

Beitrag Nr.: 10

Datum: April 2017

Autor/in: Dr. Udo Baer, Dr. Gabriele Frick-Baer

# Phänomenologie des Lügens und des Belogen-Werdens

In der politischen Auseinandersetzung spätestens seit dem Brexit und der Wahl Donald Trumps spielt das Ringen um Wahrheit und Unwahrheit, um Lüge, „Fake“, „alternative Fakten“ usw. eine bedeutsame Rolle. Wir leben in einem sogenannten „post-faktischen Zeitalter“, in einem Klima und einer Atmosphäre „jenseits der Wahrheit“ („post-truth“, wie es im Englischen heißt). Der soziale und kulturelle Raum ist wie der politische davon durchdrungen, ist Teil unserer Lebensumwelt und damit unseres persönlichen Erlebens, unseres Leibes.

In der therapeutischen Arbeit spielte die Frage nach Lüge und Wahrheit in all ihren Nuancen schon immer eine große Rolle. Wir wissen, wie verletzend und zerstörerisch es wirken kann, wenn Menschen belogen werden und auch, aus welcher Not eine Notlüge entspringen kann. Lügen tun weh. Belogen zu werden, tut weh. Wir nehmen wahr, wie wichtig und Beziehungstärkend Wahrhaftigkeit wirkt und wie sehr Menschen an Atmosphären der Verlogenheit und der Tabuisierung leiden. Dabei wurde uns deutlich, dass „Lüge“ nicht „Lüge“ ist, dass Lügen unterschiedliche Bedeutung haben und unterschiedlich wirken. Um dies näher zu ergründen und die Bedeutungen von Lügen in Alltag und Therapie herauszuarbeiten, versuchen wir uns hier an einer leib-phänomenologischen Annäherung an einige Begriffe rund um das Thema des Lügens und Belogen-Werdens. Dabei können und wollen wir keine eindeutigen Definitionen bieten, sondern den aufmerksamen, beobachtenden und beteiligten Blick über die phänomenologische „Landschaft“ schweifen lassen, in der unser Thema zur Erfahrungswelt des Erlebens gehört und geprägt ist durch Subjektivität. Wir richten dabei den Scheinwerfer auch

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

auf Erfahrungen in therapeutischen Begegnungen und Prozessen und vor allem auf die Konsequenzen für unsere leibtherapeutische Haltung.

In dem Versuch, sich mit dem Lügen und Belogen-Werden zu beschäftigen, kann es immer nur um Annäherungen gehen. Das Thema ist komplex, das Erleben des Lügens vielschichtiger, als dass einfache Definitionen zulässig sein.

## **1 Wahrheit, Wahrnehmung und Lüge**

Zunächst einmal eine kurze Definition von „Lüge“: Unter Lügen verstehen wir eine bewusste Falschdarstellung von Ereignissen oder Empfindungen.

Wer gegen besseres Wissen behauptet, die Erde sei eine Scheibe, der lügt. Wenn ein Kind, dass es nicht besser weiß, behauptet, eine Minute dauerte 70 Sekunden, dann sagt es etwas Falsches, lügt aber nicht. Und dann gibt es ein Zeitempfinden, das nicht objektiv messbar ist. Wir kennen, um beim Beispiel zu bleiben, in der Leibphänomenologie die objektiv messbare Zeit und die erlebte Zeit. Für die einen kann eine Stunde „rasend schnell“ vorbei gehen, für die anderen sich „wie eine Ewigkeit“ dehnen. Beides ist für die betreffenden Personen „wahr“.

Das gilt auch für andere Bereiche des Lebens. Je offenkundiger die Leiblichkeit die Wahrnehmung beeinflusst, desto unschärfer werden die Trennlinien zwischen Wahrheit und Lüge. Für die einen ist der Film aufregend, für andere langweilig, die Landschaft für die einen weit, für die anderen dreckig, das Lächeln freundlich oder aufgesetzt usw. Es fließen unterschiedliche Empfindungen, Bewertungen und andere Erlebensqualitäten in die Wahrnehmung ein. Diese Unterschiedlichkeiten sind Bestandteil der menschlichen Leiblichkeit und zu respektieren. Unterschiedliche Wahrnehmungen sind keine Lügen. Wahrheiten sind, soweit sie keine messbaren naturwissenschaftlichen Objekte betreffen, geprägt durch subjektiv-leibliche Vorerfahrungen und Haltungen. Wir müssen also den Wahrheitsbegriff bei objektiv-messbaren Wahrheiten und bei den subjektiv erlebten und individuell geprägten Wahrheiten unterscheiden.

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Dies zu wissen und zu würdigen, ist wesentliche Basis Kreativer Leibtherapie. In unserer Grundhaltung der „Klient/innen-Kompetenz“ vertreten wir, dass die Klient/innen über die grundlegende Kompetenz verfügen, ihr Leiden und ihre Kraft und Stärke wahrzunehmen und Wege der Entwicklung zu entdecken. Wir helfen ihnen dabei, wir bringen u.a. unsere Sichtweisen ein, auch unterschiedliche Wahrnehmungen und Bewertungen. Der Boden dafür liegt darin, dass wir die individuelle Wahrnehmungsfähigkeit der Klient/innen (und unserer selbst) respektieren. Das berührt noch mehrere andere Aspekte, doch hier ist uns zunächst die Achtung vor den subjektiven Aspekten der Wahrnehmung in der Abgrenzung zur Lüge am wichtigsten.

## **2 Richtig und falsch**

Die Kriterien „richtig“ und „falsch“ passen z. B. gut zu der Behauptung:  $2 \text{ und } 2 = 4$ . Über den Wahrheitsgehalt in Abgrenzung zur Lüge muss man sich keine Gedanken machen.

Aber kann eine Wahrnehmung richtig oder falsch sein, kann sie gelogen sein? Kann sie, siehe oben, nicht. Wenn sie auf Wahrhaftigkeit beruht. Dennoch wird manchen Menschen(-kindern) nicht nur keine Achtung gegenüber der prinzipiellen Subjektivität der Wahrnehmung entgegengebracht, sondern sie werden auch noch verrückt gemacht mit der Behauptung: „Deine Wahrnehmung von unserer familiären Situation, dass dein Vater und ich uns nicht mehr verstehen, ist falsch. Ich (!) lüge nicht.“

Oder sie hören oft: „Du lügst.“, auch wenn sie wissen, dass das, was behauptet wird, falsch ist, dass das nicht stimmt, und sie vielleicht sogar irgendwie ahnen, dass sie damit bewusst belogen werden. Sie werden damit in ein Lügengespinnst eingehaust und verlieren das Vertrauen in die eigene Wahrhaftigkeit und die der anderen.

Das folgende Beispiel zeigt eine andere, positive Qualität der Auseinandersetzung mit richtig und falsch: „Bist du traurig?“, fragt eine Frau ihre Tochter, und meint damit: „Nehme ich richtig wahr, dass du traurig bist?“ Die Mutter spürt in ihrer Resonanz die Traurigkeit der Tochter, was für sie eine subjektive Wahrheit beinhaltet. Die Tochter mag dies auch spüren und die Frage der Mutter als „richtig“ bestätigen. Oder sie weist sie als „falsch“ zurück. Oder sie ist unentschieden, spürt einen Anklang von Traurigkeit, mag sie aber nicht zulassen ... Hier haben „richtig“ und „falsch“ die Funktion, über Wahrnehmungen, Eindrücke, Vermutungen, Resonanzen usw. zu

kommunizieren. Die Frage, ob die eine die andere belügt, stellt sich in dieser Konstellation nicht.

Ein weiterer Aspekt in diesem Zusammenhang betrifft Wertungen: Ist mein Handeln richtig? Habe ich mich richtig entschieden? In solche Bewertungen von Handlungen fließen sowohl allgemeine Wert- und Moralvorstellungen ein als auch der „innere Ort der Bewertung“ (Rogers), die persönlichen Maßstäbe der Entscheidung und Haltung zu Wahrhaftigkeit und Lüge.

### **3 Irrtum und Lüge**

Eine weitere Differenzierung, die zwischen Lüge und Irrtum, erscheint uns in unserem thematischen Zusammenhang wesentlich: ein Irrtum ist seinem Wesen nach keine Lüge. Die Person, die sich im Irrgarten ihrer frühen und lebenslangen Erfahrungen so verirrt hat, dass sie das, was sich anderen als Wirklichkeit darstellt, nicht mehr unterscheiden kann von ihren Wahrnehmungen, ihrer Wahnwelt, lügt nicht. („Irren ist menschlich.“)

Wer sich im Datum seines Hochzeitstages irrt, lügt nicht. Unsere Erinnerungen sind keine objektive Datenbank der Fakten und Daten, sondern ein subjektiv geprägtes Chaos, das wir immer wieder neu ordnen. Manchmal gelingt dies, manchmal nicht. Etwas zu verwechseln oder zu vergessen, ist ein Irrtum, keine Lüge.

Dies bewusst zu tun, allerdings doch. Laut deutscher Bundesgerichtsbarkeit ist es demnach erlaubt, bei Bewerbungsgesprächen zu lügen. Zeiten der Arbeitslosigkeit dürfen als Phasen der Selbständigkeit dargestellt werden, Entlassungen als freiwillige Arbeitsplatzwechsel. Zeugnisse von Arbeitgebern dürfen ausdrücklich nicht die Wahrheit über ihre Mitarbeiter/innen aussagen, wenn diese negativ sind. Schon hier wird deutlich, dass Lügen im Allgemeinen als etwas Verwerfliches angesehen wird, aber manchmal sogar ausdrücklich erlaubt und gerechtfertigt wird. Auch wenn es sich hinter den Begriffen „Unwahrheit“, „Uminterpretation“, „Auslassungen“ o. Ä. versteckt. Damit hat sich ein eigener Code für Eingeweihte mit großer Macht und Wirksamkeit auf das berufliche Leben des Einzelnen und das Zusammenleben etabliert – eine bizarre Entwicklung. Hier liegen keine Irrtümer vor, die Lüge führt (andere) in die Irre; dies bestimmt in unterschiedlichem Ausmaß das Klima, die Atmosphäre und die Beziehungen, denn es liegt nahe, dass man sich miteinander in einem Irrgarten verläuft, in einem Gespinnst aus Lügen bzw. bestenfalls Halbwahrheiten. Darin zu leben, sich darin immer wieder neu zurechtzufinden, ist für alle Beteiligten anstrengend.

#### **4 Halbwahrheiten und Doppelwahrheiten**

Als Halbwahrheiten werden vor allem Äußerungen bezeichnet, die etwas weglassen oder verschweigen. Ein Mann sagt zum Beispiel: „Ich freue mich auf den Urlaub.“ Das ist wahr: Er freut sich. Und gleichzeitig ist er innerlich mit solch zahlreichen beruflichen Problemen beschäftigt, dass er meint, sich eigentlich keinen Urlaub „leisten“ zu können. Er äußert nur die „halbe Wahrheit“. Ob das als Lüge bezeichnet werden kann, sei dahingestellt. Es hängt wahrscheinlich von der Wirkung ab, davon, welche Folgen das für seine Familie und für ihn im Urlaubserleben hat. Wahrhaftig wäre es wahrscheinlich, wenn beide Seiten in ihm „leben“ dürften und sich in der Aussage ausdrücken würden: „Ich freue mich auf den Urlaub UND ich habe Sorge, weil ich mir eigentlich keinen Urlaub leisten kann. (Und trotzdem werde ich ihn machen.)“

Doppelwahrheiten sind meist nicht situationsgebunden wie das obige Beispiel, das zur Illustration des Aspektes „Halbwahrheit“ dienen sollte, sondern ziehen sich durch einen längeren Lebensprozess hindurch. Da vertritt eine Jugendliche mit türkischem Migrationshintergrund in ihrem Elternhaus traditionelle Sitten und kleidet sich mit Kopftuch. Ist sie außerhalb des Elternhauses mit ihren Freundinnen zusammen, nimmt sie das Kopftuch ab, zeigt eine andere Körpersprache und redet anders. Lügt sie? Nein. Für sie sind es zwei Wahrheiten, die sie lebt. Eine traditionelle und eine moderne. Beide Aspekte sind Teil ihrer Lebenswelt, in die sie eingehaust ist. Vielleicht muss sie sich später entscheiden, aber in der Gegenwart lebt sie in beiden Welten, lebt sie in Doppelwahrheiten. Und verletzt dabei niemanden. Diese Zugehörigkeit zu zwei Welten ist ihre subjektive, wenn auch sehr anstrengende, Lösung aus einem objektiven Dilemma und sichert ihr ihre Integrität, ihre Identität, ihre lebbare Einzigartigkeit.

Doch viele Menschen leiden unter Doppelwahrheiten. Da wird in einer Familie eine jede Freizügigkeit einschränkende, „hohe“ Moral gepredigt, an die sich bedingungslos zu halten ist, und die den Lebens- und Erlebensspielraum v. a. der Kinder enorm einengt. Dann stellt sich heraus, dass der Vater schon viele Jahre eine Geliebte hat. Die Erfahrung dieser Doppelwahrheit, die von außen gesehen wie ein Klischee anmutet, aber in der Wirklichkeit eine die familiäre Atmosphäre bestimmende Lüge ist, lässt für die Kinder eine Welt

zusammenstürzen. Ihre als wahr erlebten Regeln und Normen erweisen sich als scheinheilig und verlogen, als Lüge.

## **5 Notlügen**

Eine Frau bittet ihren Mann, beim Einkauf ihr ein bestimmtes Deo mitzubringen. Er kommt zurück, ohne das Deo, weil er vergaß, danach zu schauen. Er sagt: „Die hatten deine Marke nicht. Ich wollte dich noch anrufen, um zu fragen, ob du ein anderes willst. Aber im Laden gab es keinen Empfang.“ Der Mann schämt sich, dass er den Wunsch der Frau vergessen hat. Er ist clever und erfindet noch den versuchten Anruf. Denn er weiß, je konkreter eine Lügengeschichte verpackt wird, desto eher wird sie geglaubt.

Solche kleinen Lügen gibt es im Alltag zuhauf. Da kommt z. B. jemand zu spät und schiebt es nicht auf seine Trödelei, sondern auf die Straßenbahn/den Stau/das Auto, das nicht ansprang/den kaputten Wecker ... Solche Lügen werden umgangssprachlich meist „Notlügen“ genannt. Sie mögen durchaus manchmal nicht nur eine Ausrede sein, sondern einer gefühlten „Not“-Situation entspringen.

Leibphänomenologisch und leibtherapeutisch betrachtet macht es zunächst einmal Sinn, die bedeutsamen Schattierungen von Notlügen zu beachten. Denn wie bei allen Lügen spielt auch bei Notlügen die jeweilige Qualität eine Rolle in Bezug auf die Auswirkungen auf das Gegenüber bzw. auf die Beziehung. Wir neigen jedenfalls dazu, Lügen nur dann als Notlügen zu bezeichnen, wenn hinter ihnen die Not eines Menschen lauert. Not herrscht nach unserer fachlichen Definition und Erfahrung v. a. dort, wo Gefühle der Scham, der Schuld und der Angst einen Menschen einzunehmen drohen und ihm eine Lüge subjektiv dabei hilft, dieses Erleben abzumildern oder, im äußersten Fall, zu überleben. Die Quellen der Notlügen liegen dann wahrscheinlich in prägenden Erfahrungen der Entwürdigung, in ihren „4 Monstern“: der Beschämung, der (sexuellen) Gewalt, der Erniedrigung und der Leere-Erfahrungen. Notlügen wohnt dann der hilflose und zugleich hilfreiche, „rettende“ Charakterzug inne, die Person in ihrer inneren Not-Situation zu würdigen.

Wenn keine Not die Lüge initiiert, sie also nicht not-wendend ist, sondern z. B. eher der Bequemlichkeit oder der prinzipiellen Nachlässigkeit mit der Wahrheit entspringt, würden wir sie eher als „Ausrede“ bezeichnen wollen. Zwischen diesen beiden Polen, der Ausrede und der Notlüge, liegt die ganze subjektive Erlebens- und Bewertungsskala von Notlügen. Subjektiv sowohl von Seiten der (not-)lügenden als auch der belogenen Person.

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Zumeist besteht offensichtlich der Kern der Notlügen aus der Scham. Die Person schämt sich ihrer Unzulänglichkeiten und Fehler und sagt deshalb die Unwahrheit. Oder die Scham geht einher mit Schuldgefühlen und Angst: mit Erfahrungen oder Erwartungen, vor den Augen der anderen nicht zu bestehen, sich lächerlich zu machen, für Fehler bestraft zu werden ...

Kommen wir noch einmal auf das Beispiel vom Anfang dieses Kapitels zurück, in dem der Mann den Wunsch seiner Frau und damit den Kauf des Deos vergisst, und betrachten das auf der Skala zwischen den Polen Ausrede und Notlüge.

Wir haben behauptet, dass er aus Scham lügt. Wenn wir davon ausgehen, dass er massive Beschämungserfahrungen gemacht hat, wenn er einen Auftrag oder einen Wunsch nicht erfüllt hat oder erfüllen konnte – z. B. als Kind zum „Einkaufen mit Anschreiben“ geschickt worden ist oder „sich wenigstens einmal gut benehmen“ sollte –, dann übersteigt sein Schamgefühl und damit seine Not das Maß des aktuellen Anlasses. Und da Scham- und Schuldgefühle enge Geschwister sind und oft, wie mit der Angst vor falschem Verhalten und v. a. Falsch-Sein Hand in Hand gehen, läge die Bewertung seiner Lüge als Notlüge auf der Hand.

Andere Beobachter/innen dieser Szene würden sie dagegen vielleicht nicht als Notlüge erkennen, sondern sie eher und sogar als Ausrede bewerten. Wenn wir davon ausgehen, dass seine Frau wiederum ein gutes und liebevolles Gespür für seine Scham hat, so mag sie dennoch ob seiner Notlüge gekränkt sein und fühlt sich „ohne Not“ betrogen: „Das hat er doch bei mir gar nicht nötig.“ Und da wir ihre Geschichte und Haltung zu Wahrhaftigkeit und Lüge, zu Scham-, Schuld- und Angstgefühlen und ihren Erfahrungen damit nicht kennen bzw. hier nicht einmal ansatzweise aufschlüsseln können und wollen, können wir nur konstatieren, wie kompliziert das Ganze ist.

In der Therapie hat die sorgfältige Identifikation des Kerns und der Quellen solcher Lügen eine große Bedeutung. Sie begegnen uns v.a., wenn Klient/innen massive Beschämungserfahrungen haben. Dann kann der Boden des alltäglichen Schamgefühls schon so hoch sein, dass jede kleine Unzulänglichkeit auch uns Therapeut/innen gegenüber verborgen werden muss. Manche Klient/innen fühlen sich auch von uns oft abgewertet und angegriffen, andere errichten einen Wall von Notlügen um sich herum, um sich ja nicht wieder schämen zu müssen, sich nicht aus Angst klein und unterlegen fühlen zu müssen oder sich durch Schuldgefühle vergiftet zu fühlen. Im therapeutischen Prozess gilt es, die Not ernst zu nehmen und die Erfahrungen der Beschämung und Entwürdigung anzugehen.

Manchmal ermuntern wir Menschen zu einer Notlüge. Sie befinden sich so in Not, dass uns eine Lüge notwendig und hilfreich erscheint, um die Not zu wenden. Eine Frau verzweifelt zum Beispiel an ihrer Arbeitssituation. Sie ist hin und her gerissen zwischen der Arbeit, die sie gern macht, und dem Chef, der ihr die Arbeit verleidet. Sie weiß nicht, ob sie bleiben oder gehen soll, ob sie kämpfen will oder nicht. Um das herauszubekommen, braucht sie ein wenig Abstand, eine Pause. Sie ist in großer Not, sie steht vor einer Erkrankung oder einem Zusammenbruch. Urlaub hat sie nicht mehr. Als die Therapeutin sie fragt, ob sie sich nicht ein paar Tage krankschreiben lassen könne, um mal durchzuatmen und einem Zusammenbruch vorzubeugen, antwortet sie: „Nein, das geht nicht. Ich kann ja noch arbeiten. Irgendwie. Da müsste ich ja lügen.“ Hier, in dieser gesundheitsgefährdenden Situation, zur Notlüge zu raten, ist nicht nur sinnvoll, sondern unserer Meinung nach ein Akt der Verantwortung.

## **6 Schutzlüge, Schonlüge, Taktlüge**

Auch das Spektrum zwischen Ausreden auf der einen Seite und Lügen aus Schutz- und Schonbedürfnis und Taktgefühl auf der anderen Seite ist weit und lässt viel Raum für qualitative Differenzierungen. Vor allem ist dabei die Richtungs-Leibbewegung „zu mir hin“ bzw. „zu anderen hin“ bedeutsam: Gilt das Lügen meinem Schutz oder dem Schutz anderer? Gebe ich nur vor, andere schonen zu wollen, oder ist das wahrhaftig mein Anliegen? Verhindert mein Taktgefühl, die andere Person zu verletzen oder will ich nur einfach gut dastehen? Oder liegt die Wahrheit darin, dass sie in beide Richtungen wirkt und ihre Quelle in beiden Interessen hat?

Ein Paar trifft sich gelegentlich mit einem anderen Paar, um gemeinsam zu essen und zu reden. Es wird wieder eingeladen, doch beide mögen die Einladung der Freunde diesmal nicht annehmen, weil sie keine Lust haben oder sich gerade gestritten haben und ihren Beziehungskonflikt gefolgt von schlechter Laune nicht hintragen wollen. Sie sagen wegen eines anderen „Termins“ ab (oder wegen einer „Erkältung“ oder ...). Im ersten Fall (keine Lust) ist ihre kleine Lüge, wenn wir sie nicht nur als Ausrede bezeichnen wollen, eine Lüge aus Taktgefühl, eine „white lie“: sie versuchen sich einerseits durchaus aus einer unbequemen Situation „herauszureden“, mögen aber gleichzeitig auch taktvoll sein, und das andere Paar wirklich nicht verletzen, möchten sie davor verschonen, sich abgelehnt und z. B. unlustig oder langweilig zu fühlen ... Im zweiten Fall (Streit) steht wahrscheinlich die Scham im Vordergrund und damit das

Bedürfnis, sich selbst zu schützen und zu schonen, sich nicht vor dem anderen Paar zu offenbaren.

Werden sie nur gelegentlich vorgebracht, haben „Ausrede“-Lügen keine oder kaum Auswirkungen auf Befinden und Beziehungen. Doch können sie ein Hinweis drauf sein, dass eine Beziehung dabei ist zu „bröckeln“, oder dass die Person, die solche Lügen benutzt, unter Selbstverunsicherung leidet. Das könnte und müsste dann Thema im therapeutischen Prozess sein, weil es ein Lebensthema der Klientin/des Klienten berührt. Besonders dann, wenn die Therapeutin oder der Therapeut mehrmals von solchen Lügen betroffen ist (z. B. bei Terminabsagen), ist es therapeutisch notwendig, wahrhaftig der Wirkung solcher Lügen auf andere Menschen stellvertretend Ausdruck zu geben und gleichzeitig anzubieten, dabei zu begleiten, den Quellen dieses Verhaltens auf die Spur zu kommen.

Es gibt schwerwiegende Schutzlügen, die Ausdruck einer Gewaltbeziehung sind. Ein Kind wird z. B. vom Vater bei schlechten Noten geschlagen. Es belügt die Eltern, dass die Klassenarbeit mit der schlechten Note noch nicht zurückgegeben worden sei, in der Hoffnung, dadurch die Bestrafung hinauszuschieben oder durch ein Wunder vermeiden zu können. Eigentlich müssen wir hier eher von einer Notlüge sprechen, die auf einer Schutzbehauptung beruht. Denn diese Zuordnung hat sie verdient. Die Lüge entsteht nicht aus einem Schutzbedürfnis heraus, sondern aus einer Schutznotwendigkeit. Das Tragische an ihr ist, dass sie das Kind nicht wirklich schützt, sondern das Leben zwischen Notenrückgabe(n) und Prügel(n) zur einsamen Hölle macht.

## **7 Trostlüge**

„Trost“ und „Lüge“ in einem Wort oder Atemzug zusammenzubringen, erscheint uns im ersten Moment fast ungehörig. Und doch müssen wir der Tatsache ins Auge blicken, dass es sie gibt, die Trostlüge. Und dass es für Therapeut/innen und alle Menschen, die mit anderen Menschen arbeiten, die leiden und Schmerzen haben und sich im Veränderungs-, Loslass- und Trauerprozess befinden, wichtig ist, sich mit ihr auseinanderzusetzen.

Einem unheilbar an Krebs erkrankten Mann, der aufgrund der Metastasen-Bildung nicht mehr laufen konnte und nur noch wenige Wochen zu leben hatte, sagte ein Arzt: „Das wird schon wieder, Sie werden bald wieder spazieren gehen. Sie müssen nur brav ihre Physiotherapie machen, die ich Ihnen verschrieben habe.“ Vielleicht war es Feigheit, vielleicht wollte sich der

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Arzt vor dem Schmerz und der Trauer seines Patienten und seiner Angehörigen schützen. Vielleicht meinte er, seinen Patienten damit zu trösten, hoffte, seine Aussage sei wirklich tröstlich, während die Wahrheit „untröstlich“ sei. Das versuchen auch viele Angehörige von erkrankten Menschen.

Hier bewirkte der Versuch, durch Unwahrheiten zu trösten, wie so oft, das Gegenteil. In diesem Beispiel des an einem Tumor erkrankten Mannes war dies offensichtlich. Er wurde um seine Möglichkeiten betrogen, seine ihm verbleibende Lebenszeit für all das zu nutzen, was in seinem Sinne zu einem guten Abschiedsprozess gehört hätte. Stattdessen befand er sich in einer Spirale von Einsamkeit und Kampf, um nicht zu versagen. Er machte das Überleben zu einer Frage seiner Leistung. Er versuchte krampfhaft immer wieder zu laufen. Das gelang ihm nicht und konnte ihm nicht gelingen, doch er glaubte dem „Versprechen“ des Arztes und gab sich selbst die Schuld dafür, dass er scheiterte. Wenn er Freunden gegenüber „in schwachen Momenten“, wie er es selbst nannte, andeutete, dass er Angst vorm Sterben hatte, trösteten seine Angehörigen sich und ihn mit der Lüge der Heilbarkeit darüber hinweg. Das Resultat war eine familiäre Atmosphäre der Verzweiflung und Untröstlichkeit.

Lüge statt Trost, oder milder ausgedrückt: Unwahrheit statt Trost, wie es diesem Beispiel und vielen anderen Situationen und Menschen, die verzweifelt trösten, angemessener ist, ist verständlich und zutiefst menschlich. Das extreme Gegenteil, das „Heraushauen“ der gnadenlosen Wahrheit ist oft eben das, was das Wort sagt: ein Schlag ins Gesicht und ins Herz von Menschen, die sich davon nur noch erholen, wenn sie Menschen finden, die die Wahrheit ertragen und mittragen und zum Trösten in der Lage sind.

Trost ist ein großes Thema in der Therapie. Sowohl andere zu trösten als auch zuzulassen, getröstet zu werden. Viele Klient/innen (und ihre Therapeut/innen) haben zu wenig oder keinen Trost erfahren oder soviel Abwertung, dass sie sich nicht für Wert halten, getröstet zu werden, geschweige denn zu trösten: „Wer bin ich, dass ich es Wert wäre, getröstet zu werden?“, „Wer bin ich, dass ich es wert wäre, zu trösten?“ In der Therapie geht es zum einen um das Trösten an sich, meist aber auch und gerade um das „Wie“. Dabei eröffnen sich in Spürenden Begegnungen immer andere Möglichkeiten zu trösten, als durch Unwahrheiten.

## 8 Glaubenslüge

Wurde Abraham 175 Jahre alt? Konnte Jesus über Wasser laufen? Wurde die Welt an sechs Tagen geschaffen? Gemessen an den naturwissenschaftlichen Erkenntnissen sind solche Behauptungen Unwahrheiten, und wer sie verbreitet, lügt. Wie passt Glauben und Lügen zusammen? Zunächst einmal betreten wir hier das Feld des Glaubens und das ist kein Feld objektiver Wahrheiten, sondern subjektiver Gläubigkeit. Der wahrhaftige und ernst gemeinte Glaubens-Satz: „Ich glaube an ...“ gehört zum intimen Kern eines Menschen, der seine Identität betrifft, der „meinhaftig“ ist und im besten Fall der Wertekanon ist, der sein menschenfreundliches Handeln bestimmt. Dieser Glauben ist nicht an dem Kriterium „Lüge“ zu messen.

Anders ist das, wenn Glauben zur Ideologie wird. Diejenigen lügen, die unter dem Aspekt „Glauben“ Aussagen der Naturwissenschaft diskriminieren. Letzteres wird z. B. sehr deutlich, wenn in den USA versucht wird, wider besseres Wissen die biblische Schöpfungsgeschichte zur „wahren“ Entwicklungsgeschichte der Menschheit zu erklären. Und sie zum Maßstab der Lehre zu machen. Diese Menschen lügen und betrügen ihre Lebenswelt, auf die sie aktuell Einfluss nehmen können, auf die sie Macht ausüben können, einschließlich der nachfolgenden Generationen. Und das mit dem Argument, andere, die naturwissenschaftlich argumentierten, lügen. Diese Argumentationen haben mit dem Ringen um Wahrheit genauso wenig zu tun wie mit Glaubensfragen, sondern sind Mittel politischer und gesellschaftlicher Auseinandersetzungen.

„Als ich meine Band *Bad Religion* gründete, waren die USA in einer ganz ähnlichen Situation wie heute“, schreibt Greg Graffin, protokolliert von Jan Stremmel in der Süddeutschen Zeitung vom 4./5.2 2017, S. 49. „Es war 1980, Ronald Reagan kandidierte gerade bei der Wahl zum Präsidenten. Hinter sich versammelte er die denkbar schlimmsten Spinner aus dem ultrarechten Lager, bis hin zu den komplett verrückten evangelikalischen Fernsehpredigern. Die verdienten damals Millionen damit, ihren Glauben als den einzig wahren zu verkaufen und nebenbei gutgläubigen Rentnern ihre Altersversorgung abzuschwatzen. (...) Heute bin ich Professor für Evolutionsbiologie an der Cornell University. (...)“

Die einzige wirkliche Erkenntnis ist die Selbsterkenntnis. Das ist seit jeher der Weg der Wissenschaft: Die Welt um uns herum beobachten. Hypothesen aufstellen und sie überprüfen. Was existiert wirklich, ist also ein Fakt? Und was ist nur Produkt unserer Einbildung? Ich finde übrigens nicht, dass Religion keine Existenzberechtigung hat. Sie ist ein wichtiger Mechanismus

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

für die soziale Ordnung, für die Bewahrung von Traditionen, sie gibt spirituellen Rückhalt, den manche Menschen brauchen. Aber um Fragen über die echte Welt zu beantworten, taugt Religion nichts. (...) Auch wenn jede einzelne Erkenntnis, die die Wissenschaft bisher über die Natur gewonnen hat, die Existenz von Gott unwahrscheinlicher macht – beweist mir das Gegenteil.“

Die Teilung zwischen Staat und Religion ist ebenso eine Errungenschaft der Menschenrechte wie das Recht auf Religionsfreiheit. Es darf ebenso wenig einen „Gottesstaat“ geben wie eine „religiöse Wissenschaft“, in der Glaubensbücher bestimmen, was wahr ist und was nicht. Und vor allem müssen Glaubenslügen als solche erkannt und benannt werden, die in menschenverachtender Weise das Verhalten und Handeln derjenigen Gruppen, Sekten, Religionsgemeinschaften u. Ä. bestimmen, die „den“ Glauben dazu missbrauchen, andere in ihrer Identität zu verletzen oder zu zerstören, sie herabzusetzen, zu diskriminieren, zu entwürdigen, zu quälen und zu töten. Daran ist nicht „der Glaube“ Schuld. Ihr Glaube belügt.

Im therapeutischen Setting begegnen uns Glaubenslügen in vielfältiger Art. So wie Trump seine Lügensätze bevorzugt beginnt mit: „Believe me ...“, so werden Menschen, bevorzugt Kinder, mit Sätzen belogen, missbraucht und gequält wie: „Glaub mir, ich weiß, dass *du* das willst.“ „Glaub mir, ich will nur *dein* Bestes“. Wir Therapeut/innen, die wir uns dazu verpflichtet haben (sollten), den Eigenwillen unserer Klient/innen zu stärken und das Beste für sie zu wollen, sind deshalb immer wieder verpflichtet, unsere Sätze, die mit: „Ich glaube, ...“ beginnen, auf ihren Wahrheitsgehalt hin zu überprüfen. Denn manchmal hilft ein solcher Satz, unsere Klient/innen, die in einer Phase der Resignation feststecken, in die Zuversicht an eine bessere leibliche Zukunft zu begleiten: „Ich glaube, dass du es schaffen wirst, ...“

Und selbstverständlich ist Bestandteil eines therapeutischen Prozesses die Auseinandersetzung mit den schmerzlichen, tröstenden und heilenden Aspekten des Glaubens. Selten, so ist zumindest unsere Erfahrung, erscheinen Glaubensfragen uns als explizites Thema, öfter bzw. häufig allerdings „zwischen drin“ bei als existenziell empfundenen Lebensthemen. Damit wir Therapeut/innen so gut wie möglich wahrhaftige, der Subjektivität des Glaubens zugewandte und „offene“ Gegenüber unserer Klient/innen sein können, ist es sicher eine hilfreiche Spur, dass wir uns selbst mit der Frage auseinandersetzen, woran wir glauben.

## 9 Kindliches Fantasieren

Ein Kind erzählt, dass auf der Geburtstagsfeier der Freundin ein Zauberer war und 1000 Luftballons und ganz viele Gäste und dass es auf einem Pferd reiten durfte und ... Im Überschwang der Begeisterung (oder der Ängstlichkeit) übertreiben Kinder oder schmücken das, was sie erlebt haben, aus. Insbesondere im Vorschul- und Grundschulalter verfügen Kinder über große Fähigkeiten zu fantasieren. Das ist großartig, denn so erschließen sie sich die Welt, „malen“ sich das aus, was sie noch nicht wissen, tragen ihre Befindlichkeiten in die Welt und umgekehrt. Wenn dann Eltern, Erzieher/innen oder Lehrer/innen auf solche Fantasien damit reagieren, dass sie mahnen oder schimpfen: „Du sollst doch nicht lügen“, dann fühlen Kinder zu recht ihr Fantasieren abgewertet und verboten. Ihnen geht die Orientierung verloren, die Bewertungssicherheit, was „Lüge“ ist und was nicht. Was sie spüren, ist Scham, ohne sich genau erklären zu können, warum sie sich „automatisch“ schämen oder vielleicht sogar schämen sollten („Schäm dich!“). Manche Kinder reagieren auf diese Beschämung mit Erröten, für manche Erwachsene ein „sicheres“ Zeichen, dass sie lügen. Andere nicht. Wenn sich die Abwertung der Erwachsenen und die leibliche Erfahrung der Kinder wiederholt, sozusagen chronisch wird und in den Kindern einhaust, dann werden sie grundsätzlich in ihrer Innenwelt und in ihren Begegnungen verunsichert. Das Schamgefühl als Wächterin des intimen Raums verliert im Raum der Begegnungen seine schützende Bedeutung und wird stattdessen zum Grundgefühl, das in vielleicht unauffälliger, aber bedeutsamer Art und Weise Begegnungen und Beziehungen beeinflusst. Bei vielen Kindern erstirbt dann das Fantasieren und die Fantasie, und die Fähigkeit dazu muss, wenn das überhaupt möglich ist, später mühsam von Geröll befreit und wiederbelebt werden.

Kinder brauchen die Freiheit, dass sich Fantasie und Realität verwischen, Kinder brauchen die Erlaubnis, zu „spinnen“. Nur dann kann sich Kreativität entwickeln. Wurde Kindern das ausgetrieben, kann Leibtherapie und insbesondere Kreative Therapie dabei behilflich sein, diese Fähigkeiten wieder zu entdecken, und dabei zu begleiten, das kindliche Fantasieren durch die Abgrenzung zu dem, was Lügen bedeutet, von dem Vorwurf, ein Lügner oder eine Lügnerin (gewesen) zu sein, befreien.

## 10 Die große Lüge

Als „große Lüge“ bezeichnen wir Lügen, die das Befinden einer Person bzw. einer Gruppe (Familie, Firma, Verein ...) überstrahlen und beeinflussen. Große Lügen können sich hinter Aussagen verbergen wie: „Wir sagen immer die Wahrheit.“ Oder: „Ich liebe dich.“ Die große Lüge kann in einer Familie sexuelle Gewalthandlungen verbergen oder den Suizid eines Familienangehörigen tabuisieren. Auch die Beschönigung oder Leugnung des Alkoholismus oder einer anderen Sucht eines Familienmitglieds ist eine große Lüge.

Große Lügen ziehen oft erzwungene Lügen nach sich. Vor allem die Kinder in einer Familie, in der die große Lüge die Atmosphäre vernebelt oder verdunkelt, werden unter das Joch des Lügenerhalts gezwungen: „Du darfst niemandem erzählen, dass Mama in der Psychiatrie ist“, „dass dein großer Bruder Papa verhauen hat“, „dass Opa sich zu Tode gesoffen hat“, „... sonst bringst du Schande über die Familie.“ Das Ungeheuerliche, das Perfide ist die Koppelung der großen Lüge an das bezwungene „Du“, das den Menschen, bevorzugt das Kind, in einem Lügengefüge aus verlogener Verantwortlichkeit gefangen hält.

Die Folgen einer großen Lüge für die davon betroffenen Menschen sind zumeist existenzielle Selbstzweifel und Selbstverunsicherung. Sie wissen nicht mehr, woran sie sind. Oft spüren sie, dass etwas nicht stimmt – und hören ständig etwas anderes. Vor allem Kinder beziehen solche Erfahrungen auf sich selbst. Nicht die Atmosphäre der großen Lüge wird für all die Unstimmigkeiten und Verunsicherungen verantwortlich gemacht, sondern sie machen sich selbst dafür verantwortlich.

Die wichtigste Hilfe für Menschen, die an den Folgen der großen Lüge leiden und unsere therapeutische Unterstützung suchen und brauchen, besteht darin, dass wir gemeinsam der großen Lüge auf die Spur kommen und sie als solche identifizieren und bezeichnen. Und das nicht nur einmal, sondern wiederholt. Die Folgen bedürfen v.a. einer oft langwierigen Unterstützung, in der der Aufbau von Selbstbewusstsein und Meinhaftigkeit begleitet ist von Trauerarbeit und Selbstvergewisserung vieler eigener Impulse und Gefühle sowie der Hilfe auf dem Weg, durch das entstandene Misstrauen zu Möglichkeiten zu finden, anderen Menschen Vertrauen zu schenken.

## **11 Wahrheitsfanatismus**

Die Kehrseite der großen Lüge ist der Wahrheitsfanatismus. Darunter verstehen wir eine Haltung, dass nie gelogen werden darf, das Gebot, dass immer die Wahrheit gesagt werden muss. Meist führt eine solche Haltung zu extensiven Strafen, v. a. natürlich gegenüber den Kindern, wenn sie z. B. dabei ertappt oder verdächtigt werden, die Unwahrheit gesagt zu haben. Die Quelle solcher Haltung liegt oft darin, dass diejenigen, die so unabdingbar auf Wahrheit bestehen, selbst wahrheitsfanatisch erzogen wurden (oft mit Prügel) oder in Atmosphären der großen Lüge aufgewachsen sind, und nun ein, wenn auch verständliches, so dennoch gnadenloses Gegenprogramm fahren. Die Auswirkungen auf die familiäre Atmosphäre und die Identität der Kinder ähneln denen der großen Lüge. Kinder, die lernen, dass „jede Lüge herauskommt“ oder die Botschaft verinnerlichen: „Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht, wenn er auch die Wahrheit spricht“, merken bald, dass dies nicht immer ihren Erfahrungen entspricht. Und sie merken, dass auch die Wahrheitsfanatiker unter den Erwachsenen Gelegenheiten finden, offensichtlich die Unwahrheit zu sagen. Also verlieren sie den Glauben an den Absolutheitsanspruch der Wahrheit und leben in verwirrenden Doppelwirklichkeiten ähnlich denen, die unter der großen Lüge leiden. Beiden Haltungen, der großen Lüge und dem Wahrheitsfanatismus, wohnt eine Strenge und Freudlosigkeit inne, eine Unerbittlichkeit, die oft bitter ist.

Zynischerweise verträgt sich unserer Erfahrung nach der Wahrheitsfanatismus oft gut mit der großen Lüge: Innerhalb des „großen“ Lügengebildes, das sich den Kindern als Wahrheit darstellt und von ihnen entweder verschwiegen oder als wahr vertreten werden muss, wird von den machthabenden Erwachsenen rigoros darauf geachtet, dass die „kleinen“ Lügen der Kinder eliminiert werden. In diesem Zusammenhang dient der Wahrheitsfanatismus dem Interesse der Erwachsenen, die große Lüge nicht sicht- und spürbar werden zu lassen, sie aufrecht zu erhalten – zur Verstörung und Entwürdigung der Identität der Kinder.

## **12 Abwertungslüge**

Wenn ein Mensch Fehler macht, kann und muss er akzeptieren, dass er auf diese Fehler hingewiesen wird. Das wird ihm oft peinlich sein oder ihm nicht gefallen, aber das können wir Menschen verkraften, wenn wir nicht an starken vorherigen Schädigungen leiden. Wenn die

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Vorwürfe fehlerhaft sind, können wir uns wehren. Wenn sie zutreffen, können wir unser Verhalten ändern.

Doch ein anderer Prozess entwickelt sich, wenn der Mensch selbst, wenn die Person als fehlerhaft oder minderwertig abgewertet wird. Das geschieht, wenn Kritik mit den Wörtern „immer“ oder „nie“ versehen wird: „Nie bekommst du etwas auf die Reihe“, „Immer bist du zu blöd, um ...“ Solche Äußerungen und Haltungen gegenüber einem Menschen sind auch eine Unwahrheit. Denn ein Mensch besteht nie nur aus Fehlern oder Unzulänglichkeiten. Jede abwertende Verallgemeinerung beinhaltet Lügen, ist eine Abwertungslüge.

Das gilt sowohl für individuelle als auch für pauschale Abwertungen. Letztere entwerten Menschen, weil sie einer Religion, „Rasse“, Nationalität, sozialen Schicht, einem Geschlecht angehören oder eine sexuelle Präferenz leben. Jede solche pauschale Abwertung aufgrund vorgeblicher personaler Eigenschaften. Sie ist eine Abwertungslüge. Der Friedensnobelpreisträger Elie Wiesel sagte dazu: „Keine Rasse ist den anderen überlegen. Kein religiöser Glaube ist minderwertig. Alle Kollektivurteile sind FALSCH. Nur Rassisten treffen sie.“ Allen Kollektivurteilen wohnt die Lüge inne.

Den Abwertungslügen und ihren Folgen begegnen wir in der Therapie häufig. Menschen leiden unter ihnen und unter denen ihnen naheliegenden Erfahrungen, gemobbt oder diffamiert zu werden. Unsere Haltung muss dabei eindeutig sein: Wir lehnen jede Abwertungslüge ab. Dies ist der Boden dafür, dass wir den Menschen helfen können, die Folgen der Abwertungslügen zu bewältigen. Denn diese Folgen sind oft massiv. Sie umfassen vor allem eine anhaltende Selbstverunsicherung, manchmal auch eine hilflose Aggressivität gegen andere und gegen sich selbst. Das eigene Ich zu entwickeln, die Meinhaftigkeit wiederzubeleben und zu stärken, gelingt nur, wenn gleichzeitig die oft eingehausten Abwertungslügen immer wieder gemeinsam kritisch betrachtet und zurückgewiesen werden und sich der „innere Ort der Bewertung“ neu entwickeln darf. Das ist oft ein längerer Prozess, ein Weg mit vielen Umwegen und Sackgassen, auf denen jeder Mensch, der unter Abwertungslügen, die sich in seine Identität eingegraben haben, leidet, wertschätzende und wahrhaftig spiegelnde therapeutische Begleitung und Gegenüber braucht und verdient hat.

### 13 Machtlügen

Lügen werden genutzt, um Macht zu erwerben oder zu erhalten.

Wenn verbreitet wird, dass Hilary Clinton einen Kinderpornoring unterstütze oder dass der Flüchtling, mit dem Angela Merkel sich fotografieren ließ, ein Terrorist sei, dann gelten solche Lügen, die eigentlich schnell widerlegt werden können, diesem Zweck. Das Internet wirkt dabei als Brandbeschleuniger, um sie zu verbreiten und so oft zu wiederholen, bis sie sich bei einigen festsetzen.

Kai Strittmatter hat in einem Beitrag, in dem er sich mit den Lügen autoritärer Personen und Regimes (Trump, China, Putin), auseinandersetzt, darauf hingewiesen, dass solche Lügen, die wir Machtlügen nennen, nicht primär dazu dienen, Unwahrheiten zu verbreiten oder zu täuschen. Ihre Funktion ist vielmehr eine Machtdemonstration und der Machterhalt:

„Kurz nach Trumps Amtsantritt entspann sich in den amerikanischen Medien eine Debatte, ob man eine Lüge auch dann eine Lüge nennen solle, wenn sie aus dem Mund des Präsidenten kommt. Die *New York Times* tat es dann als erste Zeitung, und unter Berufung auf die Wörterbücher sagten viele: Wenn, ‚die Absicht zur Täuschung‘ dahintersteckt, dann, ja, ist das eine Lüge. Bloß: das trifft es nicht im Falle autoritärer Persönlichkeiten und Systeme. Hier ist die erste Absicht nicht Täuschung, sondern Einschüchterung. Der Autokrat will gar nicht überzeugen – er will unterwerfen.“ (Kai Strittmatter: Hirsch und Pferd, in: Süddeutsche Zeitung v. 2.2.2017, S. 9)

Solche Machtlügen gibt es auch im persönlichen, v. a. familiären Bereich. Mit ihnen werden wir vor allem in den therapeutischen Prozessen unserer Klient/innen konfrontiert. Da braucht es Wagemut von beiden Seiten, die Aussage z. B. des Vaters, der sein Kind mit Gewalttätigkeit bedroht und behauptet, dass sei „zu seinem/ihrer Besten, um es für die schlechte Welt zu stählen“, als Machtlüge zu identifizieren. Wie in der Auseinandersetzung mit dem Präsidenten und der Frage, ob man seine Lügen Lügen nennen darf (und zu eigentlich unbrauchbaren Ergebnissen wie „Täuschung“ kommt), wird auch die betroffene Klientin oder der betroffene Klient aus unserem Beispiel sich zunächst schwer damit tun, seinen/ihren Vater als Machtlügner zu identifizieren. Zu „leicht“ ist es eben auch diesen Menschen gelungen, dies zu verhindern. Die Machtlüge diene dem Machterhalt des Vaters im Kreise seiner Familie, deren Mitglieder nicht dagegen aufzumucken wagen konnten, und v. a. der Unterwerfung des Kindes. Was wird nicht alles gelogen, um Familien zusammenzuhalten und Machtverhältnisse in Familien zu

zementieren und einzelne Mitglieder zu unterwerfen, zu unterdrücken und zu entwürdigen. Menschen, die in ihrer unmittelbaren Lebensumwelt den Machtlügen, der Machtgier und den Unterwerfungsgelüsten von Stärkeren ausgesetzt sind, verlieren oft den Kompass der eigenen Würde und der Orientierung in den sozialen Beziehungen. Er wird ihnen genommen von Menschen, denen es ebenso wie lügenden Autokraten wichtig ist, einzuschüchtern, „Verwirrung zu säen, die Bezugsrahmen von Rationalität und Realität zu zerstören, dem Volk den Kompass zu nehmen.“ (a. a. O.) Wer (sexueller) Gewalt und den Machtlügen ausgesetzt ist und damit nicht nur um seine Unversehrtheit und sein Vertrauen in sich und die Welt betrogen und bezüglich der Verantwortungs- und Schuldfrage belogen wird, leidet ein Leben lang darunter.

Im Umgang mit Machtlügen ist es dementsprechend auch in der Therapie vor allem wichtig, zu fragen und herauszufinden, wem und wozu die Lügen dienen und gedient haben. Hier geht es nicht nur um Wahrheit, sondern vor allem um deren Zerstörung durch das Machtgefälle. Hier sei noch einmal aus dem o. g. Artikel zitiert: „(...) es ist die Geste der Unterwerfung, die zählt.“ Dies zu identifizieren und sich an die Seite der Belogenen und Betrogenen, der Ausgenutzten und Unterdrückten zu stellen, ist der erste Schritt, dem weitere Hilfen folgen können und sollen. Daraus erwächst die Not-Wendigkeit, unsere Klient/innen auf dem Weg des Aufrichtens aus dem Lügengeflecht zu unterstützen, damit sie sich ihrer Wahrheit stellen und sich ihres Lebens so gut es geht „ermächtigen“ können

## **14 Lüge und Persönlichkeitsstörung**

Den Zusammenhang zwischen Lüge und Persönlichkeitsstörung auch nur annähernd in der hier gebotenen Kürze beschreiben zu wollen, ist eine heikle Angelegenheit. Dennoch wollen wir es wagen, weil es in unserer unmittelbaren beruflichen Erfahrungswelt einen bedeutsamen Raum einnimmt. Wir erlauben uns, nur eine Form der Persönlichkeitsstörung, den Narzissmus, genauer zu beleuchten, weil sie sowohl in der momentanen politisch-gesellschaftlichen als auch individuellen Ausprägung und Auseinandersetzung besondere Relevanz besitzt.

„Wer kann sich dieser Tage der Verlockung entziehen, sich über den neuen US-Präsidenten zu empören, dem Entsetzen über dessen erste Polit(un)taten Ausdruck zu verleihen, über die Abnormität seiner Motive zu spekulieren und seine Persönlichkeit zu pathologisieren?

Tatsächlich tut Donald Trump alles, um weltweite Aufregung zu verursachen und allgemeines Schaudern auszulösen. Er lässt oft jeglichen Anstand vermissen, bricht ein Tabu nach dem

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

anderen und setzt sich über viele Regeln von Politik und Medien hinweg. Ratschläge lässt er sich kaum geben, mahnende Worte scheint er zu ignorieren, auf Proteste reagiert er mit Verachtung und Racheandrohung. Er sonnt sich, so hat man den Eindruck in seiner eigenen Boshaftigkeit. Trump ist Garant für permanentes Aufschaukeln der gesellschaftlichen Angst-Lust-Spannung auf hohem Level.

In solchen Situationen suchen wir nach Erklärungen und hoffen, diese in psychischen Störungen zu finden. Psychiatrische Krankheitsmodelle befriedigen das menschliche Kausalitätsbedürfnis, täuschen jedoch darüber hinweg, dass destruktive Gedanken auch in einem gesunden Hirn entspringen können.“ (Reinhard Haller: Ich, Ich, Ich, in: Süddeutsche Zeitung v. 11./12.2. 2017, S. 49)

Wir wollen uns hier nicht in den allgemeinen psychiatrischen Definitionen und der Entwicklungsgeschichte der Diagnose „Narzissmus“ verfangen. Nach unserem leibphänomenologischen Menschenbild und Verständnis entwickeln sich narzisstische Persönlichkeitsstörungen vor allem aus kindlichen Beziehungserfahrung der Entwürdigung, der Leere und des Ungespiegeltsein heraus. Wenn Kinder keine sozialen, zwischenleiblichen Erfahrungen machen, dass sie spürende Rückmeldungen erhalten, wer sie sind, können sie auch kein Ich-(Körper-)Bild von sich entwickeln, von dem aus sie sich die Welt erklären, sich zu anderen hin orientieren können. Sie „erfinden“ sich die Welt, das „Lügen“ wird Teil ihrer Persönlichkeit. Lügen dient ihrem Halt oder besser gesagt: Lügen sind ihr Halt. Sie geben ihnen die Definitionsmacht darüber, wer sie sind und wie sie die Welt sehen (wollen). An dieser Grundannahme und -haltung gilt es sich in den individuellen Begegnungen zu orientieren, mit dem Wissen darum, dass wir Therapeut/innen mit all den beschriebenen Erscheinungsformen, die der narzisstischen Persönlichkeitsstörung innewohnen, unmittelbar konfrontiert sind – und nicht zuletzt gekränkt und belogen, betrogen und „ausgeraubt“ fühlend aus diesen Begegnungen hervorgehen können. Denn narzisstisch gekränkte und kränkende Menschen sind Verführer/innen: Sie „wissen“ oft sehr genau, haben oft ein gutes Gespür dafür, wie sie andere Menschen, sprich hier: uns Therapeut/innen, für sich und ihre Wahrheit einnehmen können, wie sie die Kontrolle, ihre Definitionsmacht über sich im o. g. Sinne erhalten können. Therapeut/innen, die mit diesen Menschen in Beziehung gehen, brauchen dringend unterstützende Supervision, die ihnen hilft, die Beziehungsmuster auch vom exzentrischen Standpunkt aus zu erfahren. Denn den narzisstisch gekränkten Menschen, die uns in Kliniken und Therapien begegnen und die ihnen nahestehende Personen oft in Not und Verzweiflung

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

stürzen und ihr Umfeld zu zerstören drohen, hilft es nicht, wenn die therapeutischen Begleiter/innen „ihnen auf den Leim gehen“.

Auch auf der gesellschaftlichen und politischen Ebene ist dieses „auf den Leim gehen“ höchst gefährlich, vor allem dann, wenn Narzissmus und Machtlügen zusammenfallen:

„Die beunruhigende psychiatrische Schlussfolgerung muss lauten: Donald Trump wurde nicht trotz, sondern wegen seines narzisstischen Gehabes gewählt. Wenn eine selbstdarstellerische und rücksichtslose Haltung für immer größere Teile der Gesellschaft erstrebenswert wird, dann ist zur Schau gestellter Narzissmus offensichtlich ein überzeugendes Wahlprogramm. Dies hat auch bei anderen narzisstisch agierenden Führern, von Silvio Berlusconi über Recep Tayyip Erdogan bis zum philippinischen Staatschef Rodrigo Duterte reichend, bestens funktioniert. Beunruhigend sind nicht nur die Narzissten an der Macht, sondern noch vielmehr jene, die sie gewählt haben: unsere narzisstisch gewordene Gesellschaft, die dem Duft des Narziss nicht widerstehen kann.“ (a. a. O.)

## **15    Sich selbst belügen**

Lügen ist wie jeder andere leibliche Impuls gerichtet. Das Lügen, das wir bislang betrachtet haben, folgt der Richtung nach außen, zu anderen Menschen hin und entfaltet seine leibliche Wirkung vor allem in diesen anderen Menschen. Die Selbstlüge strebt in die andere Richtung, nach innen, entfaltet seine Wirksamkeit dort und beeinflusst den lügenden Menschen selbst. Wenn Menschen sich selbst belügen, kann das nach unseren Erfahrungen v.a. drei verschiedene Qualitäten haben:

Zunächst einmal hat eine Selbstlüge die Eigenschaft, zu jedem Menschen zu gehören. Jede Person braucht ein stimmiges Narrativ über sich selbst, in die Selbstwahrnehmungen einschließlich Selbstlügen eingewebt sind. Zahlreiche psychologische Tests haben bewiesen, dass viele Menschen sich selbst für kompetenter halten als sie es in der Wirkung auf andere sind, und dass nahezu alle Menschen ihre eigene Geschichte beschönigen: Fehler verringern oder Missgeschicke ganz vergessen, Erfolge und positive Taten erhöhen. Im Gegensatz zu dieser Tendenz, sich zu überschätzen, haben wir es in der Therapie unserer Erfahrung nach viel mehr mit Menschen zu tun, die dazu neigen, sich kläglich zu unterschätzen. Sie leiden aufgrund schmerzhafter, oft beschämender und entwürdigender Erfahrungen eher unter Minderwertigkeitsgefühlen, halten sich eher für dumm und für Versager, haben also eher die Abwertungslügen einverleibt als die Selbstüberbewertung.

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Dieses Erleben kann durchaus einhergehen mit der Notwendigkeit, sich die eigene Geschichte schönzureden: „Ich hatte eine schöne Kindheit.“ Solch ein Selbstbetrug ist vielleicht einmal rettend gewesen, um schlimme und verstörende immer wiederkehrende Situationen und damit einhergehende Selbstverunsicherungen irgendwie mit dem eigenen Selbstbild in Übereinstimmung zu bekommen (z. B.: „Ich bin bestimmt böse gewesen, wenn ich Prügel bezogen habe. Denn sonst waren meine Eltern doch immer gerecht und liebevoll.“) Das ist eine verständliche und war in diesem Sinne eine „hilfreiche“ Bewältigungsstrategie. Die Gefahr dabei ist, dass bei Aufrechterhaltung der geschönten Erinnerungen und Selbsteinschätzungen die Lüge als Selbstlüge das Selbstwertgefühl auf Dauer destabilisieren kann. Und deshalb gehört die behutsame kritische Auseinandersetzung mit diesen Selbstlügen zum therapeutischen Prozess des Aufrichtens.

Ganz unabhängig davon, ob man Selbstlügen, unter denen die Menschen leiden, Selbstlügen oder Beschönigungen nennt: Es gibt keine vollständigen oder gar absoluten Wahrheiten in Selbsteinschätzung und Erinnerungen. Das zu wissen, entlastet und kann auch manchen Streit zwischen Menschen entschärfen, z. B. den von Geschwistern, was denn nun die wahre Erinnerung an das frühere Familienleben gewesen sei.

Eine zweite, häufig anzutreffende Qualität, sich selbst anzulügen, ist die Schutzlüge. Ein Mensch leugnet vor sich selbst, z. B. dass er einen Unfall verursacht hat. Die Wahrheit würde er nicht aushalten, sie würde ihn zerbrechen. Insbesondere bei schuldhaftem Verhalten gibt es solche Selbstlügen. Sie machen für die Menschen zeitweilig Sinn, weil sie sonst ihre Stabilität gänzlich verlieren könnten. Auf Dauer gilt es, in der Therapie solche Selbstlügen im Rahmen einer sicheren therapeutischen Beziehung zu „schmelzen“, damit eine Auseinandersetzung mit der Schuld erfolgen kann und irgendwann wieder so etwas wie (innerer) Frieden einziehen kann. Denn oft zahlen die Menschen einen zu hohen Preis für das dauerhafte Leugnen ihrer Schuld, für das Sich-belügen: Sie verhärten, weil sie eine innere Mauer der Kontrolle aufbauen müssen, damit sich das Schuldgefühl nicht Bahn bricht, mit allen Konsequenzen für die Gesundheit und vor allem für die sozialen Beziehungen.

Die dritte Art, sich selbst anzulügen, existiert häufiger als die zweite. Hier lügen sich Menschen an und „wissen“ gleichzeitig irgendwie, dass sie lügen und sich selbst betrügen. Eine Frau wird von ihrem Mann geschlagen und denkt: „Er meint es nicht so. Er liebt mich doch.“ Eine Frau ist Alkoholikerin und sagt sich: „Ich habe alles im Griff.“ Ein Jugendlicher ist jähzornig und

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

gewalttätig und belügt sich selbst: „Der Typ hat es verdient. Warum glotzt der so.“ Ein Mann scheitert zum wiederholten Mal auf seiner Arbeitsstelle. Er verkündet anderen und vor allem sich selbst: „Das sind die andern Schuld. Die mobben mich, weil sie neidisch sind.“

Solche Selbstlügen werden immer von einer inneren Stimme begleitet, die die Wahrheit kennt. In der Therapie sind wir oft Anwalt dieser inneren Stimme und müssen es sein, wenn wir Menschen helfen wollen. Denn diese Art der Selbstlüge ist eine Falle, die Weiterentwicklung behindert.

An der grundsätzlichen Aussage, dass es dem Aufrichten in Würde dient, wenn Menschen ihren Selbstlügen, ihrem Selbstbetrug, auf die Spur kommen, gibt es unserer Meinung nach keinen Zweifel. In der therapeutischen Unterstützung gibt es dafür allerdings einige ethische Regeln: Es geht nicht um die Wahrheit „an sich“. Die Ent- und Aufdeckung der Selbstlügen darf nicht dem Interesse der Therapeut/innen entspringen (s. Wahrheitsfanatismus, Machterhalt o. Ä.), sondern muss einer der Meilensteine auf Weg aus dem Leiden sein, mit dem die Klient/innen sich uns anvertrauen.

Uns geht es bei aller Wahrhaftigkeit, mit der wir uns in die therapeutische Beziehung und in den Dienst der Therapie stellen, um einen respektvollen und gnädigen Umgang mit manchen Lebenslügen: Wenn z. B. ältere und alte Menschen den Mut haben, sich (noch einmal oder zum ersten Mal) in Therapie zu begeben, weil sie in ihrem Leben noch etwas verändern möchten, dann müssen sie sich oft schmerzlichen Lebenslügen stellen. Ihr tiefes Bedauern gilt dann oft der „verlorenen“ Zeit, ihrem „ungelebten Leben“. Da ist es gut, wenn sich Therapeut/innen jeden Alters mit ihren eigenen Enttäuschungen, Leugnungen und Selbstlügen so gut es geht auseinandergesetzt und sie betrauert haben oder betrauern. Das hilft ihnen bzw. uns Therapeut/innen zum einen sanften UND: anderen unerschrocken mit den Selbstlügen anderer umzugehen UND deutlich zu zeigen, wie sehr wir wertschätzen, dass sie ihnen auf den Grund gehen wollen. Das wird nicht zuletzt den ihnen nahestehenden Menschen, ihren sozialen Beziehungen, zugutekommen.

## **16 Dissoziation und Lüge**

Dissoziation und Lüge – dieses Begriffspaar gehört strikt voneinander getrennt. Der Beweis folgt in an dieser Stelle gebotenen Kürze:

Wenn Menschen eine traumatische Erfahrung oder gar mehrere machen mussten, dann „fallen sie aus der Welt“, dann stehen sie „am Abgrund“, dann verschieben sich die „Koordinaten der

Welt“. Also muss das Folgen dafür haben, wie die Welt wahrgenommen wird und wie die Menschen sich selbst sehen. Eine Folge, eine Reaktion auf traumatisches Erleben, dass einen Menschen existenziell bedroht und in seinen Bewältigungsmöglichkeiten überfordert, ist die Dissoziation.

Unter Dissoziation wird verstanden, wenn eine Erfahrung, ein Erleben „abgespalten“ wird. Das traumatisierende Ereignis oder ein Teil davon wird aus dem Erfahrungsbewusstsein herausgenommen („dis ...“) und an einen anderen Platz gesetzt („... soziation“). Dies ist ein neurologisch zu verstehender Prozess, geschieht unbewusst und ist eine Schutzfunktion: Das, was für die Person unaushaltbar ist, wird ferngehalten, vom Bewusstsein abgespalten, bleibt aber im Leibgedächtnis „lebendig“.

Auch für die Zeit nach der traumatischen Erfahrung sind Dissoziationen oft nützlich, manchmal überlebenswichtig. Auf Dauer können sie zur Last werden und zu Leid führen. Denn sie binden Energie und können in Flashbacks immer wieder aufgebrochen werden. Dissoziationen sind selten „vollständig“, das, was verborgen ist, macht sich bemerkbar, irritiert und ängstigt. Wahrnehmungs-Verstörtheit, die auch andere irritieren kann und den Verdacht aufkommen lassen mag, hier seien Lüge und Selbstlüge im Spiel, ist eine Traumafolge.

Wenn ein Opfer sexueller und anderer traumatisierender Gewalt eine existenzielle Bedrohung erfährt, dann wird dieser Mensch durcheinander gerüttelt. Nicht eine Liste eindeutig klassifizierbarer Symptome ist die Folge, sondern dass der betroffene Mensch verstört ist und verstört wirkt. Dieses Verstörtsein zeigt sich bei jedem unterschiedlich. Gemeinsam ist die starke Irritation der Selbstwahrnehmung und der Wahrnehmung der Welt. Wenn jemand aus seiner Selbstsicherheit gestoßen wurde und nicht mehr weiß, wer er oder sie ist, dann verursacht das eine große Verunsicherung, was denn nun wahr ist und was nicht. Diese Verunsicherung, verbunden mit partiellen Erinnerungslücken, hat nichts mit Lügen zu tun. Sie ist Ausdruck traumatischer Erfahrungen und Teil des Erlebens in der „Zeit danach“. Das ist wichtig zu wissen und den Klient/innen zu erklären.

Wenn „Nein“ nicht gehört wurde oder wessen Vertrauen missbraucht wurde, wird in der Folge misstrauisch. Das ist eine notwendige Folge der Verratserfahrung durch sexuelle und andere Gewalt. Wer dauerhaft misstrauisch ist, erwartet verständlicherweise, dass andere Menschen die Unwahrheit sagen oder sich anders verhalten, als sie behaupten. Vor allem wohlwollendes Verhalten wird skeptisch beäugt. Dieses Misstrauen ist aufgrund der Erfahrung, belogen und

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

verraten worden zu sein, zwangsläufig, ist ein Versuch, sich vor neuen Verratserfahrungen zu schützen und kollidiert gleichzeitig mit der Sehnsucht nach guten, vertrauensvollen Beziehungserfahrungen. Auch das den betroffenen Klient/innen zu erklären, hilft. Auf Dauer behindert das grundlegende Misstrauen allerdings die Beziehungsfähigkeiten der Menschen. Deshalb sollte therapeutische Begleitung dabei helfen, dass die Klient/innen lernen können, wie und woran sie feststellen können, ob Misstrauen gegenüber einem anderen Menschen angesagt ist oder ein Vertrauensvorschuss gerechtfertigt ist.

Menschen, die Opfer (sexueller) Gewalt geworden sind, die nicht nur in der traumatischen Situation oder den traumatischen Situationen, sondern auch in der Zeit danach entwürdigt, belogen, betrogen und verraten worden sind, sind zugleich Opfer der großen Lüge, der Macht- und Abwertungslügen. Auch diese Lügen-Aspekte zu betrachten und zu beachten, sie in den therapeutischen Prozess des Aufrichtens einzubeziehen, ist Aufgabe der Therapeut/innen.

## **17 Lüge, Leib, Beziehung und Raum**

Eine Lüge ist, wie jeder leibliche Impuls, „intentional“, hat Folgen und zielt auf Wirkungen gegenüber anderen und sich selbst. Um die Wirkungen geht es vor allem in der Therapie.

Lügen sind ein Beziehungsverhalten und eine Beziehungserfahrung. Lügen haben immer zwei Aspekte: den Menschen, der lügt, und den, der belogen wird. Die Person, die lügt, kann Täter/in sein, wenn das Lügen Leid verursacht, oder Opfer und Täter/in gleichzeitig, weil sie selbst Leidverursachende Lügen erfahren hat. Diejenigen, die belogen werden, sind in der Regel Opfer, weil sie darunter leiden. Sie können auch Täter/innen sein, vor denen die (aus der Not heraus) Lügenden sich schützen wollen.

Lügen sind Teil von Beziehungen und sie beeinflussen Beziehungen. Werden sie chronisch, dann vergiften sie die Beziehungen der Menschen. Sie prägen dann auch den Raum der Zwischenleiblichkeit. Je nach Qualität der Lügen oder des Lügens, wie wir sie beschrieben haben, erfolgt diese Beeinflussung kaum merklich oder intensiv.

Wenn Menschen belogen werden, fühlen sie sich oft betrogen. Jeder Betrug ist mit Lügen verbunden. Auch der Selbstbetrug. Betrogen zu werden, besonders dann, wenn es mit dem Gefühl des Verraten-worden-Seins einhergeht, verletzt und hinterlässt oft nachhaltige Wunden. Das Gefühl, verraten worden zu sein, ist wiederum häufig mit der Tatsache des Lügens von Seiten des Gegenübers verbunden, muss aber nicht sein, wie die folgenden zwei plakativen Beispiele zeigen. Ein Ehemann, der seine Frau verlässt, nachdem er lange heimlich eine

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

Geliebte hatte, hat sie belogen, betrogen und verraten – und sie fühlt sich verraten. Ein anderer Mann, der die Initiative zur Trennung von seiner Frau ergreift, weil die Liebe erkaltet ist, worüber er sich nicht hinwegtäuschen will, betrügt und belügt seine Frau nicht über den Grund seiner Konsequenz – und dennoch fühlt sie sich verraten. Beide Frauen fühlen sich verraten, und die unterschiedlichen Anlässe und Quellen ihres Gefühls in dieser Situation der schmerzlichen Trennung, ihres Verlustes, sind für beide wahrscheinlich eher irrelevant. Aber auf die Integrität des Mannes, auf die Zeit der gelebten Zweisamkeit und damit auf die Beziehung wirft es ein jeweils anderes Licht. Da mag es für beide Frauen, vor allem in der Trauerphase und danach, jeweils durchaus bedeutsam sein, in wieweit das gemeinsame Leben mit ihrem Mann entweder durch Wahrhaftigkeit oder aber Lug und Trug geprägt war.

Leiblichkeit strahlt aus. In die Zwischenleiblichkeit der Beziehung und in den leiblichen Umraum. Wenn eine große Lüge, wenn traumatisches Erleben wie sexuelle Gewalt nachhaltig z. B. eine Familie bestimmt oder wenn chronisches Lügen z. B. von untreuen Partner/innen eine Ehe kennzeichnet, dann können Räume der Verlogenheit entstehen. Menschen leben dann in Atmosphären der Verlogenheit, in denen die Unmöglichkeit, zwischen Lüge und Wahrheit zu unterscheiden, eingehaust wird.

Wenn Menschen darunter leiden, bedarf es im therapeutischen Prozess eines Enthausens, bei dem die betroffenen Menschen darin bestärkt werden, dem eigenen Gespür für Wahrhaftigkeit zu vertrauen und sich neu einzuhausen in einer Atmosphäre der Wahrhaftigkeit.

Auch in der therapeutischen Begegnung und Beziehung begegnen uns Lügen und Halbwahrheiten häufig und ist die Suche nach der Spur der Wahrhaftigkeit eine herausfordernde. Da sind wir Therapeut/innen direkt betroffen, wenn von Klient/innen Gedanken und Gefühle verschwiegen oder ausgespart werden, da laufen wir Gefahr, in Atmosphären der Unwahrhaftigkeit eingesponnen zu werden, da werden wir zu denjenigen „gemacht“, die Schuld daran sind, dass sie „notlügen“ müssen, da belügen sich Menschen so konsequent selbst, dass sie uns belügen ... Besonders bei Klient/innen mit Persönlichkeitsstörungen sind chronische Lügen Bestandteil der Erkrankung. Dabei, wenn wir Unwahrheiten bzw. Lügen im therapeutischen Prozess begegnen, ist uns immer die Frage hilfreich, wofür der betreffende Mensch die Lüge benötigt, welchen Sinn sie hat. Aber auch und vor allem das Wissen darüber, dass sich in der Beziehung Therapeut/in – Klient/in die Erfahrungen des Lügens oder des Belogen-Werdens und damit die Beziehungsqualität des Klienten/der Klientin mit anderen Menschen widerspiegeln, ist hilfreich und gibt wichtige

Hinweise für die therapeutische Arbeit. So oder so ist die Frage nach verborgenen Wahrheiten angebracht und die Suche danach immer wieder auch notwendig zu unserem eigenen persönlich-professionellen Schutz. Dieser „Schritt beiseite“ erweist sich als gute Spur, um sowohl den Klient/innen als auch uns Therapeut/innen aus der manchmal schmerzlichen Verstrickung in Gefühle des Belogen-worden-Seins, aus dem zwischenleiblichen Raum der Verlogenheit, einen würdigenden und würdigen Weg zu weisen.

## **18 Wahrheit – Lüge?: Würdigen, was ist!**

Beenden wir unseren Beitrag, in dem wir noch einmal einen Scheinwerfer auf den Zusammenhang zwischen den gesellschaftlichen/politischen und den leibphänomenologischen und v. a. leibtherapeutischen Aspekten des Lügens und der Lüge werfen. Mit dieser Absicht, Parallelen zu ziehen, zitieren wir einige Abschnitte aus dem Artikel von Sebastian Herrmann (auf der Meinungsseite (S.4) der Süddeutschen Zeitung v. 25./26.2.17): „Fake News, Gefühlte Wahrheiten“:

„Lügen müssen natürlich als Lügen benannt werden.“ (a.a.O.) Das ist, wie differenzierter beschrieben, unser Reden für die Therapie von Menschen, die unter Lügen, v. a. unter der großen Lüge, den Macht- und Abwertungslügen, leiden und im Raum der Verlogenheit aufgewachsen sind oder leben (müssen) und die einen Weg aus ihm heraus suchen. Der Faden der Wahrhaftigkeit dient uns dabei der Orientierung, ist nicht Selbstzweck „an sich“.

„Die Berichterstattung über Lügen und Gerüchte sollten (...) die strategischen Interessen hinter diesen Behauptungen beleuchten. Sie sollte Motive der Trolle erklären und, wo möglich, tatsächliche Zusammenhänge beschreiben. Das ist schwer, sehr schwer, weil auch hier gilt: Eine simple Behauptung ist für das Gehirn attraktiver und fühlt sich eher wahr an als deren komplexe Korrektur.“ (a. a. O.)

In der Therapie besteht die gleiche Notwendigkeit – wie betonten es immer wieder -, die Motive und Interessen, v. a. der Machtlügner/innen und Verbreiter/innen der großen Lüge, im Interesse der Klient/innen herauszufinden und aufzudecken. Allerdings ist die Veränderung des Erlebens im Nahbereich noch viel schwerer oder besser gesagt anders schwer, als es S. Herrmann in seinem Zusammenhang beschreibt: Im therapeutischen Prozess ist es nicht die „simple“ Behauptung, die größere Attraktivität besitzt und Veränderungen behindert, sondern die leiblich

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

verankerte Lüge, der breite „Trampelpfad im Gehirn“, das Eingehaust-Sein in Erfahrungen des Belogen-Seins.

„Lügner verfügen über die effektiveren Waffen. Sie können Behauptungen in den Raum schleudern, ihre Gegner vor sich hertreiben und Anker in den Köpfen ihrer Zuhörer auswerfen.“ (a. a. O.) Lügner, v. a. die Machtlügner und großen Lügner, verfügen in ihrem Nahbereich, v. a. in der Familie, über die effektiveren Waffen, über die Macht, andere zu unterwerfen und sie in ihrer Leiblichkeit zu verstören oder zu zerstören.

Einen neuen Weg jenseits des Trampelpfades, der mit Lügen „gepflastert“ ist, durch neue Beziehungserfahrungen anzulegen, braucht von beiden Seiten, von Seiten der Klient/innen und der Therapeut/innen, die Bereitschaft zu Geduld und Mut.

Wir dürfen in der therapeutischen Begegnung nicht den „fatalen Fehler“ machen, „die Räuberpistole“ (a.a.O.), die erlogene Geschichte, zu wiederholen, was in unserer therapeutischen Betrachtung gleichzusetzen wäre damit, eine Lüge „stehen“ zu lassen, sie nicht als solche zu benennen, wenn wir ihr eigentlich mit den Klient/innen auf der Spur sind – und damit die Klient/innen in ihrem Leid und ihrer Verstörtheit allein zu lassen.

„Nur ist die Arbeit damit nicht erledigt. Selbst diskreditierte Informationen wirken auf das Denken. (...) Die Korrektur von Fehlinformationen hinterlässt immer eine Lücke im Geist. Diese muss mit neuen Informationen überschrieben werden, andernfalls bleibt die Lüge haften. (...) Ohne neues Narrativ bleibt auch die Korrektur von Fake News wirkungslos (...)“ (a. a. O.) Um es mit unseren Worten auszudrücken: Da Lügen als gewichtiger Teil der Beziehungserfahrung den Menschen in seiner Leiblichkeit verletzt haben, kann er sich auch nur über neue, andere, wahrhaftige Beziehungserfahrungen auf einen heilsamen Weg begeben. Die Chance der therapeutischen Beziehung liegt darin, ein wahrhaftiges, notwendendes „neues Narrativ“ über die eigene Geschichte und Identitätsentwicklung zu entwickeln und zu verinnerlichen, das das Selbstkonzept und die sozialen Beziehungen, das Erleben von sich in der Welt, verändert. Wie das gehen kann? Vergleichsweise in etwa so, wie es S. Herrmann beschreibt: „Etwas Hoffnung immerhin spenden die Reaktionen, als Trump kürzlich von einem schrecklichen Vorfall in Schweden orakelte, der nie stattgefunden hatte. Die Schweden wiesen die Lüge nicht nur zurück, sondern fluteten das Internet mit Geschichten darüber, was an besagtem Tag tatsächlich passiert war: Die Polizei habe in Stockholm einen alkoholisierten Autofahrer verfolgt; (...) usw. Sie wiederholten die Lüge so selten wie möglich und boten stattdessen eigene Geschichten an. (...) So sollte es funktionieren: Statt nur den Lügen der Populisten hinterher zu

[www.baer-frick-baer.de](http://www.baer-frick-baer.de)

putzen und ihre Behauptungen zu überprüfen, müssen diesen Kräften eine eigene Vision, ein eigenes Versprechen und eine eigene inspirierende Idee entgegengesetzt werden. Lügen sind nicht aus der Welt zu schaffen. Es geht daher darum, den Lügner das Publikum auszuspannen.“ (a. a. O.)

Würdigen wir in jedem einzelnen Menschen, der sich uns in der therapeutischen Begegnung und Beziehung anvertraut, seine Erfahrungen, seine Leiblichkeit. Würdigen wir, was ist und in der Beziehung zutage tritt. Nähren wir die Person mit neuen, wahrhaftigen Beziehungserfahrungen. Entziehen wir damit gemeinsam den Lügner, Betrüger und Verrätern auf Dauer und so gut es geht die Macht, die sich im Leiden der Klient/innen äußert. Schenken wir unseren Klient/innen (und uns) die Zuversicht, dass ein besseres, wahrhaftigeres, stimmigeres Leben möglich ist.