

# Psychosynthese Psychotherapie

von **Chris Robertson**  
(übersetzt von Serge Jordi)

© **EFPP, European Association for Psychosynthesis Psychotherapy**

*Ich bin kein Mechanismus, keine Ansammlung von verschiedenen Teilen  
Und es ist nicht weil der Mechanismus falsch arbeitet, dass ich krank bin  
Ich bin krank aufgrund von Wunden an der Seele, am tiefen emotionalen Selbst*

D.H. Lawrence

## Einführung

Die meisten modernen Definitionen der Psychotherapie beschreiben diese als Heilbehandlung einer Geistes- oder Persönlichkeitskrankheit. Im Gegensatz dazu schlägt Thomas Moore in seinem Buch 'Care of the Soul' vor, dass die Seele eine andere Sprache und Einstellung braucht als diejenige des medizinischen Modells, welches von den traditionellen, psychotherapeutischen Formen bevorzugt ist. Wenn wir das medizinische Modell von Gesundheit und Krankheit nicht gebrauchen, welches Modell dann?

Eine alternative Version des etymologischen Ursprungs der Psychotherapie ist diejenige der 'Terapae', den griechischen Jungfrauen, die in den Tempeln von Asclepius dienten und diejenigen vorzubereiteten, die kamen, um einen heiligen Traum als heilende Antwort auf ihr Leiden zu erhalten. Wenn wir 'Klientenbetreuung zum Empfang heiliger Träume' als leitenden Ausdruck zur Ausübung von Psychotherapie nehmen, würden wir klar etwas anderes anbieten als eine 'Heilbehandlung'.

Die meisten Psychotherapeuten würden mit dem grundsätzlichen Ziel der Erlösung von Leiden übereinstimmen, doch der Rahmen, in welchem dieses Leiden verstanden wird, kann sich stark unterscheiden. In einem medizinischen Modell wird der Patient gefragt: "Was ist falsch mit Ihnen?". Das Zitat (oben) von D. H. Lawrence ist eine klare Herausforderung zu dieser Sichtweise der menschlichen Psyche. Eine andere Frage wird im Gralsmythos geliefert, wenn Parzival aufgetragen wird den verletzten König zu fragen: "What ails thee?" In modernem Englisch könnten wir fragen: "What troubles you?" ("Was plagt Sie?"). Was uns in unserer modernen Welt plagt mag eher eine Reflektion sein auf die Zeit, die wir durchleben, als auf unsere nicht intakte Familie. Eine generelle Antwort könnte sein, dass wir von unserem wahren Selbst entkoppelt wurden und es nicht die Rolle des Psychotherapeuten ist diese 'Unpässlichkeit' zu dämpfen, sondern sie in einen anderen Zusammenhang zu setzen, der dem Leiden eine Bedeutung gibt.

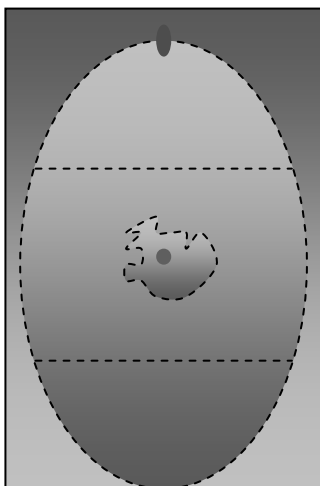
In diesem kurzen Papier über den Ansatz der Psychosynthese in der Psychotherapie werden wir die Natur des Psychosynthesemodells klar machen, indem wir es in Beziehung zu anderen psychotherapeutischen Ansätzen stellen. Wir werden untersuchen wie Psychosynthese wichtige psychologische Fragen beantwortet und ihre Sicht für Veränderung erforschen. Wenn die Dialektik zwischen Freud und Jung als diejenige einer Spannung zwischen Ego und Seele charakterisiert werden kann, dann war es Assagiolis Vision ein drittes Element in die Psychotherapie zu bringen, dasjenige des höheren Geistes. In einem ganzheitlichen Bild der menschlichen Psyche werden alle drei gebraucht und die Unterscheidungen zwischen Seele und Geist sind ebenso wichtig wie diejenigen zwischen Ego und Seele. Geist ohne Seele ist ein inhaltloses Gefäss und Seele ohne Geist verliert die Richtung und beschäftigt sich selbst.

Freud hob die Funktion des Egos als ein Mittel hervor, um Kompromisse zwischen den Bedürfnissen des instinktiven Lebens und den Anforderungen sozialer Beziehungen zu schliessen. Jung unterstrich die Bewegung entlang einer Ego-Selbst-Achse, in welcher eine zunehmende Kapazität liegt zu den Potentialen innerhalb des archetypischen Selbst echt zu sein und das Seelenschicksal zu erkunden. Assagioli legte Nachdruck auf die spirituelle Natur der Seele, im Gegensatz dazu ein Archetyp zu sein, und den lebenswichtigen Teil des Willens im Prozess der Selbstverwirklichung. Der Freudsche Blickwinkel findet sich damit ab, dass das menschliche Leben von der Natur entfremdet ist. Jungs Analyse ist darum besorgt diese Entfremdung in der inneren Heirat zwischen Ego und Seele zu heilen. Die Psychosynthese fügt das Bedürfnis hinzu die Seele mit dem höheren Geist zu verheiraten - die Seelenfreude im Detail des täglichen Lebens mit der Geisteserkenntnis eines grösseren Bildes zu dem wir ein verknüpfter Teil sind.

### Der höchste Aspekt in Menschen ist der vollständigste

Jungs Konzept des Kollektiven fügte unserem Verständnis über die menschliche Psyche grosse Fülle und Tiefgründigkeit hinzu, aber es blieb eine psychologische Betrachtungsweise. Es war Assagioli, der danach trachtete, solch einer psychologischen Erforschung einen spirituellen Zusammenhang zu geben. Wie Godels Theorem voraussetzt kann kein Gedankensystem, wie dasjenige der Psychologie, in sich selbst vollständig sein ohne sich auf ein grösseres System zu beziehen, damit dessen zugrundeliegenden Voraussetzungen verstanden werden. Das Problem beim Versuch transzendente Erfahrungen innerhalb eines rein psychologischen Rahmens zu verstehen ist die konsequente Reduktion auf das Bekannte. Dies machte Freud, indem er eine mystische Erfahrung mit dem ozeanische Gefühl des Embryo im Mutterleib gleichsetzte. Der spirituelle Bereich bietet einen Rahmen auf der Metaebene, um aus diesem heraus Erscheinungen, die psychologisch erfahren wurden, aber eine psychologische Erklärung zu übersteigen scheinen, zu verstehen. Aus diesem Rahmen heraus hat Assagioli ein 'Höheres' oder transzendentes Selbst vorgeschlagen, das eine Inspirationsquelle über das persönliche Selbst hinaus war.

Von der Systemtheorie wissen wir, dass die höhere Funktion, die vollständigste ist, da sie in einem evolutionären Sinn Eigenschaften einschliessen kann, die weniger komplex sind - die Zelle enthält Informationen der Moleküle und das Organ diejenigen der Zelle. Auf gleiche Art ist, aus Assagiolis Sicht, der höchste Aspekt im Menschen der vollständigste. Er versuchte, in etwas, das als Ei-Diagramm erwähnt wird, eine Denkart über das menschliche Bewusstsein anzubieten, das verschiedene Bewusstseins Ebenen einschloss. Eine dieser Feinheiten dieses Diagramms sind die porösen Grenzen, welche die Bewegung zwischen verschiedenen Ebenen zur Geltung bringen. Dies ist im unten gezeigten Modell aus Will Parfitts Buch durch das Farbgefälle widerspiegelt. Es gibt Unterschiede zwischen verschiedenen Ebenen des Bewusstseins (und Unbewusstseins) aber diese werfen ihre Schatten aufeinander.



Zum Zwecke der Klarheit werde ich in diesem Artikel die drei Teile des Ei's benutzen, um über die Beiträge der drei psychotherapeutischen Haupttraditionen zu sprechen, die in die Psychosynthese Psychotherapie integriert wurden. Es sind dies die Psychoanalyse, die humanistische Psychologie und die transpersonale Psychologie.

Im Grossen und Ganzen können wir sagen, dass sich die verschiedenen Orientierungen dieser drei Einflüsse in der Psychologie und Psychotherapie selbst mit der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft beschäftigen. Diese drei Zeiten werden in Assagiolis Hauptmodell wiedergegeben, welches menschliches Bewusstsein in das untere, das mittlere und das höhere Unbewusste differenziert. Das Untere, das mit Psychoanalyse verbunden ist, führt zu einer

Analyse des Ursprungs, das Mittlere, das mit humanistischer Psychologie verbunden ist, führt zur Untersuchung gegenwärtigen Funktionierens und das Höhere, verbunden mit transpersonaler Psychologie, führt zur Erforschung zukünftiger Potentiale. Diese dreiteilige Unterscheidung wird die Grundlage einer Erforschung der Psychosynthese Psychotherapie bilden.

## Ursprung

*Schöpfungen der menschlichen Psyche, wie kreative Vorstellungen, Intuition, Sehnsucht, Genialität, sind Fakten, die ebenso real und wichtig sind wie die konditionierten Reflexe, ..... spirituelle Antriebe oder spiritueller Drang sind ebenso real, grundsätzlich und fundamental, wie sexuelle und aggressive Antriebe; sie sollten nicht auf Vergeistigung oder krankhafte Verzerrung der sexuellen und aggressiven Anteile einer Persönlichkeit reduziert werden - auch wenn natürlich in vielen neurotischen Fällen solche Anteile ebenfalls vorhanden sind.*

Roberto Assagioli

Während Freud den Ursprung von Traumata in der frühen Kindheit und im Oedipus-Komplex aufgespürt hat gingen Nachfolger, wie Ferenczi, weiter zurück bis zur Geburt selbst und moderne Ideologien weisen auf Ursachen intrauteriner Art, der Einnistung und vergangener Leben hin. Jung hat gezeigt, dass solch kausales Denken eine eingeschränkte Sicht bietet (On Psychic Energy, 1969). Durch einen Traum inspiriert, in dem er in seinem Elternhaus eine Falltür fand und darunter Knochen seiner Vorfahren entdeckte, erkannte Jung die gemeinsame Grundlage der menschlichen Psyche. Wir sind nicht nur das Ergebnis unserer Kindheit, sondern sind auch von kollektiven Kräften, archetypischen Mustern, die unsere Kultur prägen und subtil die Form unseres Lebens bestimmen beeinflusst. Diese Sicht der Entwicklung ist wichtig, beleuchtet jedoch nicht unseren Ursprung, weil sie sagt, dass wir abgeleitet, ein Resultat sind.

James Hillman hat aufgezeigt, dass wir die erste Kultur in der Geschichte sind, die auf diese ursächliche Art von unserer Vergangenheit so besessen ist. In 'The Soul's Code' (1996) entwickelt er eine alternative Sichtweise, dass das Kind die Welt mit so etwas wie einer vorgeburtlichen Berufung betritt, ein Schicksal, das er vorsichtig von den Ideen der Vorbestimmung unterscheidet. Diese Idee einer Berufung an der Quelle unserer Identität stimmt sehr mit der Psychosynthese und vielen anderen spirituellen Traditionen überein. Assagioli ordnet diese Berufung dem Impuls des transpersonalen Willens zu.

## Psychosynthese ist eine Psychologie und Psychotherapie der Eingebung

Assagioli erkannte, dass die Psyche nach der Einheit mit dem höheren Geist strebt, wie die Geschichte der Psyche und des Eros andeutet. Er suchte über das Psychologische hinaus den Ursprung des psychischen Lebens. In diesem Sinne ist Psychosynthese eine Psychologie und eine Psychotherapie der Eingebung. Sie gehört zum Einfluss des höheren Geistes auf die Psyche. Dieser, für die Psychotherapie inspirierende Zusammenhang, hat mehrere Folgen auf die Art und Weise wie Psychosynthese Psychotherapie praktiziert wird.

Zuerst, weil viele Klienten Sachverhalte vorstellen, die aus unbefriedigenden Bedürfnissen der Kindheit oder aus dem zerstörerischen Effekt früher Verletzungen hochzusteigen scheinen, liegt der theoretische Ansatz der Psychosynthese Psychotherapie nicht darin den Grund für die gegenwärtigen Schwierigkeiten einer Person in deren Vergangenheit zu suchen. Psychosynthese ist eher eine einschliessende Psychologie als eine einschränkende. Obwohl die Vergangenheit ihren Einfluss hat, kann sie keine Erklärung für die Gegenwart sein. Anstatt die Psyche im Sinne von vergangenen Traumata auf eingeschränkte Art zu analysieren, wird ein Psychosynthese-Praktiker nach Mustern im Leben eines Klienten suchen, die sich in der Geschichte des Klienten zeigen, deren Ursprung aber über die Geschichte hinaus geht. Ein klassisches Beispiel dafür ist der eigentliche Geburtsprozess. Eine Kaiserschnitt-Niederkunft gehabt zu haben kann mit einer

Erwartung von Dingen zusammenhängen, die nur gerade für Sie geschehen ist, aber die Geburt ist nicht die Ursache für dieses Muster. Wie das Zitat oben anzeigt sind wir Wesen mit spirituellen Sehnsüchten, die in unserem Leben ebenso wichtig sind wie instinktive Bedürfnisse. Es liegt an der Verneinung dieser lebenswichtigen Sehnsüchte ganz die Person zu sein, die wir sind, was Assagioli "Die Unterdrückung des Feinstofflichen" nannte, dass die Seele verwundet ist.

Dies bedeutet nicht, dass die Vergangenheit nicht als wichtig zu betrachten ist. Die neue Arbeit von John Firman und Ann Gila über Trauma und Sucht mit dem Titel 'The Primal Wound' wendet eine klare Psychosynthese-Sicht auf frühe Verwundungen an und integriert verschiedene Felder der Psychologie und Psychotherapie, einschliesslich Objektbeziehungen, Entwicklungstheorie, Psychologie des Selbst und des Transpersonalen. Unsere Vergangenheiten haben klar einen wichtigen Einfluss auf unsere Leben und unsere Kindheitserfahrungen sind prägend, was aber nicht das selbe ist, wie die Mütter zur Quelle all unserer Probleme zu machen. Probleme in der Mutter-Kind-Bindung und fehlende Einfühlung, auf welche sich Firman und Gila beziehen, können selbst Zeichen einer tieferen spirituellen Entfremdung sein, wie sie in unserer Gesellschaft gängig ist.

### **Unser wahrer Ursprung liegt in der Zukunft**

Diese Sichtweise, die nicht einschränkt, hat starke Folgen darauf, wie ein Psychosynthese Psychotherapeut mit den unvermeidlichen Projektionen und Übertragungen arbeitet, die in jeder intimen Beziehung auftreten. Wir werden das später in den Abschnitten 'Gegenwart' und 'Zukunft' untersuchen. Die Psychosynthese-Sicht ist der Meinung, dass die Samen unserer Identität in irgendeiner mysteriöseren Idee, die zum höheren Geist gehört, gefunden werden muss. Hillmans Acorn Theorie folgend, können wir sagen, dass, indem wir immer mehr entdecken wer wir im wesentlichen sind, unser wahrer Ursprung in der Zukunft liegt. Diese neue Art über unseren Ursprung zu denken bestätigt eine tiefe Meinung in uns, dass unsere Leben mehr sind als das Ergebnis einer unerledigten Geschäftigkeit unserer Kindheit.

Wenn unser Ursprung mysteriös ist und durch Analysen nicht verstanden werden kann, brauchen wir eine transanalytische Annäherung, um unseren Ursprung bzw. unser Schicksal zu verstehen. Die Schwierigkeit liegt darin, dass unser Ego ein Ziel will, etwas das wir bestimmen und uns daran halten können, während unsere wahre Natur nur entdeckt werden kann, wenn wir sie leben. Dies macht es für die Psychosynthese Psychotherapeuten unbedingt nötig nicht nur an sich selbst therapeutisch zu arbeiten, aber sich selbst auch für ihre eigenen spirituellen Suche zu verpflichten. Assagioli entwickelte die Übung der Disidentifikation als Hilfe für Psychosynthese-Praktiker ihre Bindungen an Ziele oder Ergebnisse loszulassen und für das Mysterium des anderen gegenwärtig zu sein. Auf diese Art gegenwärtig zu sein bedeutet sehr stark mit einem Wesen in Verbindung zu sein und nicht distanziert oder mit einer bestimmten Tagesordnung, die innerhalb der Therapie geschehen soll. Der Gedanke der Psychosynthese einer bifokalen Vision beschreibt, wie ein Psychotherapeut auf beides achtgeben kann, auf das Detail des Symptoms oder der Beschwerde und wie er zu einer tieferen bedeutenden Schicht durchschauen kann.

Schliesslich muss der Psychosynthese Psychotherapeut, um das Mysterium eines anderen spüren zu können, für Eingebungen offen sein. Das grösste Hindernis für Eingebungen ist der Gedanke, dass man weiss, was zu tun ist, weil es das ist, was man gelehrt wurde. In der Psychotherapie nimmt dieses Hindernis oft die Form theoretischer Kritik an, die zu Behandlungsplänen führt. Es braucht einen Platz für solche Ego-Pläne, vorausgesetzt der Therapeut ist nicht mit ihnen identifiziert, so dass sie nicht zu einem Programm werden, das den Therapieverlauf kontrolliert. Auch hier ist die Ausübung der Disidentifikation wichtig.

Es mag schwierig sein sich Eingebungen zu öffnen, wenn man mit zu viel Theorie vollgeladen ist. Verglichen mit irgendeinem anderen Begründer einer psychologischen Richtung, schrieb Assagioli sehr wenig und stützte sich, wie in einer mündlich vermittelten Tradition, auf den direk-

ten Kontakt mit Studenten, um seine Botschaft zu vermitteln. So bot er ein sehr unterschiedliches Modell der 'Betreuung' gegenüber Freud, der eifersüchtig seine Psychoanalyse behütete. Assagioli hatte eine sehr offene und dogmatische Haltung und sagte, dass Psychosynthese viel eher wie eine Führungsart verstanden wird, als eine gut abgegrenzte Theorie. Diese umfassende Haltung würde andere psychologische Richtungen eher ergänzen, als eine Alternative zu ihnen sein. Die Freiheit, die von einer solch offenen Haltung kommt basiert auf Assagiolis eigenem Vertrauen und Wille, die eher erlauben, dass Psychosynthese von ihrem Schicksal geführt wird als zu versuchen zu kontrollieren was sie werden könnte.

## Gegenwart

*Humanistische und Existentialpsychologen sind sich mehr denn je bewusst, dass alle Personen gewisse grundlegende Bedürfnisse und Werte besitzen und dass sich, falls diese bestritten, verunglimpft oder unerfüllt sind, gewisse Formen von Krankheiten oder Meta-Pathologien ergeben werden.*

Abraham Maslow

Die Gefahr einer so umfassenden Haltung, wie sie Assagioli vorschlug ist, dass sie zu offen ist. Assagioli anerkannte dies in einem Interview mit Sam Keen. Diejenigen, die nach Assagioli gekommen sind, haben die Verantwortung gehabt seine Vision in einem brauchbaren klinischen Verfahren zu festigen. Andererseits kommt entwicklungs-mässige Vernichtung oft durch Spezialisierung. Umgekehrt hat eine offene Haltung bedeutet, dass die hervorragendsten Entwicklungen sonst wo in der Psychotherapie charakteristisch in die Psychosynthese Psychotherapie integriert werden könnten ohne ihre Identität zu bedrohend. Der gemeinsame Boden ist beides, die Haltung der 'Synthese' und eine Anzahl von Prinzipien die einen übergeordneten Kontext und einen haltbietenden Rahmen schaffen. Verschiedene Schulen, die Psychosynthese lehren, haben verschiedene Schwerpunkte angeboten, was ein vielfältiges Bild ergibt. In der Realität ist dies nicht viel anders, wie bei den vielen unterschiedlichen Gedankenschulen von Freud und Jung.

In einem Überblick über die Art wie Psychosynthese Psychotherapie heute funktioniert, werden wir drei Hauptthemen überprüfen. Erstens werden wir uns auf die Arbeit von Maslow (1968, 1971) beziehen, indem wir mit der dritten Kraft beginnen, der humanistischen Psychologie. Zweitens werden wir uns auf die Vorstellungskraft als zentrales Medium fokussieren, durch welches das Handwerk der Psychosynthese Psychotherapie ausgeübt wird und drittens, die Wege untersuchen, auf welchen es dem offenen Rahmen der Psychosynthese erlaubt war neue Entwicklungen in der Psychotherapie, über viele Disziplinen und Traditionen hinweg, wirkungsvoll zu integrieren.

Assagioli bezog sich stark auf die Arbeit von Maslow und verband in seinem ersten Buch (Assagioli, 1965) Psychosynthese mit der humanistischen Psychologie. Was Maslow "die weiteren Bereiche der menschlichen Natur" (Maslow, 1971) nannte, passte gut zu Assagiolis Ideen einer 'gehobenen Psychologie' und dem menschlichen Trieb zur Selbstverwirklichung. Beide betonten die Wichtigkeit des Beginns mit der Erforschung der Identität innerhalb des Individuums, der Fähigkeit des Individuums Verantwortung für in seinem Leben Ausgewähltes zu übernehmen und an den Herausforderungen, welche das Leben präsentiert, zu wachsen.

Der humanistische Betonung auf Potential und 'Wachstum' gleich, bietet Psychosynthese eine Vision des 'What We May Be' (Was wir sein können), wie Pierro Ferrucci sein Buch betitelt hat. Assagioli hat versucht eine optimistische und ermutigende Botschaft über die Fähigkeiten der menschlichen Psyche zu geben, im Gegensatz zu Freuds pessimistischer Schlussfolgerung über die menschliche Natur. In einem viel zitierten Brief an Bingswanger beschrieb Freud seine

Arbeit als darauf begrenzt den Boden und das Fundament des 'Hauses' zu erforschen und die Erforschung der Mansarde anderen zu überlassen. Genau dies tat Assagioli.

Wenn wir die Ausrichtung hin zur Grösse der Psychosynthese betrachten, ist es wichtig, Assagiolis Beitrag innerhalb seiner historischen Gegebenheiten zu platzieren. Der Beginn des Zwanzigsten Jahrhunderts kennzeichnete den grossartigen Erfolg der Wissenschaft die Welt zu erklären und den Aufstieg der Technik in der Kontrolle der Natur. In einem prometheischen Wirbel von Aufregung mit 'seiner' neu gefundenen Kraft war 'der Mensch' bestimmt alles zu erobern - sogar seine eigene Psyche. Assagioli warnte vor einer äusseren Technologie, die nicht durch die Entwicklung von innerer Erkenntnis und Weisheit ausgeglichen war.

### **Ein Visionär, der die Samen für viele anerkannte Ideen und Methoden säte.**

Assagioli bot, zusammen mit Maslow und anderen, eine Anti-These zum Freudschen Paradigma. Er war ein Visionär, der die Samen von vielen heute anerkannten Ideen und Methoden der transpersonalen Psychotherapie säte. Vielleicht war seine Anerkennung der spirituellen Sehnsucht in unserer gegenwärtigen kulturellen Öde am relevantesten. In Verbindung dazu sagte er: "Ein Hauptgrund warum das Selbst wieder Wert erhält ist die enorme Suche nach Selbstidentität. Früher hat sich ein Individuum sozusagen als selbstverständlich angenommen. Es hat sich akzeptiert, so wie es war oder, noch öfter, identifizierte es sich mit der Gruppe zu der es gehörte, der Familie, dem Stamm, dem Clan, der Klasse, der Nation oder, wenn es religiös war, mit einem grossen Wesen oder Gott. Doch in unserer Zeit, die gut eine Zeit der totalen Krisen sein kann, fallen alle diese Identifikationen weg und das Individuum wird auf sich selbst zurückgeworfen. Dies verwirrt es, es weiss nicht wer es ist und das ist der Hauptgrund für die weitverbreitete 'existentielle Qual'."

Assagiolis Basisleitsatz war die Idee der Synthese, die bei der Annahme beginnt, dass wir in unserer Natur grundsätzlich ganz sind - nicht gut oder perfekt aber ganz. Welche Fragmentierung, Entfremdung oder Aufsplitterung auch immer wir erlitten haben, um psychologisch zu überleben, ruft uns das spirituelle Selbst zu unserer Heilung auf - zu unserer Einheit mit dem Göttlichen. Von diesem Gesichtspunkt her kann unser Leiden der Weg werden, um zu unserer wahren Natur zu erwachen. Viel eher, als zu versuchen die Knoten unserer Entfremdung zu lösen, könnten wir eine neue Perspektive für unsere Identität schaffen, indem wir unsere Aufmerksamkeit weg von den gewohnten konditionierten Mustern hin zur grundlegenden Gesamtheit unseres essentiellen Sein schwenken. Assagioli hat auf viele verschiedene Arten wiederholt, was spirituelle Lehrer über Jahrhunderte hinweg gesagt haben, vor allem, dass wir unserer wahren Natur gegenüber eingeschlafen sind und nur 'Aufwachen!' müssen. Dieser Aufruf spiegelt Maslows Versuche eine neue Psychologie zu formulieren, die einer 'Meta-Beratung' Auftrieb verleihen würde, welche die vernachlässigten höheren Motivationen und Bestrebungen der menschlichen Wesen beachtete.

Der hauptsächliche Unterschied zwischen Maslow und Assagioli war derjenige zwischen Theoretiker und Praktiker. Assagioli war daran interessiert Methoden zu entwickeln, die, durch den Zugang unerforschter Aspekte in der Psyche, auf die Suche nach innerer Weisheit in Klienten antworten und den Transformationsprozess vereinfachen würden. Wie William James wusste er, dass es möglich war weit grössere Potentiale in Menschen zu erfahren und zu erforschen, als sie durch vernunftmässige Sprache und Diskurs erreicht werden konnten. Watzlawick gab zu verstehen, dass Psychotherapie zu sehr darauf abstützt, Klienten mit linkshemisphärischen, geradlinigen Instrumenten der Erklärung, Argumentation, Analyse und Interpretationen zu helfen. Die expansiveren Erscheinungsformen des Bewusstseins der rechten Hemisphäre, Bildsprache, Symbolik, Metapher und Mythos, scheinen der beste Weg für eine therapeutische Veränderung zu sein, weil sie am direktesten die unbeschränkte Weisheit eines Individuums erreichen.

Die Vorstellungskraft ist das Mittel durch welches viele Prozesse in der Psychosynthese geschehen. Die Psychosynthese-Richtung betont die Erforschung des symbolischen Prozesses durch den Gebrauch kreativer Visualisation und mentaler Bilder. Obwohl viele der veröffentlichten Arbeiten in der Psychosynthese geführte Reisen betont haben, die auf Desoille's befruchtende Arbeit "Le Reve Eveille en Psychotherapie" basieren, hat erst die Integration eines jung'schen Belangs, Bildern eher zu trauen, damit sie sich in ihrem eigenen Rhythmus entfalten, als sie zu manipulieren, zu einer reiferen und respektvolleren Arbeitsmethode mit der Vorstellungskraft geführt. Diese feineren Methoden bringen spontan Bilder ans Licht und vereinfachen dem Klienten unter ihren rationalen Verstand herabzusinken, um Zugang zu ihrer innere Quelle der Heilung und Weisheit zu erhalten.

In Übereinstimmung mit jung'schen Analysten und vielen humanistischen und transpersonalen Psychotherapeuten haben Psychosynthese Psychotherapeuten eine tiefe Zuversicht in die unbewusste Weisheit der Psyche. Dies schliesst ein Vertrauen in die Selbstheilungskapazität der Psyche und den Glauben, dass Symptome, Träume und Stimmungen, vom bewussten Verstand uneingeladen, Formen der Selbstheilung sein können. Die Rolle des Psychotherapeuten, um bei der Idee, der in der Einleitung erwähnten Therapae zu bleiben, ist es, eine bewusste Annahme und Kooperation mit diesen inneren Teilen zu ermöglichen. Durch die Arbeit mit Bildern, wie auch mit anderen Methoden, hält der Psychosynthese Psychotherapeut die Angemessenheit von aktiven und rezeptiven Arbeitsmethoden den Bedürfnissen des Klienten entsprechend im Gleichgewicht.

### **Der Unterschied klassischer Psychodynamik liegt in der Gegenseitigkeit**

Wenn die Übertragung Freuds These war und 'Sei jetzt hier' die Antithese der humanistischen Psychologie, dann liegt die Position der Synthese darin mit beiden, der Übertragung und dynamischeren Modellen zu arbeiten. Dies führt für den Psychosynthese Psychotherapeuten zur Aufgabe grosser Flexibilität. Im Bezug auf die Übertragung sehen wir, dass unerfüllte Bedürfnisse aus der Kindheit und ungetrübte Idealisierungen die Basis tiefer unbewusster Impulse bilden, denen ein Platz innerhalb der therapeutischen Beziehung gegeben werden muss. Wenn der Therapeut diese unbewussten Impulse empfangen kann, indem er sie innerhalb seiner eigenen Erfahrung erkennt, entsteht eine empathische Resonanz, die tief heilend für beiden, den Therapeuten und den Klient, ist. Der Unterschied zur klassischen psychodynamischen Sichtweise liegt in der Gegenseitigkeit des Prozesses und der Akzeptanz des Therapeuten, der das Risiko eingeht, vom Klienten angesteckt zu werden. Was es einem Psychosynthese Psychotherapeuten erlaubt, so vollständig in diesen Prozess einzusteigen, ist des Empfinden, von einer Kraft gehalten zu werden, die grösser ist als er selbst. Das Ich-Du in der Beziehung ist das Gefäss, das beide Persönlichkeiten hält - diejenige des Klienten und diejenige des Therapeuten.

Die wachsende Erkenntnis, dass es im psychotherapeutischen Bereich nicht nur eine richtige Antwort oder Methode gibt, führt uns zum Bedarf für Flexibilität seitens des Therapeuten und die Fähigkeit seinen Arbeitsstil den spezifischen Bedürfnissen jedes Klienten anzupassen. Für einen Klienten kann eine direkte Konfrontation nötig sein, während für einen anderen eine phantasie-reichere Annäherung unter Verwendung von Geschichte und Mythos angemessener sein kann. Die Schönheit der Psychosynthese ist es, dass sie verschiedene Arbeitsebenen umfasst. Es gibt eine grosse Vielfalt an Methoden, die angewandt werden, um die Mannigfaltigkeit der Bedürfnisse zu erfüllen, die verschiedene Leute haben, ob sie nun an frühen Verletzungen oder an neurotischen Konflikten oder Existenzfragen über das, was sie sind und wohin ihr Leben geht leiden. Viele Psychosynthese Psychotherapeuten benutzen Ken Wilbers Idee der Unterscheidung zwischen pre-ego und trans-ego Stadien und der Wichtigkeit, weder einen psychotischen Bruch mit einem Gipfelerlebnis zu verwechseln, noch eine mystische Erfahrung zum Wunsch, mit der Mutter zu verschmelzen, reduzieren.

Offenheit wird sichergestellt, indem verschiedenen Methoden erlaubt wird sich gegenseitig zu ergänzen, anstatt zu versuchen, dass alles zusammenpasst. So ist die Klarheit der Psychosynthese Psychotherapie durch den Einbezug ergänzender Ideen und Praktiken aus anderen Fachgebieten nicht bedroht. In der Tat verlangt die Offenheit der Psychosynthese diese Aufnahme ohne die sie eine eher abstrakte Richtung wäre. Dies stimmt auch mit Assagiolis eigenem Stil überein, der von überall her frei auslief, was er als ergänzend empfand. Andererseits gibt es eine Methode, deren Ursprung in der Psychosynthese war und die von anderen Disziplinen stark geliehen wurde, es ist diejenige der Teilpersönlichkeiten. Dieses Konzept wurde von Miriam, Rowan und anderen verbreitet, so dass es jetzt Objektbeziehungen, Komplexe, Bedürfnistheorie, Glaubenssysteme und archetypische Theorie verbindet. Die Wichtigkeit solch fruchtbare Ideen mit Theorien verschiedener Denkschulen zu verbinden ist das Musterbeispiel der synthetischen, integrativen Natur der Psychosynthese.

## Zukunft

*Was wir zu sehen hoffen, entwickelte sich über eine Periode von Jahren - und sicherlich wird nicht beansprucht, dass es schon erreicht ist - es ist eine Wissenschaft des Selbst, seiner Energien, seiner Manifestationen, des wie diese Energien befreit werden können, wie sie zusammen gebracht werden können, wie sie für aufbauende und therapeutische Arbeit genutzt werden können.*

Roberto Assagioli

Für die hundert Jahre ihrer Existenz hat sich die Psychotherapie innerhalb des analytischen Denkmusters entwickelt, das zuerst von Freud aufgezeigt und von Jung erweitert wurde. Es gibt eine zunehmende Anzahl von Herausforderungen an dieses Denkmuster, sowohl berufsintern (Hillmann and Ventura 1993, We've had a hundred years of psychotherapy und Wolfgang Giegerich 1998, The Soul's Logical Life. Towards a Rigorous Notion of Psychology), als auch von der allgemeinen Öffentlichkeit in Bezug auf Verantwortlichkeit. Wie Thomas Kuhn hervorhob verändern sich Denkmuster selten von innen heraus. Diejenigen im Denkmuster versuchen eher es zu verbessern als seine grundlegende Struktur zu hinterfragen. Eine radikale Herausforderung muss von denen kommen, die nicht im Denkmuster denken, die neue Wege sehen können. Die freudsche 'Entdeckung' des Unbewussten zum Beispiel ist ein zentraler Grundsatz psychologischer Gedanken geworden, der bis vor kurzem unberührt geblieben ist. Dennoch hat sich das, was als das Unbewusste gemeint war, von einer rohen instinktiven Energie, die vom Ego kontrolliert werden musste, über das Ego hinaus, zu einer Quelle tiefer innerer Weisheit entwickelt. Dies ist weit weg vom Unbewussten, auch wenn sich unsere Egos dessen nicht bewusst sind! Vielleicht ist es Zeit für eine radikales Überdenken?

## Was ist jetzt zu Beginn des 21ten Jahrhunderts radikal?

Radikal ist, was ausgelassen, verbannt, vergessen, in den Schatten gestellt wurde. Abgesehen von der Tatsache, dass neue Untersuchungen erwähnen, dass bis zu einem Drittel der Erwachsenen eine spirituelle Erfahrung gemacht haben, sind Seele und Geist die von der Psyche entfremdete Domäne. Wir leben in dem, was der Gralsmythos als die 'Öde' beschreibt, in der die Quellen spiritueller Nahrung ausgetrocknet sind. Der Weg zur Seele kann nicht durch irgendeine neue Anstrengung auf einem Gebiet der Egopsychologie sein. Die Betonung des Ego hat Psychotherapeuten dazu gebracht, sich mit der Anpassung an soziale Normen zu befassen. Der ursprüngliche Radikalismus von Freud ist verblasst und wurde als analytisches Denken im kulturellen Hauptstrom absorbiert. Was Psychotherapie braucht sind neue Perspektiven, die den Moder der dominanten Egopsychologie aufbrechen und ein neues Paradigma von Gedanken öffnen, die im wesentlichen spirituell sind. Der letzte Teil dieses Papiers wird einige der Entwicklungen in der Psychosynthese aufzeichnen, die einen besonderen Beitrag leisten, um unsere Bedeutung an einem spirituellen Universum teilzunehmen wieder herzustellen.



Das hauptsächlich philosophische Hauptproblem der Psychologie und Psychotherapie ist es auf die Quelle bewusster Reflektionen zu reflektieren - unser Selbst. Trotz beträchtlichen kreativen Anstrengungen im Versuch das Selbst zu verstehen, einschliesslich derjenigen von Jung, Winnicott und Kohut, herrscht immer noch Verwirrung. Was in der Psychosynthese anders ist, ist, dass sie nicht versucht das Selbst aus dem Blickwinkel des Egos und des intellektuellen Verstandes zu verstehen. Dafür nutzt sie die Erfahrung der 'Einweihung', um das Bewusstsein einer Person zu verändern, so dass sie sich über das Feld des Selbst bewusst werden und sich wieder daran anschliessen kann. Dies ist der Weg direkten Wissens.

Die Einweihung in verschiedene Stadien des Bewusstseins gehört nicht nur zu den spirituellen Traditionen. William James, ein Zeitgenosse von Assagioli, wird oft zitiert mit der Aussage, dass das gewöhnliche Wachbewusstsein, Ego-Bewusstsein, nur eines von vielen zur Verfügung stehenden Stadien des Bewusstseins ist. In der transpersonalen Psychologie ist weitreichend über diese 'veränderten Stadien' geforscht worden, z. B. durch Charles Tart. Meditation ist eine Technik an der Psychotherapeuten zunehmend interessiert sein werden und zwar nicht nur zur Entspannung, sondern auch, um Möglichkeiten der inneren Erforschung zu öffnen. Wie bereits erwähnt benutzt Psychosynthese das Reich der Imagination, um tiefe Quellen der Weisheit in einem Individuum zu aktivieren, die dem bewussten Verstand nicht zur Verfügung stehen.

In Ergänzung zur Erweiterung des Bewusstseins gibt es die Entwicklung der Fähigkeit des Willens. Assagioli legte grossen Wert auf Leute, die lernten den Herausforderungen, die ihnen das Leben stellte, entgegenzutreten - er nannte dies die Segnungen der Hindernissen. Damit Leute solche Hindernisse angehen, müssen sie ihr Potential für kreative und authentische Handlungen entwickelt haben, was durch den Willen geschieht. Ein wesentlicher Bereich für die Anwendung der Willensarbeit ist derjenige der Lebensmitte (mid-life), in welchem wir als Individuum mit so vielen existentiellen Fragen konfrontiert sind. Hier ist die Bereitschaft auf das zu hören, was unser Herz oder unsere Eingebung zu uns sagt und unsere wahre Berufung nicht zu verraten, auch wenn es hart oder schmerzvoll ist, eine Herausforderung, welcher Psychosynthese Psychotherapeuten eine spezielle Beachtung geschenkt haben. Obwohl Freud die Oedipusgeschichte als den zentralen Mythos seiner Psychoanalyse sah, verpasste er es die Blindheit zu erkennen, die kommt, wenn das 'Ego' als König auf den Thron gesetzt wird.

### **Der erlösende Prozess des Wiederherstellens von Seele und Geist**

Dieses Jahrhundert ist eines gewesen, an das man sich für beides, sowohl seine technischen Fortschritte als auch seine Barbarei, erinnern wird. Der erlösende Prozess des Wiederherstellens von Seele und Geist und des Heilens von Entfremdung, an welcher unsere materialistische Kultur leidet, ist der erste Zweck der Psychosynthese Psychotherapie. Assagioli sagte oft, dass die menschliche Evolution die Entwicklung der äusseren Technologien mit derjenigen der inneren Kräfte im Gleichgewicht halten muss. Dies war nie wahrer als zum Zeitpunkt, zu dem wir in ein neues Jahrtausend eintreten.

Der Gral war lange eine Quelle der Inspiration für diejenigen, die ihre inneren Kräfte zu entwickeln suchen. Er setzt einen Gegenpunkt zur typischen heldenhaften Anstrengung, indem er zeigt wie die Helden wenig Ahnung davon hatten, was sie suchten und viel Zeit damit verbrachten, verloren zu sein. Tönt wie Psychotherapie, nicht wahr? Dies, für unser rasendes, beschäftigtes Leben noch mehr auf den Punkt gebracht, sind die Herausforderungen des Wartenlernens des Parzival. In einer Begegnung sieht er eine Frau (Sigune), die den toten Ritter, der ihr Liebhaber war, hält. Parzival ist unfähig sich in ihrem tiefen Leid bemerkbar zu machen und will losstürzen um seinen Tod zu rächen. Er ist erstaunt, dass sie still sitzt und wartet, einfach wartet. Diese Fähigkeit 'ohne Hoffnung zu warten', wie sie T. S. Elliot nannte, so dass wir die tiefen Leiden und Sehnsüchte des Lebens erfahren können, ist eine der wesentlichsten inneren Kräfte, die ein Psychotherapeut entwickeln kann.

Ein anderes wichtiges Gebiet ist das der 'Psychoenergetik'. Dies ist der Treffpunkt der Praktiker, die primär im Gespräch und derjenigen, die mit Energie arbeiten. Sie begegnen sich in den neuen Ideen über das 'Feld', das aus Quantenphysik, Systemtheorie und Alchemie zusammenfließt. Einige Psychosynthese Psychotherapeuten haben neue Arten der Arbeit mit dem Feld erforscht, indem sie es in der therapeutischen Beziehung anwandten, in welcher die traditionellen Konzepte der Übertragung und Gegenübertragung überarbeitet sind. Von Fragen Newtons wie "Wem gehört dieses Gefühl?" abweichend öffnet sich ein vielfältiger Raum in dem eine Partnerschaft zwischen dem Therapeuten und dem Klienten zu einer Veränderung beider führen kann.

Innerhalb der Psychotherapie gibt es eine Bewegung weg von den traditionellen Konzepten von Übertragung und Gegenübertragung als ein subjektives Wiederabspielen der Kindheitsgeschichte, hin zu einer Anerkennung des therapeutischen Feldes als einen dynamischen und archetypischen dritten Raum zwischen dem Therapeuten-Klienten-Paar (siehe Swartz-Salant, 'The Mystery of Human Relationships'). Bei diesem Wechsel der Aufmerksamkeit, weg vom innerpsychischen Leben des Klienten zum Feld des 'Übergangsraumes' wie ihn Winnicott nennt, findet bei den Therapeuten ein Umdenken in Bezug auf die Interaktion zwischen den Zweien zu einer Anerkennung des mysteriösen 'Dritten' als eine heilige Anwesenheit statt, die nicht das Ergebnis irgendwelcher Interaktionen ist. Vom Standpunkt der Psychosynthese steht unsere Verbindung zueinander an erster Stelle und es ist eine verteidigende Illusion der Isoliertheit, die uns als charakteristisches 'in Haut eingekapseltes Ego' unterscheidet (Alan Watts).

Eine ähnliche Botschaft wurde von den alten Alchemisten gegeben, welche die Bewegung von den Zweien zu den Dreien als die Belebung oder das Lebendigwerden der Seele sahen. Die Alchemisten haben uns auch daran erinnert, dass sich die Seele aussen mehr zeigt als innen. Die Seele ist eigentlich nicht unsere Seele, sondern wir sind Teil einer grösseren Seele - Anima Mundi - die Seele der Welt. Carl Rogers sagte, dass je tiefer du in dich selbst vordringst, desto eher findest du die Gesamtheit der Menschheit. Die gegenwärtige Herausforderung für die Psychotherapie ist nicht so sehr unsere narzisstischen Klienten zu spiegeln, sondern eher durch unseren eigenen Spiegel hindurch ins Kollektive zu schauen und zu erkennen wie unser inneres Leben dasjenige unserer Umwelt widerspiegelt. Wir können dies Gaia Empathie nennen.

Psychosynthese passt ideal zur Anwendung psychotherapeutischen Denkens über den Beratungsraum hinaus, da sie ein abstraktes Modell dafür hat, wie komplexe Organismen und Organisationen individuelle Teile und Entscheidungen schätzen können, während sie gleichzeitig einen gesamtheitlichen Überblick einnehmen. Wenn Psychotherapie ihre radikale Schärfe zurückgewinnen muss, braucht sie sich nicht nur mit ihrer verlorenen Seele neu zu verbinden, sondern muss auch erkennen, dass das Zusammenspiel von Leiden und Heilen sowohl planetarisch als auch individuell ist. Im Umfang dessen, wie wir erkennen können, dass unsere Kultur selbst in den Wehen einer Midlifecrisis mit klassischen manischen Verteidigungsstrategien steht, können wir erkennen, wie wichtig diese Arbeit ist.

## Bibliographie

- The Act of Will* (Kap.5), Assagioli, Roberto, 1973, Wildwood.  
*The Soul's Code: in search of character and calling*, Hillman, James, 1996, Random.  
*What We May Be: Vision and Techniques of Psychosynthesis*, Ferrucci, Pierrro, 1982 Aquarian.  
*The Primal Wound, A transpersonal View of Trauma, Addiction & Growth*, Firmann, John & Gila, Ann, 1997, New York Press.  
*Digging Up the Past*, Miriam Chris.  
*Care of the Soul: How to add depth and meaning to your everyday life*, Moore, Thomas, 1992, Piatkus.  
*The Elements of Psychosynthesis*, Parfitt, Will, 1990, Element.  
*Subpersonalities: The people Inside Us*, Rowan, John, 1990, Routledge.

*Change, Principles of Problem Formation and Problem Resolution*, Watzlawick, P., Weakland, J., Fisch, R., 1974, Norton Press, N.Y.  
*Readings in Psychosynthesis Theory, Process and Practice* Vol. II, Weiser, John and Yeomans, Thomas (eds), 1988, Ontario Inst. Stud. in Ed., Toronto.  
*Psychosynthesis Counselling in Action*, Whitmore, Diana, 1991, Sage Publications, London.  
*Up From Eden, A Transpersonal View of Human Evolution*, Wilber, Ken, 1981, Routledge & Kegan Paul.

**Informationen zu anerkannten Ausbildungsinstitutionen finden Sie auf der Homepage der EFPP, European Federation for Psychosynthesis Psychotherapy [www.psychosynthesis.net](http://www.psychosynthesis.net) oder auf unserer Homepage [www.aeon.ch](http://www.aeon.ch)**