

Psychosynthese Psychotherapie als Projekt

Grundlagen und zukünftige Aussichten

von Tan Nguyen

(übersetzt von Serge Jordi)

© EFPP, European Association for Psychosynthesis Psychotherapy

Einleitung

Psychotherapeutische Modalitäten, als Wege sich dem menschlichen Wesen anzunähern, sind lebende Kreationen, die sich mit der Zeit und innerhalb eines sich verändernden kulturellen Zusammenhangs entwickeln. Sie widerspiegeln nicht nur den Geist des Begründers, sondern auch die klinische Erfahrung von Praktikern, die methodischen Erwägungen und die intensiven Diskussionen und Kontroversen um die grundlegenden Annahmen der Theorie. Sie charakterisieren sich durch einen 'Stil', eine spezifische Art sich dem Leiden der menschlichen Wesen anzunähern: Durch die verschiedenen klinischen Praktiken kann ein Psychotherapeut nach 'Rogers' erkannt und von einem 'Freudianische' Analytiker oder einem Psychosynthese-Psychotherapeuten unterschieden werden.

Eine psychotherapeutische Modalität, auch wenn sie sich mit der Zeit entwickelt, behält in ihrer Art sich dem menschlichen Wesen, der Realität seines Leidens und der Aufzeichnung der Ätiologie (Lehre von der Ursache von Krankheiten, Anm. d. Übersetzers) dieses Leidens anzunähern die gleiche Linie. Auf diese Art könnte ein Phänomen "Denkschule" mit einer Identität geformt werden, die gleichzeitig dauerhaft ist und sich mit der Zeit entwickelt. Die psychotherapeutische Richtung stellt eine 'spirituelle Familie' dar (mit manchmal dogmatischen Auseinandersetzungen und bruder- oder elternmörderischem Ringen). Die Familie bewahrt das kostbarste Vermächtnis des Gründers, z. B. eine Erkenntnis, eine Einsicht in die Tiefen der menschlichen Natur und des Leidens. Die Entdeckung des Unbewussten durch Freud, was vor allem eine Beschreibung des Unbewussten war, hat die Tür für die Erforschung eines neuen Kontinentes geöffnet. Jung, der ein genauer und beflissener Sucher war, hat die Mythen und Archetypen, welche die tiefe Seele der Menschheit ausdrücken, untersucht. Assagioli erlaubte, durch die Aufdeckung des "Ich", das von den Inhalten des Bewusstseins desidentifiziert ist und das, die alles einhüllende Realität des Höheren Selbst widerspiegelt, eine phänomenologische Erforschung der verschiedenen Schichten der Psyche, wie kreative und spirituelle Sehnsüchte. Lacan hob das Subjekt der Psychoanalyse als ein Wesen der Sprache hervor und erneuerte so die Art Psychoanalyse anzuschauen.

Wir könnten auch unterstreichen, dass die Einsichten, die von diesen Gründervätern entdeckt wurden, durch ihre Reife und ihren persönlichen Prozess, ihre kulturellen und religiösen Wurzeln und ihre professionelle Ausbildung eingegeben wurden. Freud's Stellung in Wien, als ein Praktiker in einem privaten Beratungsraum, war sicherlich sehr unterschiedlich zu Jung's Stellung als Psychiater in der berühmten Klinik Burghölzli und Universitätsprofessor in Zürich. Assagioli und Jung, die beide Psychiater waren, setzten sich mit Geistesgestörten auseinander, während Freud meistens Hysterische und Neurotiker psychoanalytierte. Freud und Assagioli waren sehr von ihren hebräischen Wurzeln beeinflusst während Jung von einer protestantischen und mystischen Erziehung geprägt blieb. Freud's letzte Arbeit war über Moses und Monotheismus. Assagioli erklärte: "Während der Entwicklung von Theorie und Praxis der Psychosynthese war ich von der hebräischen Tradition inspiriert und unterstützt".

Wie alle gut ausgebildeten Menschen ihrer Zeit waren Freud, Jung und Assagioli von westlichen Philosophen beeinflusst, von den griechischen Denkern zu den Philosophen des 18. Jahrhunderts, der Philosophie der Aufklärung. Während Freud die Theorie der Triebe entwickelte stützte er auf Schopenhauer ab. Lacan benutzte Hegels Dialektik. Assagioli erhielt Anregungen vom

Neo-Platoniker Marsilio Ficino, von Dante und von modernen italienischen Philosophen wie Papini, Croce und Gramsci, der eine kritische Beurteilung der kapitalistischen Gesellschaft machte. Diese Begründer psychotherapeutischer Richtungen achteten darauf, ihre klinischen Beobachtungen und Eingebungen auf zuverlässige philosophische und wissenschaftliche Grundlagen abzustützen. Dies war nötig, da ihre Theorien von ihren Zeitgenossen oft als revolutionär betrachtet und angegriffen wurden. So wurde 1936 Freud's Psychoanalyse, die unentwickelte Sexualität hervorhob, von einem berühmten französischen Psychiater "eine wissenschaftliche Schlüpfrigkeit" genannt. Jung und Assagioli, die als wissenschaftliche Forscher arbeiteten, hoben den spirituellen Bereich hervor. Dennoch kann das Gebiet des leidenden menschlichen Wesens nicht gleich studiert werden, wie in den formalen Wissenschaften (Physik, Mathematik). Dieses Feld zeichnet sich selbst durch Intersubjektivität aus und die Forschung basiert auf deckungsgleichen empirischen Beobachtungen und klinischen Daten. Das Gerüst der methodischen Widerspiegelung ist für den Erfahrungsaustausch notwendig.

Der intellektuelle Aufruhr, der um die Psychoanalyse geschaffen wurde, trug zu ihrem Ruhm bei, indem sie ihre befruchtende Kraft zeigte und die Übertragung von Erfahrungen zu verschiedenen Generationen von Psychoanalysten vereinfachte. Andererseits gibt es nur wenige geschriebene Arbeiten über Psychosynthese. Bedeutet dies, dass Psychosynthese keinen genügend hohen Reifegrad erreicht hat, um Gedanken- und Forschungsarbeiten über ihre Methodik und Praxis zu erarbeiten? Oder anders, dass sie nicht genügend erkenntnisreiche Grundlagen hat? Wir denken eher, dass der Grund dafür in den starken Eigenschaften der Psychosynthese liegt, welche eine inspirierende Qualität hat und einen zusätzlichen Einfluss der Seele sichert. Ihre Eigenart liegt eher im Zusammenfügen verschiedener Teile verschiedener Systeme und der Vereinfachung einer Synthesebildung und nicht in der Verfeinerung der Analyse.

Wie auch immer, während wir treu zu dieser inspirierenden, vom Gründer gewollten Qualität stehen, könnten wir versuchen "die Art der Psychosynthese" besser zu beschreiben und einzuschätzen, indem wir ihren Beitrag zur noch jungen Wissenschaft der Psychotherapie, als auch ihre Stellung, die sie in einer nach-modernen Gesellschaft einnehmen könnte, hervorheben?

Der Weg der Psychosynthese: Von der Psychoanalyse zur Psychosynthese

Freud's Psychoanalyse kam am Ende des 19. Jahrhunderts, um einige metaphysische 'Wahrheiten' der westlichen Philosophie über das Bewusstsein aufzuheben. Bis zu Freud basierte Philosophie auf einem vereinigten Subjekt der Vernunft, welches das absolute Wissen über die Welt und die Natur sucht. Die Philosophie der Aufklärung (philosophie des lumières) wurde dafür gehalten Befreiung durch einen Prozess der Erleuchtung zu bringen. Descartes schrieb sich selbst einem denkenden Subjekt zu, dessen Zweifel an sich selbst der echte Beweis seiner eigenen Existenz war. Kant hob, durch den kategorischen Imperativ, Moral auf die Ebene des Universalen. Freud hat dieses Bild zerstört indem er die getrennte Natur des Subjektes und die verborgenen Motive im Unbewussten hervorhob. Er löste eine kopernikanische Revolution aus, indem er zeigte, dass der westliche Mensch nicht einmal der Meister seiner eigenen Seele ist: "Gelange in dein tiefes Selbst hinein und lerne dich zuerst selber kennen, dann wirst du wissen warum du krank werden musst und du wirst es vielleicht vermeiden krank zu werden". Freud hatte die Ambition eine Wissenschaft des Unbewussten zu schaffen, unterschiedlich von der Medizin, welche die Subjektivität des Therapeuten vernachlässigte und unterschiedlich von der Religion, die unterdrückte Triebe verdecken könnte.

Andererseits führte Assagioli Philosophie und den Sinn der Heiligkeit wieder in die Psychotherapie ein. Er bezog sich ausdrücklich auf Psychagogik, die platonische Pädagogik, welche die Seele zum Ideal hin erhebt, und schlug das Pflegen transpersonaler Qualitäten wie Liebe, Freude und Schönheit vor. Er setzte das Subjekt, das Ich, in das Zentrum der Psyche, welches

sich vom Inhalt des Bewusstseins unterscheidet und eine vereinigende Sichtweise auf die gesamte Psyche liefert.

1926 schrieb er: "Psychosynthese studiert jede psychische Tatsache in Beziehung zu ihrer lebendigen Verbindung mit dem Zentrum des Bewusstseins und zwar auf der Basis des Wissens vom und der Handlung des Ich". Dieses Ich wird durch das Üben der Disidentifikation herausgearbeitet und widerspiegelt die Energie des Höheren Selbst. Auch hier finden wir den Einfluss der hebräischen Kultur. Assagioli erklärte einmal, "ich versuchte hauptsächlich einen wissenschaftlichen Beweis von der Existenz und Aktivität der spirituellen Seele (Neshamah), als einen inspirierenden und vereinigenden Agenten innerhalb der Psyche (Ruah) zu geben."

Assagioli, wie auch Jung, gab das Konzept der Libido zugunsten des umfassenderen Konzepts der psychischen Energie auf. Er unterschied zwischen verschiedenen Schichten des Unbewussten, während Freud das Unbewusste als eins betrachtete. Ausserdem, wie schon vom französischen Philosoph Paul Ricoeur unterstrichen, fokussierte Psychoanalyse auf die Analyse des vergangenen Aufbaus der Persönlichkeit. Freud sagte ausdrücklich, dass eine Psychosynthese nutzlos war, da, nach einer tiefen Analyse, Synthese von selbst erfolgen würde. Tatsache ist, dass ein Syntheseprozess der Psyche auf dem Konzept im Sinne von Ziel und Werden beruhen muss. Assagioli benutzte auch das Konzept der Verwandlung der psychischen Energie und Synthese der Gegenteile. Dieses Konzept bezieht sich auf eine Teleologie der Tiefe der Psyche. So gab Assagioli der Psychosynthese eine Richtung, die sich von der Psychoanalyse auf radikale Art und Weise unterscheidet.

Der Beitrag der Psychosynthese zur Wissenschaft der Psychotherapie

Welche operativen Modelle schlägt Psychosynthese als eine psychotherapeutische Richtung vor?

Im Gegensatz zu einer, selbst unter Psychosynthese Praktikern weitverbreiteten Meinung, schlug Assagioli, der eine psychiatrische Ausbildung hatte, eine ziemlich realistische und genaue psychotherapeutische Richtung vor, weit ab von Abstraktionen und Romantik.

Er machte einen Unterschied zwischen einer persönlichen Ebene der Psychosynthese und einer spirituellen Ebene der Psychosynthese. Er war sich bewusst, dass eine spirituelle Psychosynthese einen tiefen Strukturabbau/Strukturwiederaufbau der Psyche benötigt. Obwohl er nicht dachte, dass dies ein primäres Ziel der Psychosynthese war. Assagioli schrieb (in Psychosynthese, 1965, S. 106): "Bei vielen Patienten ist die persönliche Psychosynthese alles, was man erwarten kann. In diesem Fall dreht sich die Psychosynthese um das persönliche Selbst, das „Ich“, als einen Punkt der Bewusstheit und der Selbsterfahrung, die durch die Benutzung des gerichteten Willens ihre Verwirklichung findet." Es ist eine Tatsache, dass die Psyche fortlaufend von den meist archaischen Schichten (vorgeburtliches Gedächtnis im fötalen Zustand und erste Monate nach der Geburt) bis hin zu den höchstentwickelten und komplexen Ebenen des Seins geformt wird. In einem Entwicklungsprozess beobachten wir verschiedene Ebenen, die komplexe Verknüpfungen zwischen kindlich archaischen Ebenen und spirituellen/kreativen Werten widerspiegeln. Ein grosser Künstler wie Picasso könnte zu Zeiten psychopathologische Symptome darstellen.

In diesem Integrationsprozess in Richtung Zusammenfügen der Psyche schlägt Assagioli, als zwei operative Modelle der Transformation, die Visualisierung von transpersonalen Symbolen und die Schaffung eines idealen Modells vor. Die Visualisation von transpersonalen Symbolen öffnet in den tiefen Schichten der Psyche den Weg zu einer Handlung des Höheren Selbst. Während einem anderen Stadium im Syntheseprozess setzt das ideale Modell die Energien der Psyche frei, um einen gewünschten Zustand der Verwirklichung, auf welche das ganze Wesen abzielt, sichtbar zu machen.

Das ideale Modell stellt die Aufmerksamkeit und den Willen des Wesens in den Mittelpunkt, um das sichtbar zu machen, was die Seele als nächsten Schritt in der Synthese der Persönlichkeit bereits gefühlt hat. Es öffnet den Weg in Richtung Verwirklichung dieser Ebene der Synthese. Diese Technik der Psychosynthese schliesst das ganze Wesen ein und unterscheidet sich ziemlich von ähnlichen Techniken, die in der neo-linguistischen Programmierung angewendet werden.

Daraus können wir sehen, dass Assagioli eine empirische und verständliche Annäherung an den Transformationsprozess vorschlägt, die hochentwickelte Konzepte von Philosophie, Psychotherapie und Spiritualität verdichtet. Psychologie steht zu aller erst im Dienste des leidenden Wesens. Sie zielt darauf ab, derart Antworten auf menschliches Leiden zu geben, dass sie der gewöhnliche Mensch nutzen kann. Zu diesem Zweck schlägt Assagioli auch ein Modell der Verbindung zwischen Körper, Emotionen, Intellekt und Vorstellung in Form von zehn Gesetzen vor. Diese Gesetze weisen auf die gegenseitigen Einflüsse zwischen dem Körper und der Psyche hin. Bilder und Gefühle schaffen entsprechende mentale oder körperliche Haltungen und umgekehrt. Erstaunlicherweise wurde dieses Modell der zehn Gesetze von den Psychosynthese Praktikern vernachlässigt, während es in der Erickson'schen Hypnose (vgl. Rossi, Psychobiologie) entwickelt wurde. Es gibt eine Menge von konzeptionell Fruchtbarem in diesem Modell, welches den Unterscheidungsprozess zwischen den Funktionen der Psyche erklärt. Der Mangel eines genügenden Unterscheidungsgrades kann eine Persönlichkeit an einem gegebenen Entwicklungsstand festhalten. So wird eine Person, die ihre intellektuelle Funktion nicht entwickelt hat, eine Emotion mit einem Gedanken vermischen und unter einem unwiderstehlichen Impuls handeln, während im Falle eines fortgeschritteneren Grades der Unterscheidung, sich die zwei Funktionen (Intellekt und Affekt) selbst zu einer bedachten Handlung zusammenfügen werden. Wir verwenden hier den Begriff 'Vermischen' in Bezug auf Legierungen, in denen sich zwei Metalle zusammen mischen, um ein neues Gemisch zu formen und nicht ein neues Metall.

Wir sehen, dass Psychosynthese sowohl ein Behandlungsmodell für Krankheiten liefert, als auch ein Entwicklungsmodell, welches komplexen und hochentwickelten Ebenen der Psyche gerecht wird. Psychosynthese deckt das ganze Spektrum von Normalität/Krankheit, ursprünglichem/komplexem, Rückbildung/Entwicklung des Bewusstseins ab. Wie könnte diese Richtung zukünftig, im Zusammenhang mit der nach-modernen Gesellschaft, weiterentwickelt werden?

Psychosynthese in der nach-modernen Gesellschaft

Wenn wir Assagioli's geschriebenes Werk hinsichtlich klinischer Praktiken aufmerksam lesen, könnten wir einige Forschungsrichtungen und richtungsweisende Ideen für die zukünftige Entwicklung der Psychosynthese hervorheben: Der Wille und seine Wichtigkeit im persönlichen und spirituellen Prozess, die Lehre der Ursachen spiritueller Krisen, Psychoenergetik und Körperenergie, die Verwendung von transpersonalen Symbolen, die Psychosynthese von Nationen. Wie passen diese Grundideen in eine nach-moderne Gesellschaft?

Das Umfeld der nach-modernen Gesellschaft, in welchem wir uns heute befinden, kombiniert gleichzeitig die archaischsten Elemente (Gewalt, Drogen) und die höchstentwickelte Wissenschaft (High-tech). Das nach-moderne Bewusstseinssubjekt ist auf noch komplexere Art als zu Freuds Zeiten zwischen den Verfeinerungen der Technologiekultur und der barbarischen Wildheit gespalten. Psychosynthese ist dieser komplexen Gesellschaft ziemlich angepasst, denn sie liefert gleichzeitig:

- eine Psychagogik, eine Erziehung der Seele;
- eine Pflege der Bedürfnisse der Seele im täglichen Leben;
- eine Psychopathologie für tiefes Leiden;
- eine Methodik zu psychologischem und spirituellem Wachstum.

In der Vergangenheit wurde der Psychosynthese ihre grosse Offenheit und Flexibilität vorgeworfen. Doch diese Offenheit ist ihre Identität und diese Flexibilität ihre Methodik.

Assagioli's Psychosynthese ist wirklich eine integrative Psychotherapie, die ein Potential an Fruchtbarkeit und Entwicklung liefert. Die Aufgabe, die wir jetzt haben, ist, die neuen Beiträge und Forschungsarbeit, die nach dem Tod des Gründers erstellt wurden, zu integrieren. Unter anderem können wir die Arbeit über Psychopathologie von Alberto Alberti und Bruno Caldironi, die Überlegungen von Chris Robertson über archetypische Psychologie, die Verbindungen, welche John Firman zwischen den Objektbeziehungen und dem Abbruch der Ich-Selbst-Achse im frühen jugendlichen Zustand gemacht hat, der Arbeit über Mythen von Massimo Rosselli und dem kollektive Buch "Nuove Paradigmi in psicologia, il cammino di Psicointesi" unterstreichen. In Paris hat das Schulungsteam des Centre Source -Ecole de Psychosynthèse mehrere Forschungsfelder über die Artikulation mit der Psychoanalyse und über die zehn Gesetze herausgearbeitet, praktische Übungen wurden ausgedacht, um den Körper als Medium für den Ausdruck künstlerischer und ursprünglicher Schönheit zu nutzen.

Damit Psychosynthese das ganze Spektrum der menschlichen Realität abdecken kann, braucht es ein Modell der Sexualität, das als ein Zusammentreffen mit dem anderen verstanden wird und zwar in Bezug auf das Sein im Bewusstsein und nicht nur in Bezug auf Vergeistigung und Erhabenheit. Der Gebrauch der sexuellen Energie in ihrem Ausmass als lebensnotwendige Bekräftigung und dem Verlangen nach Zusammentreffen mit dem anderen könnte der Psychosynthese helfen ihren Platz sowohl in der Welt der Psychotherapie als auch in der Gesellschaft zu finden. Ein psychodynamisches Modell der Psychosynthese, einschliesslich der sexuellen/existentiellen Kräfte bleibt zu erschaffen.

Bibliographie

Assagioli R., *Psychosynthese* (ed.EPI/DesclÈe de Brouwer).

Assagioli R., *The Act of Will*.

Rossi, *Psychobiologie* (ed.DesclÈe de Brouwer).

Rosselli M. (Ed.), *Nuove paradigmi in psicologia: il cammino di Psicointesi*.

Alberti A., *L'uomo qui soffre, l'uomo que cura*.

Abstract:

Quel projet pour la Psychosynthese en tant que psychotherapie?

Les origines: Freud, Jung, Assagioli.

La specificite de la Psychosynthese en tant qu'approche psychotherapeutique.

Une approche complete de l'eventail de la realité humaine.