



Geduld gilt als Tugend. „Sei nicht so ungeduldig“ dürfte ein eher vertrauter Satz sein als: „Sei nicht so geduldig“, der sicher im ersten Moment befremdlich klingt. Kinder sollen lernen, nicht so ungeduldig zu sein, sollen lernen, Bedürfnisse aufzuschieben als ein wesentliches Element der Fähigkeit, mit Grenzen eines Augenblicks umzugehen. Wer geduldig ist, kann warten, unterliegt nicht dem Druck, sofort seine Bedürfnisse befriedigen zu müssen, ohne in Unruhe zu geraten. Geduld vertraut auf die Zukunft, ist ein Zutrauen in eine ruhige, ungetriebene Bewältigung eigener Ziele. So gesehen verbinden wir Geduld mit Ruhe und Kraft.

Doch Geduld hat eine Schattenseite. Ich kann warten – bis ich mein Ziel verloren habe. Ich kann mich in Geduld üben, wo ich besser ungeduldig wäre, wenn ich mich nicht verlieren will. Geduld schlägt mitunter um in eine Abfindung mit dem Ungenügenden, in eine selbstverleugnende Passivität.

Ich war Anfang des Jahres Teilnehmer bei einem Seminar Familienaufstellungen. Ich hatte ein wichtiges Anliegen, hoffte auf Antworten und Unterstützung. Trotz eines großen inneren Drucks konnte ich gut damit leben, wie reihenweise andere TeilnehmerInnen ihre Arbeit anmeldeten, ihr Anliegen vortrugen – und ich fühlte mich gut darin. Ich war zufrieden damit, dass ich nicht sofort einen Platz brauchte. Ich vertraute darauf, dass ich schon Platz finden würde. Ich hatte in früheren Seminaren erfahren, dass der Leiter dafür sorgte, dass schließlich jeder, der wollte, einen Platz bekam.

Am Ende des zweiten von drei Seminartagen durchzuckte mich plötzlich ein tiefes Erschrecken: was, wenn der Leiter es diesmal anders handhaben würde? Wenn er einfach zu einer bestimmten Zeit aufhören würde? Mir wurde schlagartig klar, dass ich ihm die Verantwortung für mein Anliegen übertragen hatte. Mir war etwas passiert, was ich in meinen eigenen Gruppen immer wieder von

© Siegfried Fries/www.pixelio.de



GEDULD

Klientinnen und Klienten erlebe – sie können sich noch nicht so wichtig nehmen, selbst für ihren Platz einzutreten, vielleicht sogar dafür zu kämpfen. Irgendwann ist die Zeitschiene des Seminars abgelaufen – und sie bleiben unbefriedigt zurück. Am Morgen des letzten Seminartages war ich eine halbe Stunde früher im Seminarraum. Ich setzte mich auf den Stuhl, die Geste, mit der man anzeigte, arbeiten zu wollen – und ich bekam den Platz. Der Leiter machte es anschließend dennoch wie immer – die Zeit reichte für alle aus. Und dennoch: neben meiner Erfahrung aus der folgenden Aufstellung war ich froh über das, was ich zuvor selbst geschafft hatte – meinen Platz zu nehmen, ungeduldig zu sein.

Pascal Mercier lässt in seinem Roman „Nachtzug nach Lissabon“ die Hauptfigur über die „gefährliche Tugend der Geduld“ ärgerlich formulieren: „nichts weiter als eine abseggene Art, sich zu verfehlen“. Ungeduld ist dann auf der anderen Seite für mich eine Form, sich ernst und wichtig zu nehmen, die Beendigung falsch verstandener Bescheidenheit. Sie ist Ausdruck der Verantwortungsübernahme für das eigene Interesse, ja das eigene Leben.

Die Zeitschiene eines Seminars verweist letztlich mit großer Konsequenz auf ein zentrales Element der Realität, sie reflektiert die Begrenztheit der Zeit, auch der Lebenszeit – und was ich daraus mache. Hier

verbindet sich das Über-die-Maßen-geduldig-Sein mit einem existenziellen Thema, der Frage einer existenziellen Schuld. Als solche bezeichnen manche Autoren die Verfehlung der Möglichkeiten des eigenen Lebens, die Nicht-Ausschöpfung dessen, was mir bekannt ist und zur Verfügung steht. Diese Schuld rührt nicht aus einer Fehlhandlung im juristischen Sinne; sie ist Ausdruck des Bedauerns oder der Reue darüber, was man in seinem Leben unterlassen hat oder unterlässt. Die aktuelle Wahrnehmung eines solchen Bedauerns oder gar Erschreckens können wir nutzen. Sie kann uns als ein „Führer für persönliche Erfüllung dienen“ (Yalom), indem sie den Blick dahin richtet, was uns zur Verwirklichung unseres Selbst fehlt. Die Punkgruppe „Die Ärzte“ formuliert etwas schnoddriger: „Du kannst nichts dafür, dass die Welt ist, wie sie ist, doch du kannst was dafür, wenn sie so bleibt.“

Dr. phil. Dipl. Psych.
Werner van Haren

Psychologischer
Psychotherapeut

Zülpicher Str. 283,
50937 Köln

Tel.: 0221-433 031

www.psychotherapie-
vanharen.de