

# DIE DREI DIMENSIONEN DER PSYCHOSYNTHESE

Thomas Yeomans

Dieser Artikel schlägt eine Veränderung in der Psychosynthese-Theorie vor: Der Prozeß der Psychosynthese sei eher als ein Prozeß mit drei als mit zwei Dimensionen aufzufassen, die "personale", "transpersonale" und "spirituelle" Dimensionen genannt werden sollten. Diese Neuerung macht es notwendig, einen Unterschied zwischen "transpersonal" und "spirituell" zu machen und die Themen der spirituellen Psychosynthese umfassender zu beschreiben. Die Veränderung wird in der Hoffnung vorgeschlagen, daß sie Licht auf den Prozeß der psychospirituellen Entwicklung und Selbst-Verwirklichung, wie wir sie heute verstehen, werfen wird.

Die Psychosynthese ist - wie alle anderen Theorien - eine Art und Weise, die menschliche Entwicklung zu sehen, und ist so im besten Fall nur eine Annäherung an diese Realität.<sup>1</sup> Außerdem - wenn wir von den Fortschritten in unserem Verständnis der menschlichen Entwicklung in diesem Jahrhundert ausgehen - sind einige Sichtweisen innerhalb der Psychosynthese 1988 unter Umständen weniger nützlich, als sie es 1910 oder 1937 waren. Dieser Artikel möchte einerseits die frühen Werke der Psychosynthese würdigen, und andererseits eine Modifizierung eines Aspektes ihrer Theorie vorschlagen - eine Veränderung, von der ich annehme, daß sie uns helfen wird, den Prozeß psycho-spirituelle Entwicklung, wie wir ihn heute sehen, besser zu verstehen und damit umzugehen. Die Zeit wird uns zeigen, in welchem Ausmaß diese neue Idee nützlich ist. Ich werde hier bloß versuchen, sie deutlich zu formulieren, so daß sie von Praktikern und Theoretikern umfassender geprüft werden kann.

## Hintergrund

Als Roberto Assagioli die Psychosynthese zum ersten Mal formulierte, stellte er zwei Dimensionen menschlicher Entwicklung dar - die psychologische und die spirituelle. Die Stärke dieser Art und Weise, Wachstum zu sehen und darüber nachzudenken, lag im Anerkennen des vollen Spektrums menschlicher Erfahrung und im Unterstützen der Integration dieser beiden Dimensionen in eine gelebte Realität. 1910 war dies eine neue Denkweise, die erst beinahe 50 Jahre später populär wurde. Das Arbeiten im Bereich der Psychologie hatte vor allem die psychologische Dimension betont, und erst mit dem Aufkommen des Neuen Denkens der fünfziger und sechziger Jahre stieß diese Sichtweise der menschlichen Entwicklung auf verwandte Ansätze. Allgemein schenkte man der spirituellen Dimension keine Beachtung. Die wichtigste Ausnahme bildete natürlich das Werk von Jung, wie auch einiger weniger bedeutender Denkschulen, die sich in der ersten Hälfte des Jahrhunderts entwickelten<sup>2</sup>. Doch die duale Formulierung konnte sich durch die Zeit hindurch gut halten, denn sie scheint genau den Entwicklungsprozeß zu beschreiben, den die meisten Menschen ganz natürlich durchlaufen - Entwicklung entlang der personalen Dimension, auf die ein Sich-Öffnen für die spirituelle Dimension folgt, sowie anschließendes Wachsen in diesem Bereich. Was diese theoretischen Unterscheidungen weniger präzise und nützlich werden läßt, ist das Aufkommen der Transpersonalen Psychologie in den siebziger Jahren.

Die Entwicklung der Vierten Kraft in der Psychologie hatte verschiedene Auswirkungen. Ein sehr positives Ergebnis ist ein viel umfassenderes Anerkennen der spirituellen Entwicklung als ein Aspekt der Psychologie - eine Anerkennung, die zu einer viel breiteren Akzeptanz spiritueller Phänomene innerhalb unserer Kultur geführt hat. Während sich dies vollzog, kam man dazu, die Begriffe "transpersonal" und "spirituell" als synonyme Begriffe aufzufassen, und in der Psychosynthese wird zum Beispiel gelegentlich das Höhere Selbst als "Transpersonales Selbst" oder als "Spirituelles Selbst" erwähnt. Es entstanden Denkrichtungen und praxisorientierte

Institutionen, die die Phänomene dieser beiden Wachstums-Dimensionen - wie sie in der Psychosynthese und den spirituellen Disziplinen des Ostens und derjenigen von Eingeborenen-Völkern auf der ganzen Welt verstanden werden - anerkennen und versuchen zu organisieren. Dieser Reichtum an Einsicht und Praxis war der Hauptbeitrag der Transpersonalen Psychologie zur Psychologie der letzten 20 Jahre.

Ein weiteres Ergebnis der Entwicklung der Vierten Kraft war jedoch weniger positiv. Am Ausgang der siebziger und zu Beginn der achtziger Jahre wurde der Begriff "transpersonal" in wachsendem Ausmaß verwendet, um Phänomene zu beschreiben, die nicht notwendigerweise in dem Sinn spirituell waren, in dem Psychosynthetiker und in der Tat auch die frühen Transpersonalisten ihn benützen. Diese Phänomene schließen psychische Kräfte, Trance und schamanische Bewußtseinszustände mit ein, sowie regressive Erlebnisse und Erfahrungen aus früheren Leben, kollektives und archetypisches Material, channelling und Sensibilität gegenüber Medien sowie ein Sich-Öffnen für mächtige, überbewußte Energien. In den zahlreichen Versionen von psychischem Heilen und Energie-Arbeit werden sie oft mit den Energien des Selbst verwechselt. Während die Erforschung des menschlichen Unbewußten zunahm, wurde das "Transpersonale" immer mehr zu einem Sammelbecken für dieses riesige Spektrum an Erfahrungen. Den unterschiedlichen Erfahrungs-Quellen innerhalb des Unbewußten wurde wenig Aufmerksamkeit geschenkt, und es wurde wenig differenziert, was ihren relativen Wert und zeitweise ihre Kontra-Indikation für eine Anwendung anbelangt. Insbesondere wurde die Unterscheidung zwischen dem Selbst und dem Überbewußten verwischt, wenn sie nicht sogar verloren ging, und in der therapeutischen Arbeit wurde dem Gewahrsein und den Bewußtseinsinhalten zunehmend Gewicht gegeben. Der Entwicklung des personalen Willens und seiner Ausrichtung auf den höheren Willen oder den Willen des Selbst - welches ein zentraler Aspekt der spirituellen Psychosynthese ist, wie sie von Assagioli verstanden wurde - schenkte man weniger Beachtung. In diesem Kontext wird die spirituelle Arbeit in dem Sinn auf transpersonale Arbeit reduziert, als die Betonung darauf gelegt wird, sich höheren Bewußtseins-Zuständen zu öffnen oder tiefer ins Kollektive einzudringen und auf diese Weise die sehr realen Anliegen um personale und spirituelle Ausrichtung, nämlich Sinn, Entscheidung und Verantwortlichkeit, verdeckt werden. Es ist, als ob das Selbst mit dem Unbewußten verschmolzen wäre, wie es im Ei-Diagramm aufgezeigt wird, und das "Ich" von dynamischen Energien der Psyche und des Kollektivs überschattet würde.

Mag sein, daß dies eine Übertreibung ist, doch ich meine, daß es auf eine wachsende Verwirrung hinweist, was die spirituelle Dimension in der Arbeit mit Klienten anbelangt. Ich möchte diese Verwirrung hier ganz einfach angehen, indem ich vorschlage, daß man sich beim Prozeß der Psychosynthese drei, nicht zwei Dimensionen, die personale, transpersonale und spirituelle, vorzustellen habe. Um bei dem Prozeß der psycho-spirituellen Entwicklung mitzuwirken, müssen wir diese Unterscheidung machen, sowohl um das Transpersonale anzuerkennen, wie auch um es zu begrenzen und sicherzustellen, daß die spirituelle Dimension als solche als Kern des gesamten Bestrebens gewürdigt und angesprochen wird. "Transpersonal" kann ein allgemeinerer Begriff bleiben. Wir können immer noch sagen, daß die Psychosynthese eine von zahlreichen transpersonalen Psychologien sei, doch bei diesem Gebrauch ist "transpersonal" nicht mehr synonym mit "spirituell". Der Begriff wird darauf begrenzt, Arbeit innerhalb der Psyche, nicht mit dem Selbst, zu beschreiben.

### **Die personale Dimension**

In dem Entwurf, den ich vorschlage, bleibt die personale Dimension weitgehend gleich. Sie enthält die Arbeit, die Persönlichkeit um ein stabiles Identitäts-Zentrum und den Willen herum - das "Ich" - zu integrieren. Die Arbeit geschieht hier mit Teilpersönlichkeiten, Körper, Gefühlen

und Gedanken-Identifizierung, Desidentifizierung sowie der Entwicklung des beobachtenden Selbst. Auch Arbeit mit unbewußteren Aspekten der Persönlichkeit gehört dazu: frühe Objektbeziehungen und Traumata sowie eine Analyse der funktionalen und dysfunktionalen Aspekte der Persönlichkeit, wie sie sich in Haltungen und im Verhalten ausdrücken. Ein weiterer zentraler Aspekt im personalen Bereich ist die Stärkung des persönlichen Willens.

Zweck der Arbeit in dieser Dimension ist es, eine Persönlichkeits-Struktur und -Dynamik aufzubauen und/oder zusammenzuhalten, die das Leben im vorgegebenen Umfeld sowohl gesund wie auch wirksam meistern und sich darin ausdrücken kann.<sup>3</sup> Es war Assagioli klar, daß diese Arbeit einem Sich-Öffnen der spirituellen Dimension gegenüber vorausgehen muß - eine Überzeugung, die er mit Jung teilte. Westliche psychoanalytische und psychodynamische Denk-Schulen stimmten mit dieser Einschätzung überein. Der Unterschied lag darin, daß sie im Gegensatz zu Jung und Assagioli nichts darüberhinaus anboten. Leider ignorierten einige Formen der psychosynthetischen Praxis die Notwendigkeit gründlicher personaler Arbeit und stürzten sich vorzeitig auf die spirituelle Dimension. Dies traf vor allem in den siebziger Jahren zu, als es eine Tendenz gab, die Psychosynthese mit den Gegen-Kulturen in Nordamerika zu identifizieren. Hoffentlich haben wir diese Zeit nun hinter uns, und es existiert ein ausgewogeneres Gleichgewicht zwischen der personalen und der spirituellen Dimension - eine Ausgewogenheit, die die Notwendigkeit einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung als Fundament für spirituelles Öffnen und Ausdrücken schätzt.

### **Die transpersonale Dimension**

Dies ist die neue Unterscheidung. Bis vor kurzem wäre sie mit in die spirituelle Dimension eingereiht worden, doch in den vergangenen 15 Jahren nahm das Verständnis für die Bereiche der Psyche zu, und es scheint mir präziser zu sein, diese Dimension der Arbeit von den anderen zu unterscheiden. Transpersonale Arbeit, so wie ich den Begriff verwende, hat mit der Ausweitung des Bewußtseins über seine üblichen Grenzen hinaus in irgendeinen Bereich (den unbewußten, personalen oder kollektiven) zu tun. Sie bringt die disziplinierte Erforschung der verschiedenen Dimensionen der Psyche mit sich, wie sie zum Beispiel im Ei-Diagramm dargestellt werden, oder die Arbeit mit dem Geburts-Muster und perinatalen Matrizen, wie sie im Werk von Stan Grof (1985) beschrieben wird. Auch die Arbeit mit dem, was Jung den Schatten nannte, oder mit Anima und Animus und deren Integration gehört dazu. Die Arbeit mit generationenübergreifenden Mustern und Phänomenen aus vergangenen Leben, das Auftreten von psychischen Kräften und parapsychologischen Phänomenen, veränderten Bewußtseinszuständen sowie das Pflegen von überbewußten Fähigkeiten sind ebenfalls eingeschlossen.

Kurz gesagt, ist das Transpersonale der Bereich der Entwicklung, der die Person buchstäblich befähigt, sich selbst vollkommener und tiefer zu kennen, solcher Aspekte und Energien, die vorher dem Bewußtsein nicht verfügbar waren, gewahr zu werden und sie in einem umfassenderen Sinn von Identität zu integrieren. In jedem Fall liegt der Schwerpunkt auf der Ausdehnung des Gewahrseins und auf den Bewußtseinsinhalten. Es liegt auf der Hand, daß eine gesunde Persönlichkeit und ein persönlicher Wille Voraussetzungen sind, um diese Arbeit sicher durchführen zu können. Ein Vernachlässigen des Personalen und ein vorzeitiges Sich-Öffnen transpersonalen Energien gegenüber kann weitere Unausgeglichenheit in der Persönlichkeit, Aufblähen des Ego und regressives Verhalten schaffen. Umgekehrt kann die psychische Energie, wenn sie richtig benützt wird, unser Leben großartig bereichern, zu größerer Selbst-Erkenntnis führen und heilsam bei der weiteren Persönlichkeits-Entwicklung wirken, sie unterstützen und begünstigen.

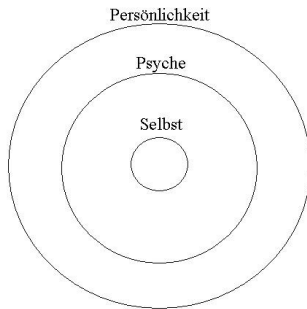
## Die spirituelle Dimension

In Unterscheidung zur transpersonalen Arbeit mit den Inhalten des Unbewußten, arbeitet diese Ebene direkt mit den Energien des Selbst, den Energien der Synthese, dem Willen des Selbst und der Ausrichtung des personalen auf den spirituellen Willen. Hier steht die Erfahrung des Selbst und des spirituellen Willens im Mittelpunkt, und dies unterscheidet sie vom Transpersonalen darin, daß es bei dieser Erfahrung keinen Inhalt gibt. Das Selbst, dieses "inhaltslose Wesen", "Sosein", die "kreative Leere", der "Große Geist" und welche Namen dem Namenlosen immer gegeben werden, wird als Kontext und Führungsprinzip für Psyche und Persönlichkeit gesehen. Während die Psyche Inhalt hat und die Persönlichkeit Struktur, ist das Selbst reines Sein, das die beiden anderen nährt, so wie die Sonne die Atmosphäre und die Erde nährt. Das Selbst ist nicht überbewußt, es ist nicht einmal die Seele, die die Erfahrung des Selbst und der Psyche zusammengekommen ist, sondern es ist eine Energie, die das gesamte Lebenssystem durchdringt und diesem System Zusammenhang gibt (vgl. Hillman, 1975; Vaughn, 1986).

Die Arbeit mit dem spirituellen Selbst und seinem Willen hat ihre eigenen Dimensionen und Themen. Über einige davon werde ich weiter unten sprechen. Spirituelle Arbeit ist also in diesem Sinn nicht eine Angelegenheit der Ausweitung des Gewahrseins, um mehr Inhalt zu bekommen, hoch oder tief, sondern es geht ganz einfach darum, wesentliches Sein zu intensivieren, diesem Sein Hindernisse aus dem Weg zu schaffen und Entscheidungen zu treffen, die diesem Sein erlauben, klarer und heller durch die "Linsen" der Psyche, der Persönlichkeit und des Körpers zu scheinen. Assagioli sagte: "der Hauptzweck der Psychosynthese ist es, die Energien des Selbst freizulassen oder sagen wir, dazu beizutragen, daß sie freigelassen werden" (1971, S.65). Die spirituelle Dimension arbeitet direkt mit diesen Energien, da sie Psyche und Persönlichkeit beeinflussen, und mit der Erfahrung des Willens des Selbst und seines Ausdrucks im Leben als Ganzes.

Ein einfaches Modell mag uns dabei helfen, diese Unterscheidung zu beleuchten. Wenn wir drei konzentrische Kreise visualisieren und davon ausgehen, daß der innerste das Selbst, der mittlere die Psyche und der äußere die Persönlichkeit ist, und wenn wir annehmen, daß das Selbst der Kontext für die Psyche ist, und die Psyche der Kontext für die Persönlichkeit, dann können wir sehen, daß das "Licht" des Selbst desto vollkommener in die Welt scheinen wird, je besser und klarer die "Linsen" der Psyche und der Persönlichkeit übereinstimmen (vgl. Abbildung 1). Wenn die Persönlichkeit desorganisiert oder die Psyche chaotisch ist, dann wird das spirituelle Licht des Seins blockiert, verzerrt oder bruchstückhaft sein. Umgekehrt wird dieses Licht im Verlaufe des fortschreitenden Heilungs- und Wachstumsprozesses in den Dimensionen der Psyche und der Persönlichkeit klarer scheinen und die Energien des Selbst werden konstruktiv in die Welt entlassen.

Die Aufgabe der personalen und transpersonalen Dimension ist es, die Linsen oder inneren Systeme, durch die das Licht des Seins scheint, aufeinander abzustimmen und zu harmonisieren. Die Aufgabe der spirituellen Dimension ist es, die reale Existenz des Lichts des Seins zu bestätigen und durch den personalen und spirituellen Willen die äußere Umgebung so neu zu organisieren, daß diese Energie vollständig befreit und in der Welt ausgedrückt werden kann.



**Abbildung 1/ Selbst, Psyche und Persönlichkeit**

### **Implikationen**

Ein Teil des Wertes dieser Unterscheidung wird sofort klar. Erstens wird das Selbst, da es genau ins Zentrum der Psychosynthese-Arbeit gerückt wird, sowohl Kontext wie auch Frucht der Arbeit in den anderen Dimensionen. Zweitens begrenzt die Unterscheidung die Arbeit der Bewußtseinserweiterung innerhalb der Psyche auf das, was sie ist und vermindert die Verwirrung zwischen transpersonalen Phänomenen und der Erfahrung des Geistes selbst. Drittens macht die Unterscheidung den Willen, sowohl den personalen wie auch den spirituellen, zum zentralen Anliegen der Psychosynthese-Arbeit. Anstatt auf etwas außerhalb der beiden ursprünglichen Dimensionen verwiesen zu werden, wird der Wille ins Zentrum des ganzen Prozesses und des Bestrebens nach Selbst-Verwirklichung gerückt - als Faden der Kontinuität, der alle drei Dimensionen vereinigt.

Die Unterscheidung erlaubt auch ein ausgewogeneres Erfassen des Psychosynthese-Prozesses als Ganzes und würdigt die Komplexität und die Schönheit des Lebens umfassender. Natürlich sind in der konkreten Arbeit alle drei Dimensionen vorhanden, doch zu jedem bestimmten Zeitpunkt wird eine davon im Vordergrund stehen. Die Probleme in der personalen, transpersonalen und spirituellen Dimension sind unterschiedlich und sollten auf unterschiedliche Weise angegangen werden, denn wenn man eine Dimension mit der anderen verwechselt, tauchen Schwierigkeiten auf.

Weiter unten möchte ich über einige spezifische Themen innerhalb der spirituellen Psychosynthese, wie sie hier neu definiert wurde, sprechen. Wie oben bereits erwähnt, gab es in der Vergangenheit die Tendenz, diese Themen zusammen mit den transpersonalen Themen in einen Topf zu werfen, obwohl sie in Wirklichkeit zu einer sehr unterschiedlichen Kategorie gehören. In der klinischen Praxis der Psychosynthese tauchen sie wieder und wieder auf und vermitteln uns ein Gefühl für die spirituelle Dimension der Arbeit und ihre Bedeutung für den allumfassenden Prozeß der psycho-spirituellen Entwicklung. Sie werden unter den Rubriken Sein, Orientierung, Beziehung, Verantwortlichkeit und Dienen besprochen.

**Sein** - Die Erfahrung zu sein, ist sowohl für das "Ich" wie auch für das Selbst eine zentrale Erfahrung. In Momenten, in denen wir mit ihnen in Berührung sind, gibt es keinen genauen Inhalt für das Bewußtsein, keine Färbung, keine Zeichnung, sondern einfach das Sein an sich, das sowohl mächtig wie auch durchdringend ist. Dieses Sein an sich wird oft von einer Erfahrung des Strahlens begleitet, davon, eine Quelle des Lichts und des Lebens zu sein, eine Energie, die jeden Aspekt der Psyche und der Persönlichkeit durchdringt und sich auf andere und die Welt ausdehnt. Man macht oft die Erfahrung, sowohl universal als auch einzigartig zu sein, alle Aspekte des eigenen Alltags-Selbst überwunden zu haben, und trotzdem gleichzeitig mehr als je sonst man selbst zu sein.

Diese Erfahrung ist grundlegend verschieden von der, mit einer überbewußten Qualität oder einer Teilpersönlichkeit in Berührung zu sein. Sie hat keinen Inhalt und scheint doch den ganzen Inhalt zu halten und den Rahmen dafür zu bilden. Sie ist das Licht, dem die Färbung und das Drama der Psyche und der Persönlichkeit entspringen, der "unbewegte Bewegende", der das führende und organisierende Prinzip der inneren und äußeren Lebens-Vorkommnisse ist. Es gibt auch keinen "Ort", an den man sich begeben könnte, um diese Erfahrung zu machen; sie ist hier/jetzt. Dies steht im Gegensatz zu transpersonalen Erfahrungen, in denen man in eine Dimension des Unbewußten reist und scheinbar weit weg oder tief hinein geht. Das Sein ist jetzt und für immer vorhanden und hängt nicht von Veränderungen, Wachstum, Entwicklung oder Umständen ab. In der Arbeit mit Menschen ist es entscheidend, diesen Unterschied zu erkennen und zu bejahen, sonst wird diese zentrale Erfahrung bloß auf einen anderen Aspekt der Psyche reduziert.

Natürlich zielen viele spirituelle Praktiken, v.a. diejenigen, die mit einigen Schulen des Buddhismus verbunden sind, direkt auf diese Offenbarung des Seins ab und übergehen den ganzen Inhalt als bloß "denken, denken; fühlen, fühlen." In der westlichen Psychotherapie und Erziehung, wo der Schwerpunkt mehr auf dem Inhalt liegt, beginnt man erst allmählich, diese Erfahrung zu erkennen und zu kultivieren (vgl. Deikman, 1982). In der Psychosynthese ist diese Erfahrung - und war es immer - ein Kriterium für das Heilen und die menschliche Entwicklung, doch sie kann übersehen oder mit einem sehr "hohen" Inhalt in der Psyche verwechselt werden.

**Orientierung** - Dieses Thema betrifft die grundlegende Lebensrichtung der Person oder wie die Persönlichkeit im Ganzen ausgerichtet ist. Hierzu gehört die Arbeit, bei der der personale und der spirituelle Wille aufeinander abgestimmt und Entscheidungen getroffen werden, die das tiefste Gefühl für Orientierung, Berufung, Schicksal und Wert, derer sich die Person bewußt ist, mit Leben erfüllen und verwirklichen. Dies hat nichts damit zu tun, mehr Gewahrsein zu gewinnen - dies ist die Aufgabe der personalen und transpersonalen Dimension - sondern mit der Entscheidung, auf der Basis dessen, dessen man sich bewußt ist, zu entscheiden und in Übereinstimmung mit dem zu handeln, von dem wir in unserer Seele fühlen, daß es am tiefsten und wahrsten ist. Viele Menschen vermeiden das Thema der Orientierung und fahren mit personaler und transpersonalen Arbeit fort, indem sie fälschlicherweise denken, daß mehr Arbeit an der Erweiterung ihres Bewußtseins ihnen helfen wird. Solche Arbeit hilft jedoch nicht per se. Was sie eher brauchen, ist die Ermutigung, wirkliche Entscheidungen zu treffen, die ihr Alltagsverhalten und ihren spirituellen Willen in Übereinstimmung bringen und ihnen helfen, die Absicht des Selbst zu erkennen, so daß sie sich ihm voll hingeben können. Themen wie Opfer, Ergebung, freiwilliges Leiden und Selbstvergessenheit kommen hier zum Vorschein und müssen ernsthaft als spirituelle Auseinandersetzungen behandelt und nicht auf psychische oder psychodynamische Probleme reduziert werden. Eine wachsende Zahl von Menschen, die ihre Persönlichkeit integriert haben und über ein beachtliches Maß an Selbst-Kennntnis verfügen, setzen sich mit diesen spirituellen Themen auseinander und haben es schwer, eine/n Therapeuten/in oder Berater/in zu finden, der/die diese Themen als solche anerkennt.

Ein zweiter Bereich, in dem Orientierung von Belang ist, liegt in dem, was manchmal eine Ausdrucks-Krise genannt wird. Was die Entwicklung betrifft, tendiert diese Krise nach den Wachstums-Krisen in früheren Lebensstadien und den Existenz-Krisen um die Lebensmitte zu kommen, und sie wird durchgemacht, wenn ein Mensch beginnt, ein erweitertes Ausdrucks- und Beschäftigungsfeld zu erkennen, in das er oder sie aufgerufen ist, einzutreten und ein gewohntes und oft erfolgreiches Feld hinter sich zurückzulassen. Und wieder kann diese Krise nicht gelöst werden, indem man das Gewahrsein erweitert - obwohl ein Wiederbearbeiten der Psyche und der Persönlichkeit nötig werden mag, um die Veränderung zu unterstützen -

sondern eher durch eine Reihe von Entscheidungen, die ein Eintreten in dieses größere Feld bewirken. Dieser Schritt erfordert persönliche Opfer, doch es gibt auch das Erkennen, daß die Entscheidung "richtig" ist, und als Folge fließen die Energien des Selbst kräftiger in die Welt. Oft wird dieser Schritt begleitet von einem klareren Gefühl und einer vollkommeneren Akzeptanz des eigenen Platzes in der Welt, der eigenen Kräfte und Grenzen und des Erkennens des eigenen Eingewoben-Seins in einer erweiterten Gemeinschaft und der Verantwortlichkeit ihr gegenüber. Menschen in dieser Krise brauchen jemanden als Unterstützung, der diese Probleme als das erkennt, was sie sind und entsprechend mit ihnen umgehen kann.

**Beziehung** - Während der Kontakt mit dem Selbst und der Energiestrom der Synthese zunehmen, taucht langsam eine neue Beziehungs-Erfahrung auf. Da wo frühere Beziehungen sich auf eine bestimmte Person oder Sache bezogen, indem sie andere oft ausschlossen und einen Grad von Verhaftet sein (oder Kathexis) reflektierten, da ist in diesen Momenten die Beziehungs-Erfahrung sowohl losgelöst sein wie auch Verwandtschaft mit allen Menschen und Gegenständen, allen Aspekten der Schöpfung. Dies verleiht Beziehungen einen fast unpersönlichen Charakter, sogar wenn sie paradoxerweise unmittelbarer und vertrauter werden. Für die meisten ist dies nur eine Angelegenheit eines Augenblicks, eine Erfahrung, die schnell kommt und wieder vorbeigeht; für einige wird es jedoch zu einer ziemlich andauernden Erfahrung. Doch die Hauptsache ist die, daß sie verschieden ist, ob sie nun auf eine Beziehung mit einer Person oder einer Anzahl von Personen und Gegenständen aufgebaut ist. Sie führt zur Erkenntnis, daß wir unentrinnbar mit dem ganzen Leben verbunden sind, und zum Gewahrwerden, was dies für "normale" Beziehungen bedeutet, die die Tendenz haben, ausschließlich und polarisiert zu sein. Ein geläufiges Beispiel für dieses Bewußtwerden ist die Erkenntnis, die nach intensiver Arbeit am eigenen Leiden als Kind auftaucht, daß "alle Kinder meine Kinder sind."<sup>4</sup> Die Erfahrung hat keine besondere Qualität oder einen spezifischen Schwerpunkt, doch sie ist ein Aspekt der Berührung des Selbst und des Einfließens einer spirituellen Liebe, die Dante als das charakterisiert hat, was "die Sonne und alle Sterne bewegt". Diese Erfahrung verlangt auch Erkennen und Bewerten in und durch sich selbst; sie ist ein Hinweis auf die immanente Beteiligung des Selbst an allem Leben und auf den universellen Aspekt der Identität.

**Verantwortlichkeit** - Bei diesem Thema geht es hier darum, einen Standpunkt in Ihrem Leben einzunehmen und Ihren Teil in der Welt zu leisten. Dazu gehört, zu jedem bestimmten Zeitpunkt entsprechend Ihrem besten Können zu handeln und gewillt zu sein, Fehler zu machen und daraus zu lernen, sowie anzuerkennen, daß die Energien des Selbst nur im Entscheiden und Verhalten voll ausgedrückt werden können. Verantwortlichkeit basiert auf Bewußtheit, doch lebendiges Antwort-Geben verlangt die Transformation von Bewußtheit in Handlung. Die Handlung kann innerlich oder äußerlich, deutlich sichtbar oder nur dem Selbst bekannt sein, doch ohne sie ist der Prozeß der Psychosynthese blockiert. Nur indem wir persönliche und spirituelle Verantwortung übernehmen, wie es im Verhalten, das mit der eigenen Berufung übereinstimmt, ausgedrückt wird, kann sich das Höhere Selbst in der Welt ausdrücken.

Wenn die Fragestellungen, die mit dem Übernehmen von Verantwortung zu tun haben, auf einer psychodynamischen oder transpersonalen Ebene interpretiert und entsprechend behandelt werden, wird die Gelegenheit des Selbst, sich auszudrücken, verzögert und das Freilassen der Energien des Selbst verhindert. Oft ist es nötig, Arbeit auf anderen Ebenen zu leisten, um das Übernehmen von spiritueller Verantwortung zu unterstützen, doch diese Arbeit ist nicht dieselbe wie diejenige, Entscheidungen zu treffen, zu handeln und aus der Erfahrung, daß das Selbst sich ausdrückt, zu lernen. Spirituelles Antwort-Geben verlangt eine direkte Konfrontation mit der

Welt, mit den Kräften innerhalb und außerhalb, die dieser Handlung Widerstand leisten, und die Bereitwilligkeit, im Licht der tiefsten eigenen Werte gesehen und gehört zu werden. Spirituelle Verantwortung in der Welt zu übernehmen, ist die endgültige Blume des Psychosynthese-Prozesses.

**Dienen** - Die Frucht der Bestrebungen ist also das Dienen. Doch was dieses Wort und die Erfahrung anbelangt, herrscht große Verwirrung. Der häufigste Fehler ist der, daß Dienen als ein Konzept eingeführt wird, bevor die Arbeit auf der personalen und transpersonalen Ebene abgeschlossen wurde. Dies läuft auf eine erzwungene Erfahrung des Dienens hinaus, das in Schuld und Scham, innerem oder äußerem Druck, intellektualisierter Güte wurzelt. Oder Dienen wird als unterdrückend und unangemessen zurückgewiesen. Die wahre Erfahrung des Dienens ist der tiefste Instinkt und das tiefste Bedürfnis des Selbst. Wenn ein Mensch heranreift, entsteht ganz natürlich der Impuls, anderen und der Welt von Nutzen zu sein, nicht als ein beliebiger Gedanke oder als ein Konzept, das einem von einem Glaubenssystem auferlegt wurde, sondern als ein natürliches Ergebnis der Lebensentwicklung. Die Erfahrung des Dienens wurzelt in unserem Sein, im Dasein für alles Leben, in einer Ausgewogenheit zwischen lieben und sich lieben lassen und einem Erkennen der Heiligkeit allen Lebens, einschließlich des eigenen. Es ist etwas völlig Natürliches für den Menschen und ist das Verströmen der Energien des Selbst. Daß es in so vielen von uns blockiert ist, zeigt bloß an, wie sehr wir vom Selbst abgetrennt sind.

Dienen kann man häufiger bei Kindern beobachten, die mit ihrer tieferen Natur noch verbunden sind, bei reifen Erwachsenen, die sich wieder verbunden haben, und zeitweise bei den übrigen von uns in jenen Momenten der Selbst-Verbindung, in denen wir uns der Realität des Selbst öffnen und "die Welt" durch seine Perspektive "sehen". Das Bedürfnis zu dienen, ist eine Frage der Spiritualität; es bringt das Aufeinander-Abstimmen des personalen mit dem spirituellen Willen mit sich, sowie das anhaltende Freilassen der Energien des Selbst in die Welt hinaus. Die Arbeit an personalen und transpersonalen Problemen ist eine klare Voraussetzung, doch diese Probleme dürfen nicht mit der Erfahrung selbst und ihrer Anerkennung sowie ihrer sorgfältigen Unterstützung verwechselt werden.

## Synthese

Diese Ausführungen geben uns einen ersten Eindruck von den einzelnen klinischen Problemkreisen, auf die wir in der spirituellen Psychosynthese stoßen. Die drei Dimensionen, die personale, transpersonale und die spirituelle, sind von Natur aus miteinander verbunden, daran besteht kein Zweifel, und in der tatsächlichen Arbeit sind alle drei in einem bestimmten Maß vorhanden. Doch in jedem Stadium der Entwicklung ist normalerweise eine im Vordergrund, und wenn eine Dimension mit der anderen verwechselt wird, tauchen in der Arbeit Schwierigkeiten auf und der Prozeß wird nicht voll unterstützt. Umgekehrt können wir die Genauigkeit unserer Zusammenarbeit mit dem Selbst in unserer Arbeit beträchtlich steigern, wenn wir jede Dimension als das erkennen können, was sie ist, und die Probleme, die wirklich zu ihr gehören, direkt angehen. Auf diese Weise sind wir fähig, dazu beizutragen, die Energien der Synthese, die in der Person liegen, freizusetzen zur Heilung, zum Wachstum und zum Dienen. Die drei Dimensionen treffen - wie ich meine - auch auf die Entwicklung von Paaren, Familien, Gruppen, Organisationen und vielleicht auf Nationen und den Planeten als Ganzes zu. Zur Zeit jedoch sind sie am eindeutigsten in der klinischen Praxis mit dem Individuum verwurzelt. Sollte sich die Unterscheidung als nützlich erweisen, kann die Arbeit weitergehen, indem man diese Unterscheidung auch in den anderen Bereichen erprobt. Die Psychosynthese entwickelt sich weiter - wie alle Denksysteme, alle Theorien oder Sichtweisen - und ich biete diese eine



Veränderung als einen Aspekt ihrer Entwicklung an. Meine Hoffnung ist, daß sie uns erlauben wird, deutlicher zu sehen, was bezüglich Individuen und ihrer Entwicklung wahr ist, und eine größere Hilfe beim Heilen und Nähren sowohl der Person als auch des Planeten zu sein. Falls die Idee nützlich ist, wird sie die Arbeit in der Psychosynthese auf eine natürliche und vernünftige Art beleuchten. Was jetzt nötig ist, ist ihre Gültigkeit innerhalb des Kontextes klinischer und erzieherischer Arbeit zu überprüfen. Ich lade die praktizierenden Kollegen ein, diese Aufgabe zu übernehmen und kontinuierlich zu überprüfen, wie wir "sehen" und wie sich dies sowohl auf unsere Praxis wie auch auf unser Leben auswirkt.

## **Bemerkungen**

1. Es ist nützlich, uns daran zu erinnern, daß das Wort *Theorie* aus dem altgriechischen Wort *theorein* abgeleitet wird, das "sehen" bedeutet. Folglich ist eine Theorie eine Art, eine Sache zu sehen, und verschiedene Leute werden verschiedene Theorien haben, die davon abhängen, auf welche Weise sie die Wirklichkeit erfahren. Einige Theorien werden allgemeiner sein, andere wiederum spezifischer. Alle Theorien sind voreingenommen und in gewisser Hinsicht begrenzt. Folglich ist die Aufgabe der Theorie-Entwicklung, eine Sichtweise zu finden, die in Einklang mit den beobachteten Phänomenen steht und gleichzeitig genügend Konsens unter Mit-Sehenden gewinnen kann, um allgemein akzeptiert zu werden. Alle Theorien sind bestenfalls Annäherungen und sind folglich nie in einem absoluten Sinne wahr. Trotzdem können sie uns helfen zu sehen, was "da" ist, so gut wir es jeweils vermögen. Da wir im Verlauf der Jahre dazu kommen, klarer zu sehen, können wir unsere Theorien modifizieren oder sie auch verwerfen, wenn sie aufhören, für uns nützlich zu sein. Zu jedem Zeitpunkt werden gewisse Theorien "das Sehen" der Mehrheit beeinflussen, während andere Theorien eine mehr marginale Existenz führen, sei es, weil sie überholt sind oder weil sie noch nicht als eine Sichtweise erkannt wurden, die die Realität enthüllt. Das Überprüfen einer Theorie beinhaltet denn auch zu erforschen, wie Menschen gewisse Phänomene sehen und zu bewerten, wie nützlich diese Sichtweise in ihrer Fähigkeit ist, den zu prüfenden Aspekt der Wirklichkeit genau zu beleuchten und zu erklären.

Zur Zeit existieren in der Psychologie zahlreiche Ansichten nebeneinander über die menschliche Entwicklung, das Funktionieren und die Störungen. Die großen Denkschulen dieses Jahrhunderts waren die psychoanalytische, die humanistische und die transpersonale, sowie die Verhaltenstheorie, doch innerhalb dieser Schulen gab es viele Gruppierungen mit Methoden und Techniken, die auf ihrer jeweils besonderen Sichtweise basierten. Einerseits hat dies eine bruchstückhafte und widersprüchliche Reihe von möglichen Einstellungen zum Heilen und zur Entwicklung geschaffen. Andererseits weist es auf das schließliche Erscheinen einer umfassenden Theorie hin, die uns helfen können wird zu sehen, wie die Denkschulen untereinander verbunden sind. Diese Theorie muß noch gefunden werden, doch es gibt Menschen, die in diese Richtung arbeiten. Bis zum Ende des Jahrhunderts haben wir möglicherweise einen soliden Anfang gemacht, hin zu einer einheitlichen Betrachtungsweise menschlicher Entwicklung in all ihren Dimensionen.

2. Viktor Frankls Logotherapie ist ein Beispiel; Rudolf Steiners Gedanken über Erziehung ein anderes.

3. In den letzten Jahren haben die Psychosynthetiker der Psychopathologie größere Aufmerksamkeit geschenkt und erkannt, daß die Techniken für die Behandlung der verschiedenen neurotischen Störungen für die Behandlung ernsthafterer Störungen der Persönlichkeit nicht geeignet waren. Dies hat zur Entwicklung neuer Techniken in Übereinstimmung mit den Prinzipien der Psychosynthese geführt, die sich für die Behandlung

dieser Schwerkranken eignen, sowie zu einer konsequenten Ausweitung der Dimensionen der Arbeit in der personalen Psychosynthese.

4. Es ist interessant zu bemerken, daß in der klinischen Arbeit diese Erfahrung fast immer auf die Erfahrung des eigenen, konkreten Schmerzes des Klienten folgt. Dies trifft auch auf die wilde Empörung über den Zustand der Welt zu, die nach dem freien Ausdrücken der persönlichen Wut über Angelegenheiten im eigenen Leben aufsteigt. Dies würde darauf hinweisen, daß eine wahre Erfahrung "erweiterter Liebe" in einer Konfrontation mit dem persönlichen Leiden wurzelt. Ohne sie kann der Anspruch auf diese Ebene der Liebe leicht zu einer Platitüde und oberflächlich werden und schließlich als ein Widerstand gegenüber unterdrücktem und verleugnetem persönlichen Material benutzt werden.

### **Literaturverzeichnis**

Assagioli, R. (1971). *Psychosynthesis*. New York: Viking.

Dante, A. (1961). *The divine comedy* (Die göttliche Komödie). London: Oxford University Press.

Deikman, A. (1982). *The observing self* (Das beobachtende Selbst). Boston: Beacon Press.

Grof, S. (1985). *Beyond the brain*, New York: SUNY Press. Deutsch: Geburt, Tod und Transzendenz, Kösel 1985

Hillman, J. (1975). *Revisioning psychology* (Revision der Psychologie). New York: Harper & Row.

Vaughn, F. (1986). *The inward arc* (Der innere Bogen). Boston: Shambala.

Aus dem Amerikanischen von Lisa Zürcher-Giannakopoulou und Almut Pahlke-Atkins