

Ein praktischer spiritueller Weg: Das Persönliche, das Berufliche und das Gesellschaftliche verbinden.¹

Gill Wyatt

Devon, United Kingdom

Eingangs wird dem Bedeutungsgehalt von Spiritualität nachgegangen und in der Folge der Erforschung der Wichtigkeit von Weltanschauungen. Eine in einem holistischen Sinn vielfältig verbundene (*interconnected*) Weltsicht zeigt auf, wie unsere Fähigkeiten, Beziehung mit der Umwelt aufzunehmen (*relational qualities*), unsere Partizipation formen und die Welt miterschaffen. In dieser vielfältig verbundenen Welt verbindet ein praktischer spiritueller Weg das Persönliche, das Berufliche und das Gesellschaftliche miteinander. Meiner Meinung nach stellt ein praktisches spirituelles Leben eine Entwicklung von Rogers' „Way of Being“ dar mit der Intention, von Moment zu Moment die Beziehungsqualitäten von Rogers' Bedingungen zu leben, die in allen Aspekten des Lebens wachstumsfördernd sind. Ein persönliches Erlebnis soll dies illustrieren. Die Rolle von Kongruenz und Herz-Kohärenz begünstigt die Fähigkeit, Beziehungsqualitäten zu entwickeln, die alles Leben aufwerten. Die Intensivierung globaler Herausforderungen, die die Welt durchzustehen hat, bedeuten eine starke Einladung an Personenzentrierte Psychotherapeutinnen², sich Rogers' „Way of Being“ in allen Aspekten ihres Lebens als einen praktisch gelebten spirituellen Weg zu eigen zu machen. Wenn wir den Kreis unserer Identität so erweitern, dass er alle miteinschließt, werden wir Teil der evolutionären Chance.

Schlüsselwörter: Praktischer (praktizierter, praktisch gelebter) spiritueller Weg; miteinander vielfältig verbundene Weltsicht; Fähigkeit, mit der Umwelt in Beziehung zu treten (Beziehungsqualität), Partizipation, Herz-Kohärenz, globale Herausforderungen, Kreis der Identität, evolutionäre Chance.

A Practical Spiritual Path: Connecting the Personal, the Professional and the Societal. The meaning of spirituality is introduced followed by an exploration of the significance of worldviews. The holistic interconnected worldview shows how relational qualities shape our participation and co-creates the world. In this interconnected world a practical spiritual path connects the personal, the professional and the societal. I suggest living a practical spiritual life is a development of Rogers' „way of being“ where there is an intention, moment by moment, to live the relational qualities of Rogers' conditions, which are growth enhancing in all aspects of life. A personal experience provides an illustration. The role of congruence and heart coherence facilitates the ability to develop relational qualities that enhance all life. The intensification of global challenges facing the world provides a strong invitation to person-centred psychotherapists to embrace Rogers' way of being in all aspects of their lives as a practical spiritual path. By extending our circle of identity to include all, we become part of the evolutionary opportunity.

Key Words: Practical spiritual path; interconnected worldview; relational qualities; participation; heart coherence; global challenges; circle of identity, evolutionary opportunity.³

Gill Wyatt leitet „Creating Synergies“, eine Förderungs-, Forschungs- und Beratungseinrichtung, die Einzelpersonen, Organisationen und Gemeinschaften dabei unterstützt, schwierige Herausforderungen zu Chancen transformativer Qualität zu machen. Seit 25 Jahren ist sie im Feld des Personenzentrierten Ansatzes als Psychotherapeutin und Lehrende im Hochschulsektor tätig. gillwyatt@creatingsynergies.com

-
- 1 Entwickelt aus einem Vortrag beim Symposium des FORUM/APG: „Personenzentrierte Psychotherapie und Spiritualität im Dialog“, 7./8. 10. 2011 in Wien.
 - 2 Im Folgenden wird zur leichteren Lesbarkeit meist die weibliche Form verwendet, auch da die Mehrheit dieser Berufsgruppe wie der Adressaten weiblich ist. Gemeint sind selbstverständlich immer beide Geschlechter.
 - 3 Übersetzung aus dem Englischen von Irmgard Fennes.

In seinen späten Jahren betonte Rogers seinen Ansatz als eine „Philosophie des Lebens und der Beziehungen“ (1980, S. 38) und als eine Seinsweise („way of being“) (ebd. S. ix) und nicht einfach nur als Psychotherapie. Er wurde auch offener darin, die Bedeutung von Spiritualität anzuerkennen, trotz seines jahrelangen Unbehagens mit der Religion seiner Kindertage und seiner Schwierigkeit, die „Spannung zwischen „Menschlichem“ und „Wissenschaftlichem“ aufzulösen (van Kalmthout, 2004, S. 197). Rogers schien darauf hinzuweisen, dass seine Lebensphilosophie und seine Art zu sein Zugang zu einer Dimension ermöglichte, die spirituell war. Seither haben Andere die Spiritualität innerhalb der Personzentrierten Therapie erforscht (Thorne, 2012; van Kalmthout, 2004, 2008; Leijssen, 2008; Moore and Purton, 2006). In diesem Aufsatz wird Rogers' „Way of Being“ zu einer Art und Weise entwickelt, das Leben zu leben – von Moment zu Moment, wodurch ein „praktischer spiritueller Weg“ entsteht, der das Persönliche, das Berufliche und das Gesellschaftliche miteinander verbindet.

Die untereinander verbundene Welt stellt für meine Nachforschungen einen erweiterten Rahmen zur Verfügung, in dem alle Arten von Wissen gültig sind, da „die Arena alles ist“ (Braud, 1994, S. 31): Meine Untersuchung ist wie eine Geschichte, in der ich meine Ideen vorstelle, sie durch persönliche Erfahrungen illustriere und durch vorhandene Literatur untermauere. Es gibt wachsende Zustimmung für Story-Telling als Forschungsmethode (Heron, 1998; Ellis und Brochner, 2001; Wilkins, 2000; Wyatt, 2004), weil es ein Behältnis (container) für die Tiefe und Weite menschlicher Erfahrung bereitstellt. Validität inkludiert heute das Suchen nach und Ausdrücken von persönlicher Wahrheit und nicht nur logische und evidenzbasierte Fakten. Vielleicht unterstützt Rogers' Aussage darüber, dass das „was das Persönlichste“ ist, die Fähigkeit habe, das zu erhellen, „was das Allgemeinste“ ist (1961, S. 26), die Legitimität authentischer persönlicher Wahrheit. Ich verwende „wir“ manchmal in meiner Erzählung, um die Vernetztheit und inhärente Ganzheit der Welt abzubilden und zu bekräftigen.

Was ist Spiritualität?

Spiritualität ist eines jener Worte, das einerseits starke Reaktionen in Menschen auslöst und andererseits in seiner Bedeutung schwer zu artikulieren ist. In der Vergangenheit war Spiritualität untrennbar mit Religion verflochten, manchmal synonym verwendet. Es beinhaltete die Annahme einer metaphysischen, übernatürlichen Wirklichkeit, die Autorität eines göttlichen Wesens und eine Voraussetzung von Glauben. In jüngerer Zeit tauchten andere Vorstellungen auf, die eine deutliche Trennung zwischen Spiritualität und Religion betonen, nachdem die Menschen unter Spiritualität verstehen, ein sinnvolles Leben zu

leben und zu verstehen, worauf es in der Welt ankommt. Wie Danah Zohar, eine Organisationsberaterin, Philosophin und Autorin, und Ian Marshall sagen:

„Menschliche Wesen sind essentiell spirituelle Kreaturen, weil sie getrieben sind von dem Bedürfnis, „fundamentale“ oder „ultimative“ Fragen zu stellen ... Wir sind bestimmt von einer spezifisch menschlichen Sehnsucht, Bedeutung und Wert in dem zu finden, was wir tun und erleben ... Wir sehnen uns nach etwas, nach dem wir streben können, das uns über uns selbst und den gegenwärtigen Moment hinausträgt, etwas, das uns und unseren Tätigkeiten ein Gefühl von Wert verleiht.“ (Zohar and Marshall, 2000, S. 4).

Andere Vorstellungen beinhalten eine weltliche Spiritualität, die humanistische Eigenschaften und Werte betont – Mitgefühl und Sorge für andere, Liebe, Geduld, Toleranz, Verantwortung, Großzügigkeit. Diese reichen über eine rein materialistische Weltsicht hinaus, erfordern aber weder den Glauben an ein göttliches Wesen noch an dessen Autorität oder an eine übernatürliche Wirklichkeit. Martin van Kalmthout schlägt vor, dass Rogers' „way of being“ ein modernes Bedeutungssystem sein könnte, um die Leere zu füllen, die die Religion hinterlassen hat (Kalmthout, 2004, 2008). Andere definieren Spiritualität als die Suche nach dem Heiligen – dem Transzendenten oder Transpersonalen, das jenseits des Selbst und des Gewöhnlichen ist, sei das nun Gott, das Göttliche oder eine natürliche kreative Kraft, die durch unser Universum fließt. Mia Leijssen beschreibt das Heilige als ‚Qualität von Lebenserfahrung‘. Es hat zu tun mit Wert, Tiefe, Wunder, Verneigung, Berühren der Seele der Lebenskraft (Leijssen, 2008, S. 220). Für andere ist Spiritualität das miteinander Verbundensein des Universums im universellen oder kosmischen Bereich (Baring, 2002).

Der fundamentale Unterschied zwischen *Religion* und *Spiritualität* hat zu tun mit äußerer und innerer Autorität. Religion ist meist eine Reihe von außen beschriebener Regeln vermittelt durch heilige Texte und Priester, die in Familien und Gemeinschaften überliefert werden. Nicht zuletzt diese äußere Autorität war ausschlaggebend dafür, dass Rogers Religion abgelehnt hat. Spiritualität hat eine mehr persönliche, verdeckte Dimension, welche Menschen führt, ihren Lebensinn zu finden und zu realisieren. Sie erwächst aus der Verbindung mit einem tief inneren Aspekt des Selbst jenseits des Ego, der die Weisheit erlangen kann, um Werte, Gedanken, Gefühle und Verhalten zu evaluieren. Indem es sich dem Neuen öffnet, kann ein solches Wachsen die Kreativität oder „Lebensenergie“ der Welt berühren. Rogers bietet einen flüchtigen Blick darauf an, wenn er sagt: „Ich finde mich in meiner besten Form, wenn ich mich vom Fluss meines Erlebens tragen lasse, in einer Richtung, die nach vorne weist, hin zu Zielen, derer ich mir nur undeutlich bewusst bin.“ (Rogers, 1961, S. 27). Das spricht auch aus Rogers' *formativer Tendenz* (1980), einem fundamentalen Teil seiner Philosophie. „Wir kommen in Kontakt mit einer Tendenz, die alles organische

Leben durchdringt – eine Tendenz, all die Komplexität zu werden, derer das Leben fähig ist...eine starke kreative Tendenz“ (Rogers, 1980, S. 134). Sich dem Potential zu öffnen, tritt nun an die Stelle einer vorschreibenden äußeren Autorität, was unsere „Fähigkeit uns selbst zu transzendieren, um neue und eher spirituelle Richtungen der menschlichen Evolution zu kreieren“ (ebd.) aktivieren kann.

Die Bedeutung von Weltanschauungen

Das Untermauern jeglicher Philosophie oder Theorie über das Leben ist die Art und Weise, wie wir die Welt sehen, etwas wissen und wie wir uns die Welt erklären – unsere Weltanschauung. Diese umfassende Perspektive berührt Fragen der

- *Ontologie* – Wie ist die Wirklichkeit beschaffen und wie die Natur des Seins?
- *Epistemologie* – Was ist das Wesen der Erkenntnis und wie ist die Beziehung zwischen dem Wissenden und dem, was gewusst werden kann?
- *Methodologie* – Wie lernen wir über die Welt und sammeln Erkenntnis?
- *Axiologie* – Welches Wissen ist von Wert und stiftet Bedeutung?

(Heron, 1998, S. 236)

Meine Weltanschauung ist die einer miteinander verbundenen, holistischen Welt, im Gegensatz zur konventionellen westlichen Weltanschauung, die weitgehend von der Newtonschen-Cartesischen Weltansicht geprägt ist. Diese beschreibt eine mechanische und materialistische Welt ohne Sinn, Leben oder Spiritualität. Verstehen entsteht durch Auseinandernehmen, wie bei einer Maschine, da die Teile sich wie Billardkugeln in einer vorhersehbaren, kontrollierbaren und quantifizierbaren Weise verhalten. Das anerkannte Wissen ist rational, empirisch und objektiv und wird durch Analyse und logischen Positivismus generiert (Capra, 1983).

Die Annahmen und Wertigkeiten dieser Weltanschauung wurden von verschiedenen Richtungen her in Frage gestellt, wie Quanten-, System- und Komplexitätstheorie; Neurowissenschaft, Bewusstseinsstudien; kritische Theorie der Postmoderne, feministische und kulturelle Studien; Psychotherapie, Ökopsychologie und Tiefenökologie. Die daraus hervorgehende Weltanschauung hat eine bemerkenswerte Ähnlichkeit und Resonanz mit der vernetzten Ganzheitlichkeit östlicher Philosophie und Spiritualität, in der alle Phänomene Manifestationen der Gemeinsamkeit, des Einsseins, eines kosmischen Ganzen sind, in dem alles aufeinander bezogen, interdependent und untrennbar ist. Das ist das *Dazwischen-Sein* (*„interbeing“*), auf das sich Thich Nhat Hanh (2003) bezieht.

Diese vernetzte, holistische Welt ist voll von aufeinander bezogenen Entitäten (*entities*) und nicht von separaten materiellen Objekten. David Bohm, ein Quantenphysiker und Philosoph, zeigt auf die Welt als „ein unteilbares Ganzes“. Er sieht die atomistische Welt als eine „Vereinfachung und Abstraktion, gültig nur in einem begrenzten Kontext“ (Bohm, 1980, S. 11). Aufeinander Bezogenheit wird zentral. Mae-Wan Ho, ein Genetiker und Biophysiker, sagt: „anstelle fester Objekte mit simplen Positionen in Raum und Zeit finden sich delokalisierte, wechselseitig verschränkte Quanten-Entitäten, die sich wie Organismen entfalten“ (Mae-Wan Ho, 1998).

Der Reduktionismus und die lineare Kausalität der Newtonschen-Cartesischen Welt werden so radikal herausgefordert. X verursacht nicht mehr vorhersagbar Y. Statt dessen haben wir die Co-Kreativität von wechselseitiger Kausalität, wo die Dichotomie zwischen dem Selbst und der Welt verschwindet (Macy, 1991) und durch komplexe Feedbackschleifen und Verzweigungspunkte ersetzt wird. Es gibt nicht mehr länger eine Wirklichkeit, die vorherbestimmt und kontrolliert werden kann, sondern eher multiple Wirklichkeiten, von denen jede eine Perspektive auf das eingefaltete Ganze bietet, das sich durch unsere Partizipation entfaltet (Bohm, 1980; Bortolt, 1996). Skolimowski beschreibt es so: „Alles Leben ist Teilhabe. ... Je tiefer und vielschichtiger die Formen unserer Partizipation, desto tiefer und reicher das Universum, in dem wir leben.“ (Skolimowski, 1994, S. 181–182). Diese Charakteristik der miteinander verbundenen Welt in wechselseitiger Kausalität bedeutet, dass die Qualität unseres in Beziehung-Seins oder der Präsenz unserer An-Teilnahme von besonderer Signifikanz ist. Unsere An-Teilnahme und die Qualität des in Beziehung-Seins, die sie formen, rücken nun ins Zentrum. Die Art und Weise, wie wir leben und unsere Seinsweise (*„way of being“*) erschaffen die Welt mit.

Spiritualität als ein praktischer Weg

Ein spiritueller Weg wird gewöhnlich als ein innerer Weg angesehen, auf dem wir die Natur dessen erkunden, wer wir sind – unser Wesen, ein Weg, auf dem wir darauf achten, wie die Qualität unserer Werte, Motive und Absichten unsere Gedanken, Gefühle und Verhalten formt. Dieser Weg beinhaltet natürlicherweise die Transzendenz unseres begrenzten Ich, damit wir unser Potential verwirklichen und transformiert werden.

Innerhalb einer miteinander verbundenen Welt wird ein spiritueller Weg zu einem praktischen spirituellen Weg. Der Buddhismus würdigt immer schon diese Verbundenheit und betont die praktische Natur eines spirituellen Weges und seiner Erweiterung – der Anwendbarkeit in jedem Aspekt unseres Lebens. Jack Kornfield, ein gefeierter buddhistischer Lehrer,

sagt uns „es braucht einen ehrlichen mutigen Blick auf die Situationen unseres wirklichen Lebens, unsere Herkunftsfamilie, unseren Platz in der Gesellschaft rund um uns“, damit sich die spirituelle Praxis erweitert auf „rechte Beziehungen, rechtes Leben, rechte Rede und die ethischen Dimensionen eines spirituellen Lebens“ (Kornfeld, 1994, S. 310).

Die wechselseitige Kausalität und die zentrale Rolle der Anteilnahme in einer miteinander verbundenen Welt bedeuten, dass die innere Welt untrennbar verschlungen ist mit der äußeren Welt, ähnlich wie Mae-Wan Ho's verschränkte Quanten-Entitäten. Das bedeutet, dass das Persönliche, das Professionelle und das Gesellschaftliche nun zutiefst aufeinander bezogen sind. Vimala Thakar, ein indischer spiritueller Führer und Gesellschaftsaktivist, bekräftigt: „wir können Individuum und Gesellschaft nicht voneinander trennen. Wir alle enthalten (umfassen) die Gesellschaft. ... wir sind Ausdruck des Kollektivs“ (Thakar, 2006).

Ein praktischer spiritueller Weg befasst sich mit dem Leben von Moment zu Moment, mit einem Bewusstsein davon, wie die Art und Weise unserer Teilhabe – unsere Präsenz und unser Engagement – zutiefst alle Aspekte unseres Lebens und unserer äußeren Welt beeinflussen durch das Mit-Erschaffen des Universums. Er wird zu einer Reise durch das Leben, mit dem Wissen um meine ethische Verantwortung für den Zustand der Welt (wie klein diese auch immer sein mag), was meine tiefsten Motivationen inspiriert, um die Ganzheit meines Lebens mit Integrität zu leben – in meinen Beziehungen, meiner Arbeit, meiner Gemeinde.

Der Personzentrierte Ansatz und ein praktischer spiritueller Weg

Als Psychotherapeutinnen wissen wir, dass die therapeutischen Bedingungen von Rogers (1957) die Beziehungsqualitäten eines wachstumsfördernden Klimas beschreiben. Menschen erhalten Zugang zu „enormen Ressourcen sich selbst zu verstehen ... wenn nur ein Klima von hilfreichen psychologischen Haltungen bereitgestellt werden kann“. Das ermöglicht „einen zugrundeliegenden Fluss von Bewegung hin zu konstruktiver Erfüllung inhärenter Möglichkeiten“ (Rogers, 1978, S. 7).

Wenn die Beziehungsqualitäten gemäß Rogers' Bedingungen verwirklicht sind – Offenheit und Authentizität, herzliches Akzeptieren und sensibles Verstehen, und wenn dies alles empfangen wird, „der Andere sich gesehen und verstanden fühlt, und ein tieferes sich Beziehen möglich wird“, so ermöglicht dies eine tiefere Erkundung der Probleme einer Klientin und des Mysteriums ihrer Entstehung (van Kalmthout, 2008). Die Echtheit und Offenheit einer solchen Begegnung berührt etwas Tiefes – etwas Heiliges. Es ermöglicht Heilung und Wachstum. Diese Art von In-Beziehung-Sein, meint Rogers, schaffe Zugang

zur spirituellen Dimension. „In diesen Augenblicken scheint es, dass mein innerer Geist („*inner spirit*“) sich ausgestreckt hat und den inneren Geist des Anderen berührt. Unsere Beziehung transzendiert sich und wird Teil von etwas Größerem“ (Rogers, 1990, S. 137). Gegenwärtigkeit (Rogers, 1990; Schmid, 2001), Zärtlichkeit (Thorne, 2012), Beziehungstiefe (Mearns and Cooper, 2005), Begegnung (Schmid, 2001) und Liebe (Patterson, 1997) – all diese Begriffe wurden verwendet, um diese Tiefe an Bedeutung zu vermitteln.

Ein praktisch-spiritueller Leben zu leben heißt, sich mit der Gültigkeit wechselseitiger Kausalität und den Beziehungsqualitäten unserer Partizipation (relational qualities of our participation) zu befassen – dem Verflochtensein unserer inneren Welt mit der äußeren Welt. Dies deutet darauf hin, dass wir die Bedingungen in allen Aspekten unseres Lebens zu leben haben. Rogers wusste, dass er einen ‚way of being‘ präsentierte und nicht nur eine therapeutische Technik oder klinische Hypothesen. Er schrieb über die Anwendung in Erziehung und Bildung, im Interpersonellen, in Management und Administration, in Familien und internationalen Konfliktsituationen (Rogers, 1978, 1980). Eine Seinsweise, die auf seinen Bedingungen und dem Glauben an eine formative Tendenz basiert, beinhaltet die Absicht, unsere Authentizität, Wertschätzung und Empathie, die wir für Klienten haben, in jede Begegnung und Beziehung hinein auszudehnen. Was würde es bedeuten, so zu leben? Es wäre ein Leben, das sich rückhaltlos auf die personenzentrierten Werte gründet, nicht nur in der Therapiestunde. Es macht aus einem Job einen spirituellen Weg. Das bedeutet, den Worten Taten folgen zu lassen. Es wird praktikabel, indem es unser in-Beziehung-Treten, unsere Reaktionen und unser Handeln in der Welt inspiriert. Ein praktischer spiritueller Weg verlangt eine Veränderung in unseren Beziehungen untereinander und unserer Teilnahme an der Gesamtheit des Lebens, Tag für Tag, Gedanke für Gedanke, Handlung um Handlung auf jedem Schauplatz unserer Leben – mit Freunden und Familie, am Arbeitsplatz, in unseren Gemeinden, unserem Land, der EU und der ganzen Welt.

Ein Beispiel

Dieses Erlebnis von mir illustriert die Art von Aufmerksamkeit von Moment zu Moment, um die es geht, wenn man versucht, einen spirituellen Weg zu leben. Es beleuchtet die Wichtigkeit der Beziehungsqualitäten von Partizipation, der Co-Kreativität der miteinander verbundenen Welt und das Verwirklichen unserer personenzentrierten Fähigkeiten und Werte in allen Aspekten unseres Lebens.

Ich war in Brighton, um einen Workshop zu halten. Ich hatte bis 2 Uhr Früh vorbereitet und fühlte mich im Blick auf den Tag

voller Begeisterung, war aber auch müde und gestresst. Als ich mich durch die Tür kämpfte mit all meinem Gepäck und dem Computer, war der Taxifahrer gerade am Kofferraum des Autos beschäftigt; ich schob ungeduldig meinen Koffer auf ihn zu. Er fiel um. Der Mann wurde von meiner scheinbaren „Grobheit“ und dem Mangel an Rücksicht auf ihn irritiert. Als ich einsteigen wollte, war meine Tür versperrt und ich musste ihn zweimal bitten, sie zu öffnen. Ich fand ihn sehr rücksichtslos. Als unsere Fahrt begann, dachte ich darüber nach, was passiert war, und über die Problematik, die sich so schnell zwischen uns entwickelt hatte. Ich mochte nicht, wie ich mich benommen hatte. Mein erster Versuch, über die Schwierigkeit zu sprechen, hob die Stimmung ein wenig. Ich reflektierte weiter und erkannte, dass sich keiner von uns beiden wirklich verändert hatte. Wir hatten geredet, um unsere eigene Position als „richtig“ und die des anderen als „falsch“ zu erweisen. Ich beschloss, es noch einmal zu versuchen. Diesmal erzählte ich ihm mehr über meine Situation ... dass ich mich gestresst fühlte, müde und abgekämpft. Ich hätte mich verletztlich gefühlt und mir gewünscht, dass er sich um mich kümmerte, indem er mein Gepäck übernimmt. Und dass ich verärgert über ihn war, als er dies nicht tat. Ich sagte ihm, ich hätte mich unvernünftig verhalten. Als er so mehr von mir hörte, sagte er, dass er in seiner eigenen Welt gewesen sei, mich nicht wirklich wahrgenommen habe, dass er nur gedacht habe, ich sei schwierig, und so verhielt er sich auch „schwierig“. Er sagte frei heraus, dass er nun wünsche, er hätte mich gesehen und mir geholfen. Ich sagte, ich wünschte, ich wäre direkter gewesen und hätte ihn einfach um das gebeten, was ich brauchte. Wir waren beide von der Offenheit und Ehrlichkeit des/der anderen berührt. Als wir schließlich zum Veranstaltungsort kamen, trug er mein Gepäck zur Tür, und wir schauten einander herzlich in die Augen, wohl wissend, dass wir das Schlechteste und das Beste im anderen gesehen hatten. Wir schüttelten uns unter Blickkontakt herzlich die Hand und bedankten uns gegenseitig.

Der qualitative Charakter von Partizipation

Die Entwicklung von Bewusstheit darüber, wie Fähigkeiten unsere Partizipation formen, lässt uns verstehen, wie unsere innere Welt unsere Erfahrungen und die Welt mit erschafft. Diese Beziehungsfähigkeiten erlauben uns, den qualitativen Charakter unserer Kommunikation und unseres Verhaltens und dessen Auswirkung zu erkennen. Bevor ich ins Taxi stieg, war ich gestresst und müde. Ich war mit mir selbst beschäftigt und nahm den Taxifahrer nur in Bezug darauf wahr, ob er mein Leben leichter oder schlimmer machte. Ich war ungeduldig, gereizt und abweisend zu ihm, als er mich ignorierte. Als ich im Taxi saß, konnte ich langsamer werden und sehen, wie ich auf Grund von Müdigkeit und Stress in meinem selbstbezogenen,

‚beengten Selbst‘ gefangen war, unfähig, zu realisieren, dass ich Hilfe wollte, ganz zu schweigen davon, Zugang zu meiner Fähigkeit zu haben, um Hilfe zu bitten. Ich beschuldigte ihn, als er mich ignorierte, womit ich rechtfertigte, dass ich abweisend zu ihm war. Ich sah, wie meine Beziehungsfähigkeiten – Müdigkeit, Stress, Ungeduld, Bedürftigkeit und Selbstbezogenheit die Situation mit kreierten, in der der Taxifahrer mich für schwierig hielt und mich ignorierte. Jeder von uns war zum anderen abweisend, aus dem Gefühl heraus, der andere sei unhöflich gewesen.

In der Reflexion konnte ich sehen, wie ich mich ohne Rücksicht auf ihn benommen hatte. Ich begann, sein Erleben parallel zu meinem zu sehen. Meine Beziehungsfähigkeiten hatten sich verändert und nun kamen Reflexivität, Offenheit, Fürsorge und Interesse hinzu und die Gewilltheit, meine Verantwortung zu sehen. Als sich das vertiefte, nach meinem ersten Versuch mit ihm zu sprechen, gab es eine spürbare Veränderung, und er reagierte rückhaltlos auf meine nun vermehrte Authentizität. Wir begannen, uns anders aufeinander zu beziehen, wie unter Rogers' Bedingungen. Es entstand eine unerwartete Tiefe, so als ob die Bedingungen voll und ganz verwirklicht wären (Wyatt, 2000; Schmid, 2001; Mearns and Cooper, 2005). Mearns und Cooper beschreiben diese Beziehungstiefe als „Co-Transparenz, Co-Akzeptanz, Co-Verstehen, gegenseitige Co-Empfänglichkeit – ein Hin-und-Her-Fließen ... durch den Kanal, der verbindet“ (Mearns/Cooper, 2005, S. 46). Die qualitative Veränderung unseres Miteinander erschuf ein wechselseitig förderliches Bezogensein, das scheinbar einen ‚Multiplikator-Effekt‘ (Wyatt, 2013, S. 106) hatte, so dass wir beide am Ende ein Lächeln auf unserem Gesicht und Freude in unseren Herzen hatten über das Gefühl von Gemeinschaft. Wir wechselten von uns gegenseitig als ‚schlecht‘ zu empfinden hin zu einer größeren Präsenz und konnten einander so wahrnehmen, verstehen und wertschätzen.

Kongruenz, Reife und Von-Herzen-Leben (living with heart‘)

Während dieses Erlebnisses wechselte ich von Inkongruenz hin zu einem Kongruent-Sein. Sobald ich im Taxi war, war ich in der Lage, langsamer zu werden und zu reflektieren, was mir ermöglichte, physisch in mir anzukommen, in meinem ‚felt sense‘ (Gendlin, 1981), und die Diskrepanz zu erkennen zwischen dem, wie ich mich gerade benommen hatte und der Tatsache, dass ich auf dem Weg war, einen personenzentrierten Workshop zu leiten. Ich fühlte mich traurig und empfand langsam Akzeptanz für mich selbst und das, was passiert war. Dieser Vorgang befähigte mich anscheinend, mich aus meinem beengten Selbstkonzept, in dem ich erwarte, dass meine Bedürfnisse nicht gesehen und ich abgelehnt werde, hinaus zu verbinden und zu einem eher ‚ganzheitlichen Selbst‘ zu finden. Ich begann,

meine Verantwortung zu verstehen und diese meine bekannten darunterliegenden Muster zu erkennen. Ein ‚ganzheitliches Selbst‘ ist wie die Konzeption von Kongruenz der ‚ganzen Person‘ (Seeman, 2001; Ellingham, 2001; Wyatt, 2001). Kongruenz bedeutet, dass unser Erleben, Bewusstsein und Verhalten aufeinander abgestimmt sind (Rogers, 1986). Eine ‚ganze Person‘-Version impliziert, dass Kongruenz „alle Verarbeitung- und Funktionsebenen innerhalb einer Person“ beinhaltet. Dies beinhaltet „die physiologischen (neuro-bio-chemischen), die diffusen und undifferenzierten Sinneseindrücke, die emotional-kognitive Verarbeitung und ... Verhaltens- und Kommunikationsprozesse“ (Wyatt, 2001, S. 230).

Rogers sprach davon, dass die „optimale helfende Beziehung eine Beziehung ist, die von einer psychologisch reifen Persönlichkeit gestaltet wird“ (Rogers, 1961, S. 56), die Schritte unternimmt, um kongruenter zu werden und ‚fully functioning‘. Die Absicht, einen praktischen spirituellen Weg zu leben und Rogers’ ‚way of being‘ in alle Aspekte unseres Lebens hineinzunehmen, von Moment zu Moment, ist ein riesiges Unternehmen. Ich glaube, dass das Herz hier eine wichtige Rolle spielt.

Alle größeren Religionen und Weisheitstraditionen haben das Herz mit Spiritualität in Verbindung gebracht (Klotz, 2001; Helminski, 2000; Kornfield, 1994). Das Herz wird als die Quelle von Tugend, Weisheit, Mitgefühl angesehen und schafft einen Zugang zu unserer Seele oder dem ‚höheren Selbst‘. In der Bibel wird das Herz 743 Mal in Verbindung mit Gedanken, Weisheit, ‚rechtem Handeln‘, Liebe und Stärke genannt. Es ist sowohl für ‚gutes‘ als auch für ‚schlechtes‘ Verhalten verantwortlich, was ein Zitat des Evangelisten Lukas illustriert: ‚Ein guter Mensch bringt Gutes hervor, weil in seinem Herzen Gutes ist; und ein böser Mensch bringt Böses hervor, weil in seinem Herzen Böses ist. Wovon das Herz voll ist, davon spricht der Mund.‘ (Lukas, 6:45). Neil Douglas-Klotz, ein Spiritualitäts- und Psychologiewissenschaftler, sieht das Herz als das expansive Zentrum, das generative Kraft hat (Douglas-Klotz, 2001).

Einen praktischen spirituellen Weg zu leben beinhaltet, unser Herz zu öffnen. Dies ermöglicht die Erweiterung der Kreise von Bewusstsein und Mitgefühl, die sich ausdehnen können, um die ganze Welt mit einzuschließen. Andere und ich nennen das *mit ganzem Herzen leben* und es ist das, was Jack Kornfield einen ‚Weg des Herzens‘ nennt. Er sagt, „wenn das Herz ungeteilt ist, ist alles, dem wir begegnen, unsere Praxis. Es gibt keinen Unterschied zwischen Sitzen in Meditation in hingebungsvoller Stille oder Handeln in jedem Bereich“ (Kornfield, 1994, S. 289).

Diese Sicht des Herzens wird im Moment unterstützt durch die neueste neuro-kardiologische Forschung (Lacey and Lacey, 1970; Armour, 1991; Childre and Martin, 1999; McCraty, 2010). Sie zeigt das Herz als einen Dirigenten oder ‚globalen Koordinator‘ (McCraty, 2010, S. 14), der mit dem Gehirn und dem

Körper auf vier untereinander verbundene Weisen kommuniziert, was die verschiedenen aufeinander bezogenen Systeme des Körpers, die jede Körperzelle beeinflussen, orchestriert. Diese sind

- *Neurologisch* – 60 % der Herzzellen sind Neuronen, die über die zuführenden Nerven des autonomen Nervensystems arbeiten und die Funktionen aller Körperteile beeinflussen, tiefgreifende Auswirkungen auf die Funktion der höheren Gehirnzentren haben in einem Ausmaß, das dies funktionell als ‚Herz-Hirn‘ (heart-brain) bezeichnet wurde (Armour, 1991, McCraty, 2001).
- *Biochemisch* – als eine bedeutende endokrine Drüse, werden von ihr viele Hormone und Neurotransmitter freigesetzt und beeinflussen die Gehirnfunktion, jedes Organ unseres Körpers und unsere Emotionen (Cantin and Ganest, 1986; Armour, 1991).
- *Biophysisch* – durch Druck- und Schallwellen (McCarty et al., 1999).
- *Energetisch* – es kreiert das stärkste magnetische Feld im Körper, das magnetisch 5000 mal und elektrisch 60 mal stärker als jenes des Gehirns ist (Song et al., 1998; McCarty, 2003).

Es wurde gezeigt, dass, wenn unsere physiologischen Systeme koordiniert sind und gut zusammen arbeiten, unser Herzrhythmus geordneter ist, ähnlich einer Sinuskurve. Diese Herzkohärenz „geht einher mit vermehrter Ordnung, Effizienz und Harmonie in der Funktion unserer Körpersysteme“ (McCraty, 2010, S. 12) durch die vermehrte Synchronisation zwischen den beiden Zweigen des autonomen Nervensystems und einem Wechsel hin zu vermehrter Aktivität des Parasympathikus. Wir fühlen uns gut mit dieser Herz-Gehirn-Körper-Synchronisation und der Harmonie zwischen den physiologischen, emotionalen und kognitiven Systemen. Wir werden widerstandsfähiger, fähiger, mehr Stress zu ertragen, unser Immunsystem verbessert sich, wir haben bessere regenerative Fähigkeiten, unsere Emotionen sind besser ausbalanciert, kognitive Fähigkeiten verbessern sich durch vermehrte Konzentration, unser Wahrnehmungsvermögen erweitert sich, und wir sind in der Lage, das große Bild zu sehen und unser Verständnis von Zusammenhängen zu vertiefen, und die Fähigkeit, auf unsere Kreativität, Intuition, innere Führung und Weisheit zuzugreifen, erhöht sich (Childre and Martin, 2001; McCraty, 2001; 2003; 2010).

Forschung am Institute of Heartmath hat gezeigt, dass das Erleben eines Gefühls von Wertschätzung, Empathie und Fürsorge anderen und sich selbst gegenüber einen Zustand von Herzkohärenz herbeiführt (McCraty, 2010), wie dies auch Herzbasierte Meditation tut. Sind wir in Herzkohärenz, fühlen wir sehr wahrscheinlich ein Gefühl von Wohlsein, Frieden, Einheit, größere Verbundenheit mit unserer Intuition, dem höheren

Selbst und eine Verbundenheit mit Gott oder eine Einheit mit Anderen oder mit der Natur, abhängig von unserem Glaubenssystem (Childre and McCraty, 2002). Doc Childre, der Gründer des Institute of Heartmath und Rollin McCraty, der Forschungsdirektor, deuten an, dass Herzkohärenz „ein *internes Milieu* erschaffen, das einer Förderung spiritueller Erfahrungen zuträglich ist ... und der Fähigkeit, „mehr von Herzen zu leben, entlang ihrer tiefsten Grundwerte, oder mit größerer Verbundenheit zum Geist (*spirit*)“ (ebd. S.17).

Sowohl die spirituellen und Weisheits-Traditionen als auch die Neurokardiologie erbringen den Nachweis für die weitreichende, generative und weise Natur des Herzens. Es scheint eine deutliche Ähnlichkeit zu geben zwischen einer Begrifflichkeit von Kongruenz „der ganzen Person“ (Seeman, 2001; Elingham, 2001; Wyatt, 2001), die „alle Verarbeitungs- und Funktionsebenen innerhalb einer Person“ (Wyatt, 2001, S. 230) beinhaltet und von Herzkohärenz, die „vermehrte Synchronisation und Harmonie zwischen den kognitiven, emotionalen und physiologischen Systemen“ (McCraty, 2001, S. 17) bedingt. Die positiven Emotionen, die Herzkohärenz hervorbringen, sind den Beziehungsqualitäten von Rogers' Bedingungen bemerkenswert ähnlich. Das lässt vermuten, dass Herzkohärenz diese Beziehungsqualitäten fördert. Das Herz wird dann zu einem Ort der Balance, Integration und Integrität. Herzkohärenz ist so etwas wie Herz-Zentriertsein, wodurch meine Gedanken, Gefühle, Wahrnehmungen und meine Erfahrung in mein Herz gelangen, da ich von diesem Ort aus offen sein kann, eine breitere Perspektive gewinne und Rogers' organismischem Funktionieren (Rogers, 1980) näher bin.

Um zu meinem erwähnten Beispiel zurückzukommen, als ich mir im Taxi die Zeit nahm zu reflektieren, was geschehen war, als ich behutsam meine Verantwortung wahrnahm, mein zärtliches mich selbst Akzeptieren, aber auch der Wunsch, etwas zu verändern, so waren dies authentisch positive Gefühle. Ich bewegte mich in Richtung Herzkohärenz, was wie zu einer Feedbackschleife wurde und ein stärker authentisches, weises, mitfühlendes Verhalten ermöglicht hat, was wiederum zu mehr Herzkohärenz führte. Ich war in der Lage, die Begrenzung meines ‚beengten Selbstkonzepts‘ (Mearns and Thorne, 1988) aufzuweichen, die von meiner persönlichen Geschichte geformt worden waren, von der Kultur, in der ich aufgewachsen bin und durch die Entscheidungen, die ich getroffen habe, wer ich bin, wer die Anderen sind, und wie die Welt beschaffen ist. Es ermöglichte mir, aus diesem ‚Netz des Erlebens und Wahrnehmens‘ auszubrechen, durch welches ich wahrgenommen, erlebt und kommuniziert hatte, als ich im Stress war. Als ich Zugang zu einem ganzheitlicheren Selbst bekam, kümmerte es mich, wie mein Verhalten einen anderen betroffen hatte und ich fühlte die Inkongruenz zwischen meinen Werten und meinem Verhalten. Für eine Weile konnte ich die unterschiedlichen

Aspekte meines Selbst – sowohl ‚Konfigurationen des Selbst‘ (Mearns, 2000) und verschiedene Dimensionen meines Lebens – miteinander verbinden und einen Schritt näher kommen zu einer integrierten Kohärenz zwischen meinen Werten, Visionen, Gedanken, Gefühlen und dem Verhalten in allen Aspekten meines Lebens.

Der Zustand der Welt

Heute stehen wir an einem ‚kulturellen Wendepunkt‘ (Lipton and Bhaerman, 2009). Die alte Newtonsche-Cartesianische Weltsicht hat zu unvorstellbaren technologischen und materiellen Fortschritten geführt, und zugleich zu verstärkten Krisen wie die gravierende finanzielle Instabilität, die mit wirtschaftlichem Kollaps droht, ein zunehmendes Misstrauen gegenüber unseren politischen Systemen, eine Explosion ökologischer Probleme und eine emotionale Verarmung im Laufe der ‚Dekaden von Individualismus und Konsum, die soziale Bindungen wegerodiert haben‘ (Gerhardt, 2010, S. 12). Desmond Tutu beschreibt das Ausmaß der Krise, wenn er sagt, es gebe eine ‚radikale Zerbrochenheit in allem, was existiert‘ (Tutu, in Wheatley, 2002). Indem wir gelernt haben, rational zu sein und logisch, die Dinge auseinander zu nehmen, um sie zu verstehen, resultierte daraus eine fragmentierte, materialistische Welt mit einer Überbetonung des Quantitativen. Ken Wilber, ein Philosoph und spiritueller Lehrer, spricht von einer ‚Verflachung‘, wenn wirtschaftlicher Materialismus unsere Welt formt. Wenn nur die Linse einer materialistischen Wissenschaft verwendet wird, geht die Tiefendimension der Welt verloren (Wilber, 2001). Das Ergebnis ist die Vorherrschaft von Gesellschaften, die von technologischem und materialistisch zielorientiertem Wachstum dominiert werden, eingetaucht in Konsum, angetrieben von der Tyrannei der Schulden. Es gibt eine Trennung der moralischen Bedenken von wertbasierter Entscheidungsfindung, wenn Kunst, Ästhetik und ethische Verantwortung aus Wissenschaft, Geschäftsleben und Regierungspolitik verbannt und ausgeschlossen werden (ebd.). Das steht in krassem Gegensatz zur neu aufkommenden Weltanschauung von All-Verbundenheit, die intrinsische Ganzheit, Fürsorge, ethische Partizipation und weise kooperative Entscheidungsfindungen in den Blick nimmt. Innerhalb jedes Paradigmas variiert die Art der Bezo-genheit stark (Wyatt, 2010). Die genannten Qualitäten stehen deutlich im Gegensatz zu einer Fragmentierung, mechanistischen Auffassung, Kontrolle und Determinismus – welche oft mit der Newtonschen-Cartesianischen Weltsicht verbunden sind (Capra, 1983; De Quincy, 2002). Die Beziehungsqualitäten legen die Art der Welt fest, in der wir leben.

In der westlichen Gesellschaft ist ein Ungleichgewicht zwischen dem Individuum und dem Kollektiv entstanden. Einstein sprach von Menschen als ‚Gefangene ihres eigenen Egoismus‘,

wenn ‚egoistische Triebe‘ des Individuums auf Kosten einer Verminderung ‚sozialer Triebe‘ konstant betont werden (Einstein, 1949). Seit Einstein dies vor über 60 Jahren sagte, ist die Situation zum Teil schlimmer geworden. Es gibt mehr kompetitiven Individualismus, weil Menschen ichbezogener, vom Konsum getrieben, von Abhängigkeiten betäubt und der Gesellschaft entfremdet werden. Bill Plotkin, ein Tiefenpsychologe und Wegbereiter für sozialen Wandel glaubt, dass die Mehrheit der Menschen in der ‚entwickelten Welt‘ nicht reif sei, und er spricht von den ‚gesellschaftlichen Symptomen der Patho-Adoleszenz‘ (Plotkin, 2008, S. 7). Während einer gesunden Entwicklung weitet sich unser ‚Kreis der Identität‘ normalerweise aus. Per definitionem sind das die Menschen, die für unser Überleben essentiell sind und denen wir unsere Fürsorge und Rücksicht entgegenbringen. Mit unserer unreifen Gesellschaft sind wir selten in der Lage, unseren ‚Kreis der Identität‘ über den direkten Kreis unserer Familie und einiger weniger Freunde hinaus auszudehnen.

Schlussfolgerung: Die Bedeutsamkeit eines praktischen spirituellen Weges

Angesichts des Zustands der Welt besteht eine echte Notwendigkeit dafür, dass wir diese Einladung *„mit dem Herzen zu leben“* annehmen und dafür, dass unsere Partizipation durch die Beziehungsqualitäten von Rogers’ Bedingungen geformt werden – offen für eine starke kreative Tendenz anstelle vorschreibender äußerer Autoritäten. Rogers’ Lebensphilosophie hat die autoritäre Machtbasis der Gesellschaft immer herausgefordert; das ist der Charakter dieser ‚stillen Revolution‘ (Rogers, 1978, S. 290), der sie zu einer politischen Philosophie macht (Rogers, 1978; Proctor, 2002). Rogers hat in seiner Beschreibung des ‚Menschen von morgen‘ die Entwicklung von Trends beobachtet, die ihn hoffen ließen. Diese Trends beinhalteten eine Sehnsucht nach Offenheit, Authentizität, Fürsorge, Ganzheit und Intimität, Skepsis gegenüber Wissenschaft und Technologie, die Herausforderung der autoritären, machtbasierten Gesellschaft und ein Sehnen nach dem Spirituellen (Rogers, 1980, S. 350–352). James Hillman und Michael Ventura brachten eine andere Sicht zur Sprache in ihrem Buch *„100 Jahre Psychotherapie und der Welt geht’s immer schlechter“* (Hillman/Ventura, 1992).

Ich sehe eine Intensivierung vielfältiger globaler Krisen und ich glaube auch, wie Rogers (1980) es tat, dass genau diese Krisen evolutionäre Chancen sind. Die Entschlossenheit, einen praktischen spirituellen Weg zu leben, bringt das Verständnis für das Mit-Erschaffen einer miteinander verbundenen Welt mit sich. Wer wir sind und wie wir uns verhalten – unsere Partizipation – dies erschafft die Welt, in der wir leben. Wenn

wir *„mit Herz leben“*, können wir die Absicht aufrecht erhalten, in allen Aspekten unseres Lebens, von Moment zu Moment, die Beziehungsqualitäten von Rogers’ Bedingungen zu leben. Und wir können behutsam sein und von Fehlern lernen, um diese Fähigkeit immer mehr zu entwickeln. Das führt Rogers’ Arbeit weiter und stärkt seinen ‚way of being‘. Eine solche Arbeit umfasst das Persönliche, das Professionelle und das Gesellschaftliche. Als Individuen können wir unsere Absicht bekräftigen, einen praktischen spirituellen Weg zu leben. Wir können uns verpflichten, unsere Reife weiterzuentwickeln, unsere Kongruenz, und einen Schritt tun in Richtung unseres ganzheitlichen Selbst und hin auf Herzkohärenz. Unser eingeschränktes Selbstkonzept wird durchlässig, wenn die Bewusstheit zunimmt und unser ‚Wahrnehmungs- und Erfahrungsnetz‘ sich erweitert. Wenn wir lernen, die Beziehungsqualitäten von Rogers’ Bedingungen mehr und mehr zu leben – von der Beschränkung auf unsere Klienten, Studenten, Supervisanden hin zu unserem unmittelbaren Kreis der Familie und Freunde und dann weiter in die Welt hinaus, dann werden wir sehen, wie sich unsere ‚Kreise der Identität‘ erweitern. Wenn sich unser Bewusstsein auf diese Weise erweitert, erfahren wir die miteinander in unterschiedlichen Weisen verbundene Beschaffenheit der Welt. Wir werden fähig, beziehungsbezogen zu antworten und spüren eine ethische Verantwortung, die wir auf alle Menschen auf die ganze Welt ausdehnen können.

Das fördert uns als Kollektiv. Die Fähigkeit willkommen zu heißen, wertzuschätzen und von unterschiedlichen Meinungen zu lernen, indem wir Annahmen und Sicherheiten aufgeben, und neugierig zu werden, ermöglicht eine Freiheit zu verstehen und Unterschiede respektvoll zu akzeptieren. Die Sicherheit einer Beurteilung, die den Dualismus von ‚richtig‘ und ‚falsch‘ aufrecht erhält, wird hinter sich gelassen. Diese Offenheit für multiple Perspektiven bereichert die Fähigkeit zusammen zu arbeiten. Der Beitrag eines jeden wird gewürdigt, weil Unterschiede einen Kanal zur Kreativität öffnen. Das bedeutet es, die Beziehungsqualitäten von Rogers’ Bedingungen mit Offenheit für die Lebensenergie des Evolutionsstroms zu leben – gemeinsam. Gemeinsames Arbeiten wird bereichert, wenn es Beziehungstiefe beinhaltet – mit ihrem wechselseitigen ‚Multiplikationseffekt‘, der kreativ und produktiv ist (Wyatt, 2013). Ich glaube, dass Herzkohärenz dieses Geschehen ermöglicht. Es wird Forschung nötig sein, um diese Hypothese zu testen. Neues Denken und weise kollektive Intelligenz können aus diesen gemeinschaftlichen Konversationen entstehen (Briskin, 2009; Isaacs, 1999; Wyatt, 2013). Gemeinschaftlich auf diese Weise zu arbeiten wird unser Bewusstsein erweitern (Bohm, 1994) und wendet sich in Richtung Einsteins vielzitiertes Botenschaft *„Kein Problem kann vom gleichen Bewusstseinsstand aus gelöst werden, auf dem es entstanden ist“* (zitiert in Plotkin, 2008, S. 9).

Ich glaube, dass wir als personzentrierte Psychotherapeutinnen heute eine wichtige Rolle zu spielen haben – als Prozessbegleiter des ‚kulturellen Wendepunktes‘. Manchmal fürchte ich, dass wir zu sehr damit beschäftigt sind, einen professionellen Standpunkt innerhalb der Psychologie- und Psychotherapieberufe einzunehmen und die inhärent politische Komponente des Personzentrierten Ansatzes aus den Augen verloren haben: dass wir uns jenseits unserer Arbeit mit Klienten nicht mehr aktiv einbringen, um die Trends zu verstärken, die Rogers für den Menschen von morgen beobachtet. Vermutlich könnte die Aneignung eines spirituellen Weges uns befähigen, unser Bewusstsein zu erweitern und unsere Kreise der Identität auszuweiten. Dann nämlich sind wir in der Lage, den besten Weg nach vorn für alle zu finden, innerhalb unserer Gemeinschaft und unserer Gesellschaft, und so den Part, den wir spielen, miteinander ausweiten, um die derzeitige Krise in eine evolutionäre Chance umzuwandeln.

Literatur

- Baring, A. (2002). *Love as the pulse of the cosmos: Reconnecting with the divine ground*. Paper presented at Revision. London.
- Bohm, D. (1980). *Wholeness and implicate order*. London: Routledge & Kegan.
- Bortoft, H. (1996). *The wholeness of nature*. New York: Lindisfarne Press.
- Briskin, A. et al. (2009). *The power of collective wisdom and the trap of collective folly*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers, Inc.
- Capra, F. (1983). *The turning point*. London: Flamingo.
- Childre, D. and Martin, H. (1999). *The HeartMath solution*. San Francisco: HarperCollins.
- Childre, D. and McCraty, R. (2002). Psychophysiological correlates of spiritual experience. *Biofeedback*. Winter. pp.13–17.
- De Quincy, C. (2002). *Radical nature: Rediscovering the soul of matter*. Montpelier, Vermont: Invisible Cities Press.
- Douglas-Klotz, D. (2001). *The hidden gospel*. Quest Books.
- Ellingham, I. (2001). Congruence as an organismic not a Freudian concept. In G. Wyatt (Ed.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory, and practice*. Vol. 1: *Congruence*. Ross-on-Wye: PCCS Books, pp.96–115.
- Einstein, A. (1949). *Why Socialism?* Retrieved (2013) from <http://monthlyreview.org/2009/05/01/why-socialism>.
- Gerhardt, S. (2010). *The selfish society*. London: Simon and Schuster.
- Isaacs, W. (1999). *Dialogue and the art of thinking together*. New York: A Currency Book, Doubleday.
- Helminski, K. (2000). *The Knowing Heart: A Sufi Path of Transformation*. New Jersey: Shambhala.
- Heron, J. (1998). *Sacred science*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Hillman, J. and Ventura, M. (1992). *We've had a hundred years of psychotherapy and the world's getting worse*. New York: Harper Collins.
- Ho, M. (1998) Organism and psyche in a participatory Universe. In D. Loye's, *The evolutionary outrider: The impact of the human agent on evolution*. Westport: Praeger Publishers.
- Kornfield, J. (1994). *A path with heart*. London: Rider.
- Lipton, B. H. & Bhaerman, S. (2009). *Spontaneous Evolution: Our positive future and a way to get there from here*. Hay House UK Ltd.
- Macey, J. (1991). *Mutual causality in Buddhism and general systems theory*. New York: State University of New York Press.
- McCraty, R. (2001). *The science of the heart: Exploring the role of the heart in human performance*. Boulder: Institute of HeartMath.
- McCraty, R. (2003). *The energetic heart: Bioelectromagnetic interactions within and between people*. Boulder: Institute of HeartMath.
- McCraty, R. (2010). Coherence: Bridging personal, social and global health. *Alternative Therapies*. Vol 16. No 4 pp 10–24.
- Mearns, D. & Cooper, M. (2005). *Working at relational depth in counselling and psychotherapy*. London: Sage.
- Mearns, D. and Thorne, B. (1988). *Person-centred counselling in action*. London: Sage Publishing.
- Mearns, D. & Thorne, B. (2000). *Person-centred therapy today*. London: Sage.
- Nhat Hanh, T. (2003). *Creating true peace*. New York: First Free Press.
- Patterson, P. (1997). The primary prevention of psychosocial disorders. *Person-centred Journal*, 4, pp.8–17.
- Plotkin, B. (2008). *Nature and the human soul: Cultivating wholeness and community in a fragmented world*. Novato: New World Library.
- Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95–103.
- Rogers, C.R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
- Seeman, J. (2001). On Congruence: A human system paradigm. In G. Wyatt (Ed.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory, and practice*. Vol. 1: *Congruence*. Ross-on-Wye: PCCS Books, pp.200–212.
- Skolimowski, H. (1994). *The participative mind*. London: Penguin, Arkana.
- Thakar, V. (2006). Awakening to revolution. Retrieved from <http://www.enlightennext.org/magazine/j34/thakar.asp>
- Wilbur, K. (2001). *A brief history of everything*. Boston: Shambala.
- Wheatley, M. (2002). *Turning to one another*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers.
- Wyatt, G. (2000). *Presence: Bringing together the core conditions*. Paper presented at ICCCEP Conference in Chicago, USA, June.
- Wyatt, G. (2001). Congruence: A synthesis and implications. In G. Wyatt (Ed.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory, and practice*. Vol. 1: *Congruence*. Ross-on-Wye: PCCS Books, pp.79–95.
- Wyatt, G. (2010). Relational depth: A window into an interconnected world. *Self and Society*. Vol 38, No 2, pp.5–24.
- Wyatt, G. (2013). Groups and relational depth. In *Relational depth in practice* (eds) M. Cooper, R. Knox, D. Murphy and S. Wiggins. London: Palgrave.
- Wyatt, G. (in press). *Reconnecting our fragmented world: The role of wholes, synergies and nature*.
- Zohar, D. and Marshall, I. (2000). *Spiritual intelligence: The ultimate intelligence*. London: Bloomsbury Publishing Plc.