieses Leben ist.

Gerty hat das, was sie erlebt, was sie an Gutem erfahren hat, so hat sie dies auch in den autobiografischen Interviews immer wieder betont, weitergeben wollen. Das hat sie nicht zuletzt mit der gemeinsam mit ihrem Mann gegründeten Stiftung getan, die gerade das, was in ihrer Therapie an Vertrauen in sich, die anderen Menschen und die gemeinsame Welt wieder aufgebaut wurde, nicht in Vergessenheit geraten lassen soll.