

Irmgard Fennes

Im Prozess der Wandlung – Spirituelle Aspekte in der Personzentrierten Psychotherapie

Zusammenfassung: *Der Personzentrierte Ansatz orientiert sich an einer Kraft, die potenziell Wandlung und Entwicklung fördert – eine evolutionäre Kraft, die nach Erhaltung und Entfaltung des Lebendigen drängt. Ich gehe der Frage nach, was passiert, wenn wir uns der Aktualisierungstendenz überlassen, und beschreibe, dass dies zu Erfahrungen der Transzendenz und zu Spiritualität führen kann.*

In meinem Leben nimmt Spiritualität einen zentralen Platz ein und meine therapeutische Arbeit hat sich dadurch verändert. Ich beleuchte hier einen wesentlichen Ausschnitt meiner persönlichen und beruflichen Entwicklung. Es leitet mich die Überzeugung, dass die Person der Psychotherapeutin einen bedeutenden therapeutischen Faktor darstellt.

Ich stelle fest, dass es mir Mut abverlangt, meine sehr persönlichen Gedanken zum Thema Spiritualität, und wie ich sie in Bezug zur Personzentrierten Psychotherapie sehe, zu veröffentlichen. Es ist eine Angelegenheit des Herzens, nicht in erster Linie des Verstandes, und ich bewege mich in diesem Artikel an der Grenze des Aussprechbaren. Ich hoffe damit unter Personzentrierten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten einen Gedanken- und Erfahrungsaustausch zur vorliegenden Thematik anzuregen.

Stichwörter: *Aktualisierungstendenz, spirituelle Sehnsucht, spirituelles Erleben, personzentrierte Praxis, Prozesskontinuum*

Im Prozess der Wandlung

Die rasant wachsende Weltbevölkerung und die Schnelligkeit der Kommunikation sind meines Erachtens ausschlaggebend dafür, dass sich unsere Gesellschaft in einem intensiven Wandlungs- und Entwicklungsprozess befindet. Das bedingt mehr Komplexität in der räumlichen und zeitlichen Dimension und zwingt uns zur raschen Weiterentwicklung. Ich fühle mich davon angesprochen und bin herausgefordert, mich selbst in den Prozess hineinzugeben.

Die Wurzeln aufspüren

Dass ich mich vor Jahren für eine Ausbildung in Personzentrierter Psychotherapie entschied, hat mit meinen spirituellen Wurzeln zu tun. Ich erlebe mich von christlichen Werten berührt und geprägt. Ich verstehe die Lehre des Christus als universell – sie kann von keiner Religion für sich beansprucht werden – und sie ist, in ihrer Tiefe verstanden, mit anderen spirituellen Traditionen im Einklang.

Ursprünglich wurde ich in die katholische Kirche sozialisiert, und als Kind fühlte ich mich in ihr zu Hause. Ich wuchs auf in einer großen Familie auf dem Land, und die sinnliche Art, den Glauben zu

feiern, das Leibhaftige und Fleischliche der Feste, gefiel mir. Die Tatsache, dass ich ‚Gott essen kann‘ kam mir von Anfang an natürlich und selbstverständlich vor. Es ließ mich erfahren, dass ich mit dem Göttlichen eins werden kann – dass ich mit ihm eins bin. Ich erlebte, wie meine Eltern mit uns um Aufträge fürs Geschäft beteten, wenn manchmal längere Zeit kein neuer Kunde kam. Sie vertrauten auf eine göttliche Führung und Schutz. Trotz Strenge und Unverständnis, oft auch Missachtung meiner kindlichen Bedürfnisse, habe ich in meiner Erinnerung unerbittliche Härte nicht erlebt. Es gab immer einen Moment der Verzeihung. Immer wieder ‚legten‘ wir unser Leben ‚in Gottes Hand‘, wenn wir beteten.

Ich glaube, das alles war mit ein Grund, dass sich mir ein Bild von einer Gottheit einprägte, die *zuerst* liebt, deren Liebe ich mir nicht verdienen muss. Eine Gottheit, die mich und ausnahmslos jeden anderen Menschen mit einem unverwechselbaren Wesen ausgestattet hat und der ich sagen kann: „Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. Ich weiß, staunenswert sind deine Werke“ (Psalm 139,4). Wenn ich diesen Satz in mir zulasse, dann lasse ich auch die Überzeugung zu, dass mein Wert letztlich nicht in Frage gestellt werden kann. Ich kann in meinem Selbstwert verletzt sein, in der Art, wie ich selbst meinen Wert bestimme, aber ich kann mir vorstellen oder mich daran erinnern, dass ich Teil von etwas

Größerem bin und dass sich mein innerstes Selbst jeglicher Bewertung entzieht – also einen Wert an sich hat. Ich sehe das als eine Ermutigung zu bedingungsloser Selbstliebe – zu ‚positive self regard‘. Indem ich mich selbst vollkommen achte und mein Wesen und seine Größe und Schönheit anerkenne, kann ich auch die Schönheit und Größe der anderen vollkommen anerkennen.

‚Im Einklang mit dem Evolutionsstrom sein‘ – eine Folge der Aktualisierungstendenz

Von Anfang an erlebte ich das dem Personenzentrierten Ansatz zugrundeliegende Konzept der Aktualisierungstendenz als ‚richtig‘ – auch im Sinn von ‚in die richtige Richtung weisend‘. Im Folgenden stelle ich es in einen Zusammenhang mit dem Begriff der ‚Evolution‘, da er einen zumindest ähnlichen Prozess in einem globalen Zusammenhang beschreibt. Beide lassen sich durch einen Aspekt der Erhaltung und einen Aspekt der Entfaltung charakterisieren, die einander wechselseitig voraussetzen. (Höger 2000, 14)

Die Bedeutung des Wortes ‚Evolution‘ befindet sich im Wandel. Ich verstehe es von seinem Wortstamm ‚evolvere‘ her (Stowasser/Petschenig/Skutsch 1994: (hinaus)fließen lassen, abwickeln, herauslösen) und weniger unter dem Aspekt der Selektion, den dieser Begriff ebenso beinhaltet. Im Sinne von Entfaltung und Entwicklung also war es immer ein ‚langsames‘ Wort, eines, das einen Prozess über Jahrtausende, Jahrmillionen beschrieb. Heute scheint alles um vieles rascher abzulaufen. Das Wort Evolution entwickelt sich zum Begriff im wahrsten Sinn, indem seine Bedeutung – auch mit dem Aspekt der Selektion – für uns beinahe physisch greifbar wird.

Ich will mich nicht gegen diese Schnelligkeit stellen. Vielmehr sage ich ‚ja‘ zur Herausforderung von Wandlung und Entwicklung. Ich erfahre, dass ich mich am lebendigsten fühle, wenn ich aufhöre, Zeitpunkt und Tempo bestimmen zu wollen und mich dem überlasse, was sich entfaltet, wenn ich nicht lenkend eingreife. Ich nenne es, mich dem Strom des Lebens überlassen. Es kann bedeuten, dass ich in mir Angst wahrnehme vor dem, was sich dann ereignen wird. Aber etwas in mir drängt auch zum Weitergehen. Ich entscheide mich, nicht der Angst gemäß zu handeln, sondern absichtlich und mit wachen Sinnen mit dem ‚Fluss‘ zu gehen. Ich vertraue gleichsam darauf, „dass die organismische Wahl – die nichtverbale, unbewusste Wahl der Daseinsform – vom Evolutionsstrom geleitet werde“ (Rogers 1980a, 78). Um eine aufgeklärtere, (bewusstere) Wahl zu treffen, ist es wichtig, das Gewahrsein des eigenen Selbst zu erhöhen. Mit gesteigerter Selbst-Bewusstheit kann ich mich entscheiden und mich aktiv in den Evolutionsstrom begeben. Dann vertraue ich auf das, was ich mit meinen Sinnen wahrnehmen kann – dass ich aufgehoben und getragen bin, und dass der Strom eine Richtung hat. Aus meiner Sicht entsteht dadurch eine eigene Art von Freiheit, zu dieser Kraft oder Macht, die größer ist als ich, ja zu sagen.

Hier berühre ich überpersönliche, spirituelle Bereiche. Einerseits ist das ‚Im-Einklang-mit-dem-Evolutionsstrom-Sein‘ ein Zustand, den ich als zutiefst befriedigend erlebe. Es ist, als fühlte ich das als eine besondere Art von wach sein, erfüllt sein, erregt sein. Zugleich befinde ich mich in fast vollkommener Ruhe, ohne Begehren, ohne Angst. Und andererseits erlebe ich ein beglückendes Gefühl des Unterwegsseins, des eindeutig in eine Richtung Gehens und stelle die Frage nach meinem Ziel: „Wonach sehne ich mich, was bewegt mich?“ Die Antwort lautet: „Ich sehne mich nach mir selbst, ich möchte zum Du, ich möchte zum Sein, ich möchte verbunden sein“.

So ist das ‚Im-Einklang-mit-dem-Evolutionsstrom-Sein‘ – eine Folge oder ein Ausdruck der Aktualisierungstendenz – einerseits der Weg und zugleich auch das Ziel meiner Reise. Es führt mich hin zu mir selbst, und es führt mich – im Sinne einer übergeordneten, formativen Tendenz – über mich hinaus zu etwas hin: zu einer mächtigen schöpferischen Kraft, deren Widerhall ich wieder in mir selbst finde.

Der ‚Evolutionsstrom‘ kann zu spirituellen Erfahrungen führen

Im Anschluss an eine sehr intensive Therapiesitzung konnte ich einmal in meinem ganzen Körper spüren, wie ich von allen Seiten von Wärme, Zärtlichkeit und Geborgenheit umgeben war. Dazu hatte ich die innere Gewissheit: „Das ist Gott – du bist ganz geborgen!“ Diese Erfahrung war unendlich beruhigend und entspannend für mich. Später erinnerte es mich an einen Psalm und daran, dass ich dessen Bedeutung gefühlt hatte. Der Psalmist (Ps. 139,5) beschreibt eine Gotteserfahrung so: „Du umschließt mich von allen Seiten und legst Deine Hand auf mich.“

Ein anderes einprägsames Erlebnis hatte ich während meiner Lehrtherapie. Während einiger aufeinanderfolgender Sitzungen verspürte ich immer wieder den Wunsch, mein Gegenüber einfach anzuschauen – ohne besondere Absicht, ohne Zeitbegrenzung oder irgendeine andere vorstellbare Art der Begrenzung. Plötzlich war dann der Zeitpunkt gekommen, wo ich ‚es‘ einfach tat. Ich stellte mich sozusagen ‚in den Strom des Lebens‘ und überließ mich der Erfahrung. Jegliches Nachdenken und Vorausdenken hörte auf, und ich schaute in die Augen meines Gegenübers. Diese Sequenz dauerte vielleicht fünf Minuten, während der wir nichts sprachen. Ich erinnere mich, wie dankbar ich war, dass ich zu keinem Zeitpunkt mit einer Frage unterbrochen wurde – etwa: „was fühlst du?“, oder „was siehst du?“. Ich hatte Zeit, alles in mir zu fühlen und es drückten sich einander abwechselnde Gefühle in meinem Gesicht aus. Ich fühlte, wie sich meine Stirn in Falten zog, wie sich meine Augen mit Tränen füllten und wie sie später zu strahlen begannen und mein Blick klar wurde. Es war erleichternd und befreiend zu fühlen, jedes Gefühl ganz zu sein und sich ausdrücken zu lassen – anfangs Trauer, dann Verzweiflung, später helle Freude und Wärme im ganzen

Körper. Das, was ich an dieser Erfahrung spirituell nenne, war das Gefühl der tiefen Verbundenheit mit meinem Gegenüber. Ich spürte mich gleichzeitig eins mit mir selbst und eins mit dem Du im anderen Sessel. Jegliche Grenze war fort und ich bekam Einblick in das, was ich als die Wahrheit in der Begegnung zwischen uns bezeichne. Wir waren zwei eigenständige Personen, die miteinander in einer innigen Beziehung waren. Es war nichts zu tun, es genügte zu sein. Ich konnte mit meinem ganzen Organismus fühlen, dass es gut ist, ganz ‚im Hier und Jetzt‘ anwesend zu sein.

Maureen O'Hara (1999) findet dafür den Ausdruck: ‚Moments of divine presence‘. In diesen Momenten bin ich eins mit der Quelle in meinem Innersten, von wo her meine Fähigkeit strömt zu leben und in Beziehung zu sein. Rogers nennt es ‚das innere Selbst‘ oder den ‚inner spirit‘, was auch mit ‚Seele‘ übersetzt wurde (Rogers 1980a, 80).

Die Natur spiritueller Erfahrungen

Spirituelle Erfahrungen können nicht einfach zu vorbestimmten Zeiten angeordnet werden. Für mich haben sie immer den Charakter eines Geschenkes, und sie sind von ihrer Natur her spontan. Auch wenn sie von meiner Seite Durchlässigkeit voraussetzen und die Fähigkeit, mich ergreifen zu lassen, mich hinzugeben, so erlebe ich sie doch als von einer Kraft bewirkt, für die mir am ehesten die Bezeichnung ‚Geist‘ (lat.: spiritus) passend scheint. Ich erlebe ein Geschehen in meinem tiefsten Inneren mit einer Gewissheit, an der ich nicht vorbeikann. Ich fühle, dass ich gemeint bin – in meinem ganzen Wesen bejaht und eins mit meiner Erfahrung. Es ist ein Erleben in vollkommener Freiheit.

Spiritualität als Teil der organismischen Erfahrung

Spirituelle Erfahrungen erfassen mich in meiner gesamten organismischen Existenz. Wenn ich die Erfahrung mache, dass ich ganz von Wärme und Zärtlichkeit umhüllt bin, dann kann das meine Einstellung zu mir selbst und zum Leben, mein Selbstkonzept, verändern. Es ist etwas, an das ich mich wieder erinnern kann, etwas, das mich trägt und nährt, wenn ich es wieder in mein Gewahrsein kommen lasse und erneut eintauche in die Erfahrung. Ich spreche von Erfahrungen, die wir in unserem Körper machen. Spirituelles Erleben wird oft beschrieben als: ‚Sehnsucht nach dem, was uns alle einbindet und übersteigt‘, ‚Berührung mit dem, was zutiefst berührt, erschüttert, verstummen lässt‘, ‚ergriffen sein‘, ... Das sind Beschreibungen von Gefühlen, und unsere fünf Sinne sind ein wichtiger Zugang dafür. Entscheidend ist, dass die Sinne wach sind, und wir die Fähigkeit zu fühlen entfalten. Es bedeutet, sich ganz dem Fühlen und Wahrnehmen hinzugeben, ohne fürs erste einen Begriff für das Gefühlte zu suchen – dem Fühlen gewissermaßen keine Grenzen zu setzen.

Wenn Rogers (1980a, 80) von seinem ‚inneren, intuitiven Selbst‘ spricht, dem er dann nahe ist, wenn er sich ‚in einem etwas veränderten Bewusstseinszustand‘ befindet, sozusagen ‚dem Unbekannten‘ in ihm nahe ist, dann klingt es für mich, als würde er sich auf eben dieses grenzenlose Fühlen einlassen. Um in die Bereiche des Transzendenten, Spirituellen einzutreten, ist es notwendig, die fünf Körpersinne gleichermaßen auszudehnen. Ich stelle mir vor, dass sie dabei immer präziser werden – dass sie immer feinere, ‚leisere‘ Reize aufnehmen und in einen immer weiteren Raum hinein reichen. Wir hören uns sagen: „ich möchte nach innen horchen“, „ich habe das schon lange vorher gespürt“. Damit beschreiben wir nicht mehr ausschließlich Sinneserfahrungen unseres physischen Körpers. Wir sagen damit, dass wir etwas wahrnehmen, das uns die gleiche Gewissheit vermittelt, wie ein Schauen, Hören und Fühlen mit unseren Körpersinnen. Mit dem Zustand der Gegenwärtigkeit, den Rogers beschrieben hat (ebd.), ist eine besondere Form von erweiterter Bewusstheit, Achtsamkeit und ‚Gegenwärtig-Sein‘ gemeint. Wir betreten damit den überpersönlichen oder transpersonalen Raum. Für Grof (1987, 64) bedeutet ‚transpersonal‘ die erlebnismäßige Ausdehnung oder Erweiterung des Bewusstseins über die gewöhnlichen Grenzen des Körper-Ich, sowie über die Beschränkungen von Raum und Zeit.

Spirituelle Erfahrung und körperliches Erleben

Ich beziehe mich auf Erfahrungen, die ich selbst in der Meditation (allein oder in Gruppen) machte. Für mich am deutlichsten passiert meist eine Veränderung der Atmung. Der Atem ist einerseits eine natürliche, tagtägliche und körperliche Erfahrung, andererseits aber auch die Verbindung zum transzendenten Bereich unseres Seins, (lat. spirare: wehen, hauchen, atmen, leben). Allein wenn wir uns der Erfahrung des Atmens ganz hingeben, können wir etwas Tiefes und Umfassendes erleben, das uns bewegt. Wenn ich beginne, etwas wahrzunehmen, das in mir die Ahnung eines Einblicks in bisher Fremdes entstehen lässt, wird meine Atmung meist rascher, vielleicht begleitet von dem Gefühl der Erregung oder Anstrengung. Ich erlebe, dass ich an einer Schwelle von Erkennen stehe, einer deutlichen Erweiterung dessen, was ich bisher kannte bzw. wusste. Es ist, als müsste sich durch die Aufnahme von mehr Sauerstoff zuerst mein Körper weiten, meine Zellen, meine Blutgefäße, damit die neue Erkenntnis in mir Platz hat. An diesem Punkt spüre ich manchmal auch ein Gefühl der Enge. Ich sehe sie als Angst vor der neuen Einsicht, Angst eine alte Überzeugung aufzugeben. Indem ich die spontan raschere und tiefere Atmung zulasse, kann ich sicher sein, dass dieser Prozess voranschreitet. Ich vergleiche es mit meinen Erfahrungen als Gebärende: mein Körper scheint zu ‚wissen‘, was zu tun ist, wie viele und wie kräftige Kontraktionen nötig sind, um das Kind ans Licht zu bringen – ich kann diesen Prozess unterstützen, indem ich mich dem Geschehen hingebe und tief

atme. Wenn ich, vielleicht aus Angst vor Schmerzen oder überwältigt von der starken Kraft, die da am Werk ist, meinen Atem anhalte, verzögert sich der Verlauf der Geburt und wird schmerzhafter. Wenn ich mich also der vielleicht ungewohnten Erfahrung überlasse und hingeebe, dann wird das auch in meinem Atemmuster deutlich. Es wird tiefer und regelmäßiger, sobald ich mich getraue, weiter nach innen zu ‚schauen‘. Oft tut sich dann ein Raum von überraschender Weite in meinem Inneren auf. Ich erlebe, dass ich mich darin ungehindert bewegen kann, und das lässt mich körperlich aufatmen. In diesem Augenblick fühle ich mich heil und ganz. Nichts steht in Frage: *i c h – l e b e – j e t z t*. Loslassen von jeglicher, auch kleinster Anspannung geschieht von selbst, ein innerer Frieden breitet sich aus. Es ist gut, zu sein.

Spirituelle Erfahrungen und ihr Platz im psychotherapeutischen Setting

Spirituelle Erfahrungen werden oft nicht bewusst als solche gesehen, und die Zugehörigkeit zu einer Religion oder Glaube an Gott ist keine Voraussetzung dafür. Laut Grof ist es eine der Psyche innewohnende Eigenschaft, die spontan in Erscheinung tritt, wenn der Prozess der Selbsterforschung tief genug fortgeschritten ist (1991, 351). Als Psychotherapeutin komme ich demzufolge mit manchen meiner Klientinnen an diesen Punkt. Ob der Prozess der Selbsterforschung ‚tief genug‘ fortgeschritten ist, hängt auch davon ab, wo die Klientin sich innerhalb des Kontinuums des psychotherapeutischen Prozesses befindet.

Der Personzentrierte Ansatz ist in seinem Wesen spirituell

Die Aktualisierungstendenz im Lichte spirituellen Denkens

Die Annahme einer Aktualisierungstendenz ist die zentrale Hypothese des Personzentrierten Ansatzes. Anhand eines Textes von Carl Rogers, für den er oft genug kritisiert wurde, wurde mir erst kürzlich etwas neu verständlich: Wenn wir das Beispiel mit den Kartoffeln betrachten (1980a, 66 und 74), die im dunklen Keller lange, blasse Triebe zum Licht schicken, dann zeigt es einerseits, dass sie das fast aus sich selbst heraus können. Es genügt ein winziger Lichtschein und schon strecken sie sich diesem Licht entgegen, um der ihnen innewohnenden Tendenz nach Entfaltung nachzugeben. Was diese dünnen Triebe aber auch noch zum Ausdruck bringen, ist die Richtung, in die sie streben – angezogen vom Licht. Für mich weist dies auf zweierlei hin: Auf der einen Seite bin ich mit meiner Vorstellung von einem erfüllten Leben, mit meiner Sehnsucht danach, und auf der anderen Seite ist das Licht, das mich anzieht. Es ist das Licht, das mich zu mir selbst führt, indem es mein Potenzial aktiviert, und

es ist das Licht, das mich über mich hinaus führt, indem es mich zu sich hin zieht.

Ich würde sagen: „Alles Streben geht hin zum Licht“ und sehe das als einen wichtigen Akzent in der Beschreibung der Aktualisierungstendenz, die Rogers im biologischen menschlichen Organismus annimmt und als „die Weisheit des Organismus und seine fundamentale Ausrichtung“ bezeichnet (Rogers 1980b, 232). Damit meint er, dass jeder lebende Organismus die ihm innewohnende richtungsweisende Tendenz hat, all seine Fähigkeiten auf eine Art und Weise zu entwickeln, die der Erhaltung oder Steigerung des Organismus dient.

Für mich sieht es dabei aus, als strecke sich der Organismus dem Licht entgegen, als wäre nichts anderes wichtig, als eben alles in sich zu aktivieren, um mit dem Licht in Kontakt zu treten. Ich glaube, in solchen Momenten widerspiegelt der Organismus mit allem, was er zur Verfügung hat, eine Kraft, die ihn anzieht und damit Richtung und Struktur gibt – die ‚formative Tendenz des Universums‘.

Empathie als spirituelles Agens

Erst gegen Ende seines Lebens schrieb Carl Rogers offen darüber, dass es einen Bereich jenseits der wissenschaftlichen Psychologie gebe, den er als den transzendenten, unbeschreiblichen, spirituellen bezeichnete und auch dass er, wie viele andere, die Wichtigkeit dieser mystischen, spirituellen Dimension unterschätzt hatte (1991, 243). Aber „ironischerweise, das Spirituelle war immer anwesend, verborgen in dem, was Rogers am nächsten und am vertrautesten war: in der empathischen Beziehung zwischen Therapeut und Klient“. Kramer, Robert (1995, 54), der Leiter des Otto Rank Center in Washington, spürt dem Einfluss von Ranks Ideen auf das Denken von Rogers nach und findet klare Bezüge zwischen den beiden. Da Rogers selbst einmal sagte, dass er von Ranks Ideen infiziert worden sei (ebd. 77) und Rank in seinem Werk durchgängig die Bereiche des Spirituellen berührt, ist es aufschlussreich, die Arbeit von Kramer unter diesem Aspekt zu betrachten. Laut Rank ist Erfahrung „nichts als die emotionale Hingabe an die Gegenwart“, an das Jetzt. „Empathisches Verstehen vereint unser Ego mit dem Anderen, mit dem Du, mit Menschen, mit der Welt, und verscheucht so die Angst“, (ebd. 74).

Es gibt eine Stelle bei Rank (1989, 113), die mir gut gefällt, weil sie den Begriff der Empathie von einer anderen Seite her erhellt. Rank verwendete ihn als ein Symbol für Liebe. Die Künstlerin und die Betrachterin dienen ihm als Beispiel dafür: Die Künstlerin gibt alles in ihr Werk hinein, investiert ihr ganzes Selbst und erlebt, wie sich ihr Selbst in diesem schöpferischen Akt gleichsam auflöst, um sich in ihrem Werk zu manifestieren. Die Betrachterin, die sich beeindruckt lässt, die ganz in der Betrachtung ‚aufgeht‘, sich darin verliert, findet sich schlussendlich selbst in diesem Werk wieder. Er bezeichnet es als einen Akt der Liebe zwischen den beiden. Dies

impliziere die spirituelle Einheit zwischen der Künstlerin und der Betrachterin.

Rogers formuliert als eine der Grundbedingungen Personenzentrierter Therapie, dass die Therapeutin ein genaues empathisches Verstehen vom Bewusstsein der Klientin und ihrer eigenen Erfahrung empfindet. In Analogie zu Ranks Beispiel aus der Kunst sehe ich die Wahrnehmungswelt der Klientin als das Kunstwerk, in das die Therapeutin in der genauen Einfühlung ihr Selbst investiert. Sie tut das, indem sie in eine geistige, spirituelle Verbindung zur Klientin tritt: „... die private Wahrnehmungswelt des anderen betreten und darin ganz und gar heimisch werden, ... zeitweilig das Leben dieser Person leben; sich vorsichtig darin bewegen, ... Bedeutungen erahnen, deren sie selbst kaum gewahr wird.“ (Rogers/Rosenberg 1977, 79). In dem Maß, in dem die Klientin das Bemühen und die tatsächliche Einfühlung der Therapeutin in ihre eigene Erlebniswelt erfährt, hat sie Teil an dieser spirituellen Verbindung.

Spirituelle Implikationen bedingungsloser Wertschätzung

Campbell Purton (1998, 24) vertritt die Auffassung, dass das Konzept der bedingungslosen Wertschätzung (unconditional positive regard) nur dann verwirklicht werden könne, wenn wir die Person als ein spirituelles Wesen begreifen. Es wäre nicht logisch sondern ‚sentimental‘, wenn ich versuchte, eine Person bedingungslos wertzuschätzen, die sich in einer Weise verhält, die mir falsch oder gefährlich erscheint. Da aber die Person ein Wesen sei, das seine Bedürfnisse und Strebungen grundsätzlich im Bewusstsein reflektieren könne und die Fähigkeit habe, in sich den Wunsch nach Veränderung zu spüren (zum Beispiel: „ich möchte meinen gewalttätigen Impulsen nicht nachgeben“), verdiene sie per se absoluten Respekt und bedingungslose positive Zuwendung.

Um seine Auffassung von der Person als spirituellem Wesen zu veranschaulichen, verwendet Purton den Begriff des ‚essentiellen Selbst‘ zur Unterscheidung vom ‚empirischen Selbst‘, das der Erfahrung im Augenblick zugänglich ist (ebd. 28). Ich verstehe das essentielle Selbst als das von Rogers gemeinte ‚innere organismische Selbst‘, oder wo er, an Kierkegaard orientiert, vom ‚wahren Selbst‘ spricht. Dieses essentielle oder wahre Selbst sieht Purton als eine ursprüngliche Wesenheit, die durch äußere Einwirkung nicht verzerrt werden kann. Eine Person kann aber ihr empirisches oder bewusstes Selbst als eine Verzerrung ihres wahren Selbst erleben und den Wunsch haben, immer mehr ihr wahres Selbst zu sein. Die unbedingte positive Wertschätzung bezieht sich demnach auf das wahre Selbst der Person, auf den Wesenskern jedes Menschen, der nach Entfaltung strebt. Dieser Kern ist es, der grundsätzlich konstruktiv und sozial ist und den ich im Lauf des Lebens – und auch im Verlauf einer Psychotherapie – hoffentlich immer mehr entdecken und freilegen werde.

Es kann sein, dass die Perspektive der verbleibenden Lebenszeit einer Person nicht ausreicht, um die von ihr erhoffte Veränderung zu erreichen. Dennoch wird sie im Sinn der Aktualisierungstendenz danach streben. Therapeutin und Klientin nehmen implizit an, dass die Entfaltung der Person eine Dimension beinhaltet, die über die gegenwärtige empirische Existenz hinausgeht. Es bedeutet, dass sie ihre bedingungslose positive Wertschätzung einem Wesen entgegenbringen, das von Natur aus spirituell ist.

Das Konzept der ‚fully functioning person‘ und die spirituelle Dimension

Dies bestätigt für mich die Annahme, dass unsere physische Existenz nicht alles ist, was uns als Organismus ausmacht. Ich bin der Überzeugung, dass wir auch auf einer anderen als der materiellen ‚Ebene‘ existieren – wenn ich mir vorstelle, dass wir Emotionen empfinden können, Gedanken und Ahnungen haben und Gewissheiten über Dinge, die wir streng genommen nicht wissen können. Christine Schenk spricht von unserer Doppelexistenz als physischer Körper und als Energiekörper. Der Energiekörper umfasst das Emotionale, Mentale und Spirituelle. Sie bezeichnet ein erfülltes Leben als eines, in dem der physische Körper und der Energiekörper vereint sind, miteinander ‚verschmolzen‘ sind (Schenk 1998, 105). Ich verstehe das als ein uneingeschränktes Annehmen dessen, dass mein Körper beseelt ist. Ich lasse es in mein Bewusstsein kommen, dass ich ein Wesen bin, das in dem Körper anwesend ist, der ich bin, und dass ich damit meine Seele verkörpere. Damit werde ich eins mit meiner gesamten organismischen Existenz. Nur dann verwirkliche ich mein gesamtes Potenzial und kann zu einer fully functioning person werden.

Rogers (1961a, 412) nennt als das erste Charakteristikum der ‚fully functioning person‘ eine Entwicklung weg von Abwehrverhalten hin zu einer ‚zunehmenden Offenheit für Erfahrungen‘. Eine Person, die ihr Leben in Fülle lebt (living fully), ist auch eine, die sich der aktualisierenden Tendenz überlässt. Sie geht ‚mit dem Evolutionsstrom‘ indem sie zunehmend alles, was sie in irgendeiner Weise erfährt, vollkommen in ihr Gewahrsein kommen lässt. Wenn dieser Prozess voranschreitet, wird sie mit großer Wahrscheinlichkeit Erfahrungen machen, die ins Transzendente, Spirituelle reichen.

Die evolutionäre Kraft des Personenzentrierten Ansatzes als Ausdruck der formativen Tendenz

Für Brian Thorne hängt die Zukunft Personenzentrierter Therapie stark davon ab, ob mystische oder spirituelle Fragen vermieden oder angegangen werden, (Thorne 1991,185; 2000, 23f). Ich meine daran anknüpfend, es kommt darauf an, dass wir uns immer wieder

von neuem unserer persönlichen Erfahrung hingeben. Der Begriff der Hingabe ist hier wesentlich, denn es verlangt nach einem sich aktiv Hineingeben in eine neue Erfahrung, besonders dort, wo Wesentliches bereits als gesichert gilt. Dann allerdings ist nicht immer verlässlich vorauszusagen, wohin genau der nächste Schritt gehen wird, und es kann sein, dass ich bisher für richtig Gehaltenes revidieren muss. Als Personzentrierte Psychotherapeutin verstehe ich mich selbst im Prozess befindlich. Es gibt in diesem Ansatz keine Dogmen, sondern Ausgangspunkte, die, wenn ich mich dorthin stelle, sie in mich aufnehmen und von ihnen ausgehe, mich auf einen Weg bringen, auf dem ich viel entdecken werde, wenn ich dafür wach bleibe.

Der Titel von Maureen O'Hara's Vortrag am Weltkongress für Psychotherapie 1999 ließ mich aufhorchen: „Empathic meetings: Relational Personcentred Practices – Healing and the Expansion of Consciousness“ (O'Hara 1999). Hier klangen Themen an, die in der personzentrierten Tradition bisher wenig Beachtung gefunden hatten. Es geht um Begriffe wie ‚veränderte Bewusstseinszustände, Transzendenz, Spiritualität‘, die Konzepte benennen, die zu Zeiten Carl Rogers' nicht bequem in das mechanistische Paradigma des psychologischen ‚mainstream‘ passten – und das ist noch heute so. Maureen O'Hara hat dort weiter geforscht, wo Rogers gegen Ende seines Lebens aufgehört hatte. Vielleicht wollte er seine wissenschaftliche Glaubwürdigkeit schützen, indem er Begriffe wie ‚Spiritualität‘ und ‚veränderte Bewusstseinszustände‘ weitgehend vermied – seinen Erfahrungen damit konnte er sich jedoch nicht verschließen. Von seinen engsten Mitarbeitern gedrängt, er möge doch mehr darüber schreiben, pflegte er zu antworten: „You guys have to write about this, I did my work, now I'm doing my life.“ (ebd.)

Rogers machte seine wesentlichen spirituellen Erfahrungen in Gruppen – in großen, oft multikulturellen Gruppen. Es war die Zeit der beginnenden ‚New Age Bewegung‘, und er und seine Kolleginnen waren offen gegenüber östlichen Meditationsformen. Vor allem die Arbeit in Brasilien war es aber, die den Durchbruch brachte: „Wir bemerkten, dass trotz der zentralen Bedeutung von Empathie in unserer eigenen Theorie und Praxis unsere brasilianischen Freunde immer noch empathischer waren als wir selbst – manchmal in einem überraschenden Ausmaß. Es war für die Ausbildungsteilnehmer ganz gewöhnlich, im Eingehen aufeinander Bemerkungen zu machen oder Gesten, die fast telepathisch erschienen. Wenn wir sie fragten, wie sie zu diesem Verständnis kamen, beschrieben sie meist Träume oder Formen (Umrisse) oder Stimmen in ihren Ohren und dass sie diese für uns eigenartigen Erfahrungen als gewöhnliche Informationen aufnahmen über das, was in der Welt des anderen vorging.“ (ebd., Übers. I. F.) Dies weist in den Bereich des Intuitiven und in die „weiten inneren Räume, die sich vor uns ausbreiten“ (Rogers 1980a, 150). Dort erscheint uns vieles unlogisch und irrational, und wir brauchen unsere Fähigkeit und unseren Mut, mit dem ganzen Organismus zu fühlen, um diese inneren Räume zu erforschen.

Zusammen mit Maslow und anderen in der Bewegung der Humanistischen Psychologie kam Rogers zur Ansicht, dass die menschliche Vorstellung davon, wie das Leben wirklich sein könnte, ein primärer Antrieb in der Evolution von Bewusstsein ist. Hier ist neben dem Wunsch nach materieller Sicherheit auch die spirituelle Sehnsucht jedes Menschen angesprochen. Es ist die Sehnsucht nach Transzendenz – nach Überschreiten der Grenzen der Erfahrung und des sinnlich Erkennbaren – und nach Ganzwerden, Einswerden. Es stellte sich die Überzeugung ein, „dass die inneren Fähigkeiten zur Selbstheilung, Selbsttranszendenz und zu ihrer kreativen Umsetzung, auf denen therapeutische Veränderungen beruhen, einzig und allein „Reflexionen der universellen formativen Tendenz sind, die die gesamte Natur vom Molekül hin zur Galaxie bewegt, um sich zu größerer Komplexität und erweitertem Bewusstsein hin zu entwickeln“ (O'Hara 1999, Übers. I. F.).

Dieser Satz erscheint mir wichtig, und er stimmt mich nachdenklich. Er beinhaltet eine sehr treffende und präzise Formulierung, die ich für den Versuch halte, sachlich korrekt und ohne Emotionen etwas zu beschreiben, das in meine Augen zum Wunderbarsten und Großartigsten im Leben von uns Menschen gehört. In dieser Aussage deutet alles darauf hin, dass das, was ich göttlich nenne, sein Licht auf die Erde wirft. Das hat heilende und transformierende Kraft und bewirkt ein Geschehen zwischen Himmel und Erde, das Leben ermöglicht. Ich bin von der Notwendigkeit überzeugt, eine Sprache für die tiefsten Wahrheiten des Menschseins zu finden, die theoretisch viele verstehen und akzeptieren können. Ich nehme an, dass wir uns immer mehr in die Richtung des eigentlich Unausprechlichen weiterbewegen werden, und es ist voraus zu sehen, dass wir dabei Erfahrungen machen, die in ihrer Tiefe und Reichweite schwer mitzuteilen sind. Wir werden Geduld und liebende Wertschätzung brauchen, wenn wir unsere tastenden Versuche des sprachlichen Ausdrucks unternehmen. Vermutlich werden Einzelne zu unterschiedlichen Zeiten unterschiedliche Erfahrungen machen, und wir werden um eine gemeinsame Sprache ringen müssen, um das, was wir finden, für die therapeutische Arbeit nutzbar zu machen.

Die Gruppe um Carl Rogers erkannte, dass die oben zitierte Erkenntnis umwälzend war. Ich belasse das Zitat im englischen Original, um ihm nichts von seiner ursprünglichen Aussage zu nehmen: „... that when you facilitate an experiential shift in consciousness, either of an individual or a group, that in a small way you are participating in the evolution of consciousness – that as you help individuals become more fully developed or help a group become more fully aware and more fully developed – the effects of that process are not localized just with the individual you are working with, but it is part of a whole universal movement in evolution ...“ (Rogers 1980a). Die therapeutische Arbeit hat die Kraft zu transformieren, Wandlung und Entwicklung zu fördern und hat so einen Anteil am schöpferischen Prozess der Evolution.

Es ist dann nicht mehr so sehr eine Frage von „was tue ich in so einer Situation, wie verhalte ich mich“, sondern vielmehr „wer bin

ich in so einer Situation?“. Es ist nicht mehr länger vorrangig das Ziel, in einer therapeutischen Begegnung Veränderung zu bewirken oder eine Reihe typischer Symptome zum Verschwinden zu bringen. Das Ziel ist vielmehr, mit einer „anderen Manifestation von Bewusstsein“ (ebd.) in Verbindung zu treten. Diese Weise, einen anderen Menschen zu betrachten, lässt mich Achtung empfinden und hat Auswirkungen auf mein Selbstverständnis als Psychotherapeutin. Ich bin nicht länger nur ein Instrument der Veränderung, sondern jemand, die mit der Klientin in Beziehung ist, damit der Prozess der Evolution voranschreiten kann. Diese Erkenntnis hat für mich etwas Erhebendes und erfüllt mich zugleich mit tiefer Demut. Es stellt meine Arbeit als Psychotherapeutin in einen größeren Zusammenhang und ich bringe es in Verbindung mit der evolutionären Kraft des Personzentrierten Ansatzes. Die Klientin ist in dieser Begegnung nicht die passive Empfängerin therapeutischer Interventionen sondern eine aktive Partnerin in einem beiderseitigen Transformationsprozess. Dies hat implizit Folgen für die Gemeinschaft von Therapeutinnen und Therapeuten: wenn wir in einen lebendigen Austausch über unsere therapeutischen Erfahrungen und persönlichen Entwicklungen treten, dann tun wir das letztlich auch, damit der Prozess der Evolution voranschreiten kann.

Zu meinem Gottesbegriff

Ich bin vorsichtig geworden im Gebrauch des Wortes ‚Gott‘. Was für mich Bedeutung hat, ist das Gefühl des Zugehörens, ein Begriff, den David Steindl-Rast verwendet, (1993, 31). Es ist dies der Kern spirituellen Gewahrseins aller Glaubenstraditionen der Welt. Und es ist auch die Grundbedeutung von ‚Religion‘ – Rück-Verbindung mit dem, dem wir eigentlich zugehören. Er sieht damit „ein Fundament gelegt, das wir ‚Gott‘ nennen könnten, wenn man diesen Ausdruck als Bezugspunkt unseres letztendlichen Zugehörens verwenden will. Gott ist der Eine, dem wir letztendlich gehören.“ (ebd. 47).

Wenn ich im weiteren den Begriff ‚Gott‘ verwende, dann mit diesem Verständnis. Das, was ich Gott nenne, kann ich nicht kennen, nur erahnen und erfahren – als die Quelle meines Lebens. In meinem Verständnis ist es das, was Rogers vorsichtig als die formative, schöpferische Tendenz im Kosmos beschrieben hat – das, was allem Leben Struktur und Richtung gibt und Entfaltung hin zu immer größerer Komplexität, also Leben, ermöglicht.

Gott ist nicht ‚er‘, wie Christen sich angewöhnt haben zu sagen, und ist als Person nicht vorstellbar. Andererseits könnte man sagen, Gott habe ‚persönliche Eigenschaften‘ – denn das Vertrauen in die Anwesenheit dieser alles durchdringenden Kraft erschließen uns die anderen Menschen, durch die wir Erfahrungen von Mütterlichkeit, Väterlichkeit oder von inniger Freundschaft machen. Durch Menschen, die uns in Liebe begegnen, erfahren wir, dass wir Geliebte sind. Aber auch im Staunen über die Wunder der uns umgebenden Natur ahnen wir die Größe dieser schöpferischen Kraft. Es

wäre daher sinnlos, Gott in unserer Vorstellung durch irgendeine der Begrenzungen einzuschränken, die wir mit einer Person assoziieren – „etwa die Einschränkung, dass ich, wenn ich ‚ich‘ bin, nicht gleichzeitig ein anderer sein kann“ (ebd.). Gott ‚ist‘ alles, was eine Person ist, unterliegt jedoch keiner ihrer Einschränkungen. Ich hege die Vorstellung, dass Gott sich mir auf der Ebene meines Person-Seins offenbart, in allen Bereichen, die ich in irgendeiner Form in mein Gewahrsein kommen lassen kann. Ich habe eine persönliche Beziehung zum Göttlichen, weil ich selbst persönlich bin. Es ist für mich natürlich, einen inneren Dialog mit Gott, mit dem Du in mir, zu führen. Das ist in meinen Augen ein Ausdruck dafür, dass Gott auch in mir (all)gegenwärtig ist, dass ich selbst göttlich bin. Wenn Gott der Ursprung aller Schöpfung ist, dann habe auch ich Teil an der Schöpfung – an dem kreativen Prozess, der meine und unsere Gegenwart und Zukunft hervorbringt.

Ich spreche daher von einer ‚Gottheit‘ oder vom ‚Göttlichen‘, die weder männlich noch weiblich sind, und vermeide es so auch sprachlich, Gott auf eine Person zu beschränken.

Was bedeutet ‚christlich‘ und wie steht es mit dem personzentrierten Konzept in Zusammenhang?

Soweit ich die Kritik von Carl Rogers an den christlichen Kirchen verstanden habe, war es vor allem die zwingende Vorstellung der Erbsünde, die ihm in einem fast puritanischen, strenggläubigen Elternhaus vermittelt wurde, was ihn letztlich zur Abwendung von der Kirche bewog. In diesem Punkt (und in anderen) erlebe auch ich mich nicht im Einklang mit den christlichen Kirchen. Ich will für mich wesentliche Aussagen des Christus in ihrem ursprünglichen Sinn verstehen und es mit meiner persönlichen Erfahrung in Verbindung bringen.

Zur Frage der Erbsünde orientiere ich mich an einer Stelle im Johannesevangelium. Jesus trifft hier auf einen Mann, der von Geburt an blind ist. Als er gefragt wird: „Rabbi, wer hat gesündigt? Er selbst? Oder haben seine Eltern gesündigt, sodass er blind geboren wurde?“, antwortet Jesus: „Weder er noch seine Eltern haben gesündigt, sondern das Wirken Gottes soll an ihm offenbar werden“. Daraufhin heilt er den Mann von seiner Blindheit (Joh. 9, 1–15). Das ‚Wirken Gottes‘, das hier als Heilungspotenzial über menschliche Vorstellungen hinaus dargestellt wird, kann jeder zuteil werden, die sich nach Heilung sehnt. Mir ist nicht bekannt, dass Jesus in irgendeiner Form an der Erbsünde, der ‚doctrine of original sin‘ festgehalten hätte. Viel eher bezieht er sich in seinen Reden und Handlungen implizit auf die ‚doctrine of original righteousness‘, die besagt, dass die Menschheit nach Gottes Ebenbild gemacht ist und wir deshalb teilhaben an der göttlichen Natur (Thorne 1991, 131).

Nach Steindl-Rast (1993, 85) könne man etwas dann christlich nennen, wenn es eine entschiedene Beziehung zu Jesus Christus

hat. Wenn ich versuche, das Wesen des Christlichen zu artikulieren, so ist es in vielem ähnlich den spirituellen Erfahrungen in anderen Traditionen. „Das Mysterium Jesu ist für das Christentum spezifisch, kann jedoch von den christlichen Gläubigen nicht als ihr Monopol angesehen werden, da es universal ist“.

Ich greife im Folgenden jene Aspekte aus der Botschaft des Christus heraus, die ich selbst als lebens- und wachstumsfördernd erfahren habe – und die mir im Einklang mit dem personenzentrierten Konzept zu sein scheinen:

In Beziehung sein

Der Dreh- und Angelpunkt jeglicher persönlichen Entwicklung ist in der Personenzentrierten Therapie die unmittelbare Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin.

Das ist die eigentlich frohe Botschaft: dass ich mir zutrauen darf, selbst eine direkte Beziehung mit dem Göttlichen einzugehen und daraus Orientierung für mein Leben zu beziehen. Jesus, der in seinem Leben den Christus verkörperte, suchte immer wieder Zeiten der unmittelbaren Begegnung mit dem Göttlichen. Alles, was er den Menschen mitteilte, hatte er in eben diesen Begegnungen erfahren. Es kann aufwühlend und verunsichernd sein, sich für eine wirkliche Begegnung mit dem Göttlichen zu öffnen. Ich sehe sie potentiell als die Begegnung mit einer Kraft, von der ich höchstwahrscheinlich überwältigt werde, sie nicht fassen könnte.

Aufwühlend und verunsichernd kann es auch zwischen Therapeutin und Klientin sein – wenn sich eine ‚wirkliche Begegnung‘ ankündigt. Dies kann uns selbst in der Tiefe unseres Seins berühren und unser Bild von uns selbst sowie das Bild unserer Beziehung zur Klientin verändern.

Christliche Liebe und das Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung

Das uns Menschen angeborene Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung ist ein Orientierungspunkt personenzentrierter Therapie.

Jesus entwickelte eine noch nie dagewesene, vorbehaltlose und innige Beziehung zum Göttlichen und zeigte damit das Bild einer bedingungslos liebenden, verstehenden und verzeihenden Gottheit. Ich glaube zu verstehen, in welcher unmittelbarer und dauernder Nähe er zum Göttlichen war und dass er sich der Erfahrung des mit ihm in Beziehung Seins völlig hingab. Er nannte das Göttliche ‚abba‘, was soviel bedeutet wie ‚Pappa‘. So nannte ich als Kind auch meinen Vater. Jesus spricht von der Gottheit als dem idealen Vater, dem er wie ein Kind zugetan ist – alles von ihm erwartend, ihm alles

zutruend, mit grenzenlosem Vertrauen in die eigene Liebendigkeit und Liebesfähigkeit.

Da wir im Westen üblicherweise nicht vom Göttlichen als Mutter sprechen, vergessen wir das Herzstück der christlichen Botschaft, dass wir nämlich bedingungslos geliebt sind. Aus diesem mich geliebt Wissen kann ich andere lieben. Und obwohl auch die Bibel im Hohelied Salomons die romantische Liebe als die Metapher für Liebe nimmt, so ist mit christlicher Liebe nicht ein sich verlieben (engl. ‚falling in love‘) gemeint, sondern eher eine ‚innere Erhebung in Liebe‘, die an keine Bedingungen geknüpft ist (vgl. Steindl-Rast/Capra 1993, 87). Es ist ein Lieben, zu dem ich mich entscheiden kann und nicht unbedingt eine Liebe, die mir passiert, in die ich hinein falle. Dieses Lieben hat heilende Wirkung. Es ist das ‚Ja-Sagen‘ zum Zugehören, das die Therapeutin der Klientin ‚sagt‘, die im Zustand der Krankheit dieses Ja nicht finden kann.

Geschwisterlichkeit (Ebenbürtigkeit) und personenzentriertes Therapiesetting

Wenn ich meine Rolle als Psychotherapeutin personenzentriert auf der Basis von Ebenbürtigkeit verstehe, bin ich mit meinen Klientinnen in einer geschwisterlichen Beziehung im christlichen Sinn.

Beim letzten gemeinsamen Mahl mit seinen Jüngern spürte Jesus nicht nur seine eigene Angst vor dem Kommenden, sondern auch die Angst seiner Freunde. Er sagte ihnen, wenn zwei oder drei zusammen sind und sich an ihn erinnern, und wenn sie dann miteinander essen und trinken – also ihr Zusammensein feiern – dann sei er mitten unter ihnen. Das kann für jeden Menschen tröstlich klingen, denn es heißt nichts anderes als: „Suche Gemeinschaft mit jemandem, mit dem du dein Innerstes teilen kannst, bei dem du dich angenommen und vertraut fühlst, den du lieben kannst und erinnert euch daran, dass ihr beide angenommen und geliebt seid.“ Dies hat Parallelen zum psychotherapeutischen Setting: in dieser ‚geschwisterlichen‘ Beziehung bin ich mir bewusst, in welchem Ausmaß auch ich selbst daran wachsen kann.

Das menschliche Potenzial, eins zu werden mit dem Göttlichen, und die Aktualisierungstendenz

Als Personenzentrierte Psychotherapeutin vertraue ich auf die Aktualisierungstendenz. Ich lasse mich von der Prognose über Heilungschancen und von psychiatrischen Diagnosen nur begrenzt beeindrucken, weil ich glaube, dass in jedem Menschen grundsätzlich jegliche Wandlung möglich ist.

Aus dem, was mir überliefert ist, kann ich die Gottheit als eine sehen, die für alles von Bedeutung ist und für die alles von Bedeutung

ist. In den Gleichnissen erzählt Jesus sie als eine, die sich um jedes ihrer Geschöpfe mit herzlicher Liebe kümmert. Bei Jesaja (42, 3) heißt es „das geknickte Rohr zerbricht er nicht, und den glimmenden Docht löscht er nicht aus“. Für mich bedeutet das: Das Göttliche ist mit jedem Wesen verbunden. Alles Lebende wird geachtet – das scheinbar verlöschende Leben und das junge, kraftstrotzende.

Das Ausmaß an Veränderung hängt immer von der Person der Klientin und ihrer Verbindung zu ihrer Lebensquelle ab. Ich kann im Vertrauen darauf, dass diese Quelle – diese Tendenz sich zu erhalten und zu entfalten – in ihr existiert, sie auf ihrem Weg dorthin begleiten. Ich kann sie im selben Vertrauen auch auf ihren Umwegen begleiten.

Das Reich Gottes und die Verwirklichung der ‚notwendigen und hinreichenden Bedingungen‘

Jesus verwendete den Begriff vom Reich Gottes und beschrieb damit die sozialen Implikationen einer innigen Beziehung zum Göttlichen. „Mein Reich ist nicht von dieser Welt“ sagt Jesus zum römischen Statthalter im Verhör (Joh. 18,36). Damit meint er nicht ein Reich, das bloß außerhalb dieser Welt liegt. Denn er sagte auch: „Das Reich Gottes ist mitten unter euch“ (Lk. 17, 20f.). Und er trägt den Menschen auf: liebt einander! „Ihr wisst, dass die Herrscher ihre Völker unterdrücken und die Mächtigen ihre Macht über die Menschen missbrauchen. Bei euch soll es nicht so sein, sondern wer bei euch groß sein will, der soll euer Diener sein.“ (Mt. 20, 25–26).

Hier fällt mir der Begriff der Demut ein, was in seiner ursprünglichen Form soviel bedeutete wie ‚dienst-willig‘. Ich kann mein psychotherapeutisches Angebot nicht anders als einen Dienst verstehen. Die Begriffe ‚Demut‘ oder ‚Dienen‘ sind nicht explizit Bestandteile des personenzentrierten Konzepts. Für mich ergeben sie sich aber aus der Haltung, die erforderlich ist, um die ‚notwendigen und hinreichenden Bedingungen‘ zur positiven Veränderung der Person hervorzubringen.

Auferstehung und Gegenwärtigkeit

Erst vor einiger Zeit wurde mir klar, dass es für mich Auswirkungen hat auf die Art, wie ich in der Welt bin – ob ich glaube, dass Christus lebt, oder ob ich das nicht glaube. Wenn ich seine Auferstehung vom Tod für wahr halte, wie schaut dann eine lebendige Beziehung zum kosmischen Christus aus? Welche ‚Energie‘ geht von einem aus, der auferstanden ist, vom Tod erweckt wurde – und wie aktualisiere ich meine Verbindung zu dem, was Christus für mich verkörpert?

Wenn ich mein innerstes Selbst aufsuche und mich dafür öffne, die Christuskraft zu erfahren – die Aktualität dessen, dass die Kraft der Weisheit und der Liebe jetzt lebendig ist – und ich mit meinem ganzen Wesen mit ihr kommunizieren kann, dann bedeutet es nichts

anderes, als dass ich diesen Bereich meines Selbst zum Leben erwecken will. Damit öffne ich mich für den über meine Persönlichkeit hinausgehenden, transpersonalen Raum. Es gibt die Aussage von Christus: „ich bin bei Euch alle Tage, bis ans Ende der Welt“. Für mich bedeutet das: Ich kann jeder Zeit die erlösende Kraft der Liebe in mir wachrufen und sie mir und anderen zur Verfügung stellen.

Auch im therapeutischen Prozess kennen wir Erfahrungen der ‚Auferstehung‘, aus eigenem Erleben oder im Miterleben der Erfahrungen unserer Klientinnen. Etwas, das scheinbar tot war, kommt wieder zum Leben. Im personenzentrierten Konzept wird ja genau darauf vertraut, dass nichts an der Fähigkeit zur Aktualisierung der Person wirklich tot ist, sondern dass sie grundsätzlich, vielleicht kaum erkennbar oder in einer sehr zarten Ausprägung nur (wenn ich an die Arbeit von Garry Prouty und die Prä-Therapie mit psychotischen Menschen denke) vorhanden ist und zum Leben erweckt werden kann.

Ich mache mir bewusst, dass nicht ich allein es bin, die heilt. Ich verstehe mich als eine, durch die Heilung geschehen kann, wenn ich Bedingungen herstelle, die das heilende Potenzial der Aktualisierungstendenz zur Geltung bringen. Hier treffe ich auf Rogers‘ Erleben von Momenten der ‚Gegenwärtigkeit‘, in denen er scheinbar nichts tut. In Wahrheit aber ist er offen und bereit, geschehen zu lassen, was durch seine größtmögliche Präsenz und Hingabe geschehen kann. Mit den Worten: „Tiefes Wachstum und Heilung und Energie sind gegenwärtig“ (Rogers 1980a, 150), drückt er aus, dass diese heilende Kraft beiden zur Verfügung steht – der Klientin und ihm selbst – und dass auch er in diesen Momenten Heilung erfährt. Beide, Psychotherapeutin und Klientin, können in der Beziehung zueinander heilen.

Wenn ich als Psychotherapeutin meine eigene spirituelle Sehnsucht wahrnehme, kann ich auf die spirituelle Sehnsucht meiner Klientinnen antworten

Als die „Sehnsucht nach dem Spirituellen“ beschreibt Rogers (1977b, 185) die Suche nach einem Sinn und Ziel im Leben, „die größer sind als das Individuum“, eine Sehnsucht nach „Einheit und Harmonie des Universums“: Ich verstehe darunter auch den Wunsch nach „ganz ich selbst werden“, nach „Verbindung mit dem Göttlichen haben“. Ob ich als Psychotherapeutin grundsätzlich auf die spirituelle Sehnsucht meiner Klientinnen antworten kann, hängt von mehreren Faktoren ab. Ich glaube, dass es entscheidend ist, wie ich selbst dazu stehe. Hier sehe ich folgende Szenarien:

- Wenn ich mich zum Spirituellen an sich in keiner Weise hingezogen fühle, dann werde ich die Signale in diese Richtung bei meiner Klientin vermutlich nicht wahrnehmen oder nicht auf sie eingehen.
- Wenn ich allem Spirituellen gegenüber skeptisch bin oder finde, es habe in einer Psychotherapie keinen Platz, dann registriere

ich zwar die Signale, entscheide mich aber, sie zu ignorieren oder meine Einstellung dazu deutlich zu machen.

- Wenn ich selbst eine Art von Sehnsucht in mir spüre, die noch keinen Namen hat oder noch keinen wirklichen Ausdruck findet, für die mir die Bezeichnung ‚spirituelle Sehnsucht‘ aber zumindest passend erscheint, dann erkenne ich vermutlich die Signale von meiner Klientin und signalisiere meinerseits die Bereitschaft, auf sie einzugehen.
- Wenn spirituelle Sehnsucht in meinem persönlichen Leben eine Rolle spielt, dann bin ich von vornherein offen dafür, dass eine Klientin eventuell und in irgendeiner Form ihre spirituelle Sehnsucht zum Ausdruck bringt.

Ich habe erlebt, dass mich Klientinnen direkt ansprachen mit der Frage, wie ich denn zu Spiritualität (oder Glauben oder Religion) stünde, oder mit der Bitte, spirituelle Themen in ihrem Leben mit ihnen gemeinsam anzuschauen. Viel häufiger sind es aber ‚leisere‘ Signale, auf die ich aufmerksam werde:

- *Eine Klientin, die sich selbst als ‚beziehungssüchtig‘ erlebte, äußerte immer wieder den Wunsch, zu meditieren, um einmal wegzukommen von ihrem vor allem nach außen gerichteten Leben. Sie drückte damit ihre Sehnsucht aus, mit ihrem inneren Selbst in Beziehung zu kommen.*
- *Mit einer Klientin, die darunter litt, dass sie sich selbst nicht annehmen konnte, arbeitete ich über längere Zeit vorwiegend körperorientiert. Sie konnte zu Beginn mit mir keinen Blickkontakt aufnehmen und wechselte, wenn es um ihr inneres Erleben ging, meist rasch das Thema. Es bereitete ihr auch Schwierigkeiten, den Atem durch ihren Körper fließen zu lassen. Meist fühlte sie, wie sie nur ‚bis zum Zwerchfell kam‘. Immer wieder äußerte sie unter Tränen, oft Schluchzen, ihre Sehnsucht, sich selbst zu finden. Sie vermutete ihr Selbst im Zentrum ihres Körpers, konnte aber gleichsam nicht dorthin gelangen. Es brauchte vor allem von ihr viel Geduld – mehr als zwei Jahre – bis sie zum ersten Mal wagte, mit ihrer Aufmerksamkeit über längere Zeit in ihrem Inneren zu bleiben. Es war dann ein Augenblick der tiefen Ruhe und Erhabenheit – ich glaubte ein Leuchten in ihrem Gesicht zu sehen – als sie für mich offensichtlich eine tiefe, beglückende Erfahrung machte. Sie erzählte, wie schön diese Begegnung in ihrem Inneren war und wie erstaunt sie über die Zartheit ihres Wesens war. Ich verstehe ihr Erlebnis als die Begegnung mit ihrem inneren Selbst. Wie die Klientin im vorigen Beispiel sehnte auch sie sich nach einem Ort des Innehaltens in sich selbst. Sie erlebte das Glück, an diesem Ort zu sein – ein Ort ohne Angst, ohne Bewertung, wo es für eine Weile möglich war, nur zu sein.*
- *Eine andere Klientin berichtete von wiederholten Träumen, in denen sie schlimme Ereignisse ‚erlebte‘, die einige Zeit später dann wirklich eintraten. Diese Art der Vorausahnung beunruhigte sie sehr. Ich hatte nicht den Eindruck, dass es sich dabei um eine,*

wie sie dachte, krankhafte Störung handelte, sondern ich erwog zumindest die Möglichkeit, dass sie hier vielleicht von einer besonderen Eigenschaft oder sogar von einer Fähigkeit berichtete, die ihr Angst machte, weil sie in keiner Weise einen bewussten Zugang dazu hatte. Diese Vorstellung mit ihr zu teilen schaffte einen Raum, in dem die Klientin ohne Angst ihre Erfahrungen weiter erforschen konnte.

- *Ein Klient, der seit Jahren epileptische Anfälle hat und in ständiger Angst davor zeitweise in tiefer Depression lebt und Selbstmordgedanken hegt, berichtet, dass er immer wieder Einblicke in universelle Zusammenhänge erhält. Er erlebt sich dann als mächtig und auch fähig, sein Leben zu schaffen. Immer aber, wenn er körperlich fühlt, dass sich ein epileptischer Anfall ankündigt, gerät er in Panik. Er tritt dann mit Gott in intensive Verhandlungen und bittet um Aufschub. Er hatte als Kleinkind von seinem Vater körperliche Gewalt erfahren, und ich habe den Eindruck, dass er noch immer unter einer Art Schock steht. Er spricht manchmal in einer mir unverständlichen Sprache und scheinbar zusammenhanglos. Zeitweise verliert er den Faden und berichtet, er hätte ein ‚Blackout‘ gehabt. Mir hilft es, mich in seine Erlebniswelt einzufühlen, wenn ich mir vorstelle, dass er dabei ist, die verstreuten Puzzleteile seiner Person zu finden und zusammensetzen, und dass er sich dabei in einem offenbar unermesslich großen Raum bewegt, der meine materielle Vorstellung von ‚Raum‘ übersteigt. Wenn ich die Bedeutung seiner gesprochenen Worte nicht erfassen kann, dann beginne ich manchmal, nicht mehr die Worte selbst zu hören, sondern nur noch auf ihren Klang zu achten, nicht mehr sein Gesicht zu sehen, sondern eher auf die Umrisse zu fokussieren, auf seine Ausstrahlung, im wahrsten Sinn des Wortes. Ich lasse mich beeindrucken von seiner ganzen Gestalt und davon, was ich mit meinen Sinnen erfassen kann, welchen ‚Eindruck‘ er in mir als ganzes Wesen hervorruft – wie er mein Herz berührt, was genau ich dabei körperlich fühle. Dann kommt es vor, dass ich finde, das, worüber er spricht, ist nur eine Metapher für das, was er mit seinem ganzen Wesen sagen will.*

Was tue ich also, wenn ich auf die spirituelle Sehnsucht meiner Klientinnen antworte? Ich kann es in erster Linie beschreiben als ein ‚Nicht-Tun‘. Es ist eher ein Zulassen von etwas – das Zulassen der Vorstellung, dass die Wirklichkeit ‚grenzenlos‘ ist. Ich erlebe es als Hingabe an das Vertrauen, dass ich, dass wir beide, in einem größeren Zusammenhang gehalten und getragen sind, der unser Erleben und Erkennen-Können übersteigt. Ich lasse in meiner Vorstellung die Möglichkeit zu, dass spirituelle Erfahrungen uns über die Grenzen unseres Ichs hinausführen können und dass wir dabei neue Räume betreten, was Unsicherheit und Angst mit sich bringen kann. Ich selbst erfahre in der Meditation, in der ich mich der ‚grenzenlosen Wirklichkeit‘ öffne, Erweiterung und Vertiefung meiner Person. Und weil ich dabei manchmal auch durch eine Phase der Verwirrung gehe, dem Erleben von Aussichtslosigkeit oder Dunkelheit ausge-

setzt bin, bevor ich so etwas wie Erfüllung oder ‚neue Erkenntnis‘ oder ein Gefühl des ‚Gewachsenseins‘ empfinden kann, scheint meine Angst geringer zu werden. ‚Offen bleiben für die eigenen Erfahrungen‘ bedeutet mir auch, zu akzeptieren, dass sich die wirkliche und tiefste Bedeutung der Erfahrung im Augenblick vielleicht nicht ganz offenbart, dass sie aber wahr ist, weil von mir wahrgenommen. Und es bedeutet die Fähigkeit zu vertrauen, oder, wie Rogers es nennt, eine optimistische Sicht vom Leben zu haben. Ich glaube, dass meine Begleitung hilfreich ist, wenn ich Klientinnen dabei unterstütze, dass sie ihre Sehnsucht nach dem Spirituellen oder eine spirituelle Erfahrung ganz in ihr Gewahrsein kommen lassen und sie vollständig symbolisieren können.

Spiritualität im Kontinuum des psychotherapeutischen Prozesses

Swildens (1991, 66) spricht von einer ‚existentiellen Phase‘ in der Prozessorientierten Gesprächspsychotherapie. Es ist dies die vierte von fünf Phasen, die er unterscheidet – nach den Phasen der Prämotivation, der Symptomphase und der Problemphase. Seiner Meinung nach könne von der Problem/Konfliktphase (3. Phase) aus die Beendigung der Therapie erwogen werden, weil das Alltagsleben der Klientin mit der Überwindung der Stagnation, der Motivation zur Therapie, dem Durcharbeiten der Symptome und dem Bearbeiten der Hauptproblematik wieder in Gang gekommen sei. Ein Hilfsverlangen darüber hinaus beziehe sich immer auf die existentielle Problematik der Person. Leere, Einsamkeit, die Last des Vergangenen und Sinnfragen sind Themen, die nun erst aktuell werden. Wenn sich die Klientin existentiellen oder auch spirituellen Themen zuwendet, dann wird sie es erst tun, wenn sie erlebt, dass ihr Alltag wieder funktioniert oder zumindest ihre Vorstellung von einem durchführbaren Alltagsleben wieder existiert.

Rogers (1961a, 135ff) unterscheidet nach seinen Beobachtungen psychotherapeutischer Prozesse ein Kontinuum von sieben Zonen, die Klientinnen im Zuge ihrer persönlichen Entwicklungen durchlaufen. Diese Zonen oder Stufen sind voneinander nicht scharf abgegrenzt, es gibt fließende Übergänge. Die Skala beginnt am einen Ende mit der Beschreibung rigider, statischer, gefühlloser, oberflächlicher psychischer Funktionen. Am anderen Ende des Kontinuums zeichnen sie sich aus durch Veränderlichkeit, Fließen, unmittelbares Erleben persönlicher Gefühle, die tief empfunden, als zugehörig erkannt und akzeptiert werden, (Rogers 1977b, 144). Dies korrespondiert mit einer Beobachtung, die ich in meiner Praxis mache. Wenn ich den psychotherapeutischen Prozess unter dem Gesichtspunkt spiritueller Erfahrungen betrachte und dies in Verbindung bringe mit dem Erleben meiner Klientinnen, fällt mir folgendes auf: Die Sehnsucht nach dem Spirituellen scheint – angelehnt an Rogers Prozesskontinuum – erst ab einer bestimmten Stufe in diesem Prozess als solche empfunden zu werden. Mein Eindruck ist, dass sie

frühestens in der vierten, eher erst im Übergang zur fünften Prozessstufe explizit geäußert wird, wie das bei der Klientin im ersten Beispiel der Fall war. Sie war schon dazu gekommen, das Gefühl der Sehnsucht nach sich selbst ‚unmittelbar gegenwärtig‘ zu erleben, hatte aber auch Misstrauen und Furcht davor, dem tatsächlich und bewusst Raum zu geben. Sie konnte ihre Gefühle in gewisser Weise schon akzeptieren, auch Selbstverantwortung für ihre Probleme zu empfinden, konnte aber noch nicht danach handeln.

Die Klientin im zweiten Beispiel befand sich bereits auf der 6. Prozessstufe, als sie die Begegnung mit ihrem innersten Selbst erlebte. Das würde bedeuten, dass für eine tatsächliche spirituelle Erfahrung eine fortgeschrittene Entwicklung auf dem Prozesskontinuum Voraussetzung ist. Sie hatte diese ‚Stufe‘ schon kurz vorher erreicht, als sie bereits ihre ganze Verzweiflung über das ‚Nicht-Hinkommen‘ zulassen und ausdrücken konnte, indem dieses Gefühl ‚zu seinem vollen Resultat‘ kam und sie es in der therapeutischen Situation ‚unmittelbar und reichhaltig‘ erlebte.

In der dritten oder im Übergang zur vierten Phase, wo sich der Klient im letzten Beispiel befindet, wird meiner Erfahrung nach spirituelle Sehnsucht als solche nicht oder nicht explizit erlebt. Gefühle werden in dieser Phase überhaupt nur in geringem Maß akzeptiert und größtenteils als etwas eher Schändliches, Unannehmbares beschrieben. Dieser Klient drückt das aus, indem er zwar manchmal sichtlich Emotionen empfindet, sie dann aber als möglicherweise unecht bezweifelt.

In einer späteren Veröffentlichung beschreibt Rogers (1977b, 144) in seinem Bemühen, das Prozesskontinuum zu verstehen, seine Vorstellung davon etwas anders. Er löst eine Anzahl von mehr oder weniger gesonderten Strängen heraus – die Veränderung in den persönlichen Konstrukten, in der Mitteilung des Selbst, in der Art des Erlebens, in zwischenmenschlichen Beziehungen, in der Beziehung zu den Gefühlen, in der Beziehung zu den Problemen – und stellt fest, dass sie im oberen Bereich konvergieren. Es fällt mir auf, dass manche Klientinnen, vor allem die, die besonders früh in ihrer Entwicklung gestört wurden, spirituelle Sehnsucht zu einem Zeitpunkt äußern, wenn sie sich in einzelnen Aspekten ihrer Persönlichkeit noch auf einer ‚niedrigen‘ Stufe im Kontinuum befinden. Sie können vielleicht Gefühle nicht angemessen ausdrücken, verfügen aber über eine besondere Feinfühligkeit im Umgang mit anderen Menschen und um eine klare Sprache in spirituellen Fragen. Der Gedanke liegt nahe, dass sich einzelne ‚Stränge‘ in unterschiedlicher Weise weiterentwickeln können.

Schluss

Da ich meine eigene spirituelle Sehnsucht wahrnehme und ihr in meinem Leben Raum gebe, sehe ich es als meine Aufgabe als Psychotherapeutin, die Möglichkeit des Vorhandenseins einer spirituellen Sehnsucht in meinen Klientinnen in gewisser Weise zu ‚be-

schützen'. Ich bleibe wach dafür, auch wenn die Klientin nichts davon empfindet oder ausdrückt. Genauso wie ich davon ausgehe, dass jede Person den natürlichen Wunsch nach unbedingter, liebevoller Zuwendung hat, sehe ich die Sehnsucht nach dem Spirituellen als ein der Person zugrunde liegendes Streben an. Das bedeutet nicht, dass ich das in der therapeutischen Beziehung von mir aus anspreche. Das grundlegende Annehmen und Anerkennen einer spirituellen Sehnsucht in der Person eröffnet mir aber eine weitere Facette im empathischen Verstehen, erweitert gleichsam den Raum, in dem die Klientin und ich uns auf ihrem Weg zu sich selbst bewegen.

Literatur:

- Capra, Fritjof (1988), *Wendezeit*, München (Knaur)
- Die Bibel (1980). *Altes und Neues Testament, Einheitsübersetzung*, Basel-Wien (Herder)
- Grof, Stanislav (1987), *Das Abenteuer der Selbstentdeckung*, München (Kösel)
- Grof, Stanislav (1991), *Geburt, Tod und Transzendenz*, Hamburg (Rowohlt)
- Höger, Diether (2000), „Ist das noch GT, wenn ich ...?“, in: *PsychotherapeutenFORUM* 5/2000, 5–17
- Kramer, Robert (1995), Rogers, Rank and the birth of client-centered therapy, in: *Journal of Humanistic Psychology* Vol. 35 (1995) Nr. 4, 55–109
- Maurer, Anna (1998), *Auf der Suche nach dem Selbst*, Wien (Ibera)
- O'Hara, Maureen (1999), *Empathic meetings: Relational person-centered practices, healing and the expansion of consciousness*, Vortrag am 2. Weltkongress für Psychotherapie, Wien 1999, Tonbandaufnahme (DO 21) von Auditorium-Netzwerk, <http://www.AUDITORIUM-NETZWERK.de>
- Purton, Campbell (1998), *Unconditional positive regard and its spiritual implications*, in: Thorne Brian/ Lambers Elke (Eds.), *Person-centred therapy, A European Perspective*, London (Sage) 1998, 23–37
- Rank, Otto (1989), *Art and artist: Creative urge and personality development*, New York (Norton), N.Y. (Original Erstveröffentlichung in Englisch 1932)
- Renz, Marianne (1999). *Spiritualität, Grenzerfahrung und das Medium Musik*, Vortrag am 2. Weltkongress für Psychotherapie, Wien 1999, Tonbandaufnahme (DIS 12) von Auditorium-Netzwerk, Internet: <http://www.AUDITORIUM-NETZWERK.de>
- Rogers, Carl R. (1961a), *On becoming a person*, Boston (Houghton Mifflin); dt.: *Entwicklung der Persönlichkeit*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1973 (Ausgabe 1991)
- Rogers, Carl R. / Rosenberg, Rachel (1977), *A Pessoa como Centro*, dt.: *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1980
- Rogers, Carl R. (1977b), *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie*, München (Kindler) 1977; Taschenbuchausgabe Frankfurt/M. (Fischer) 1983
- Rogers, Carl R. (1980a), *A way of being*, Boston (Houghton Mifflin) 1980; dt. tlw.: *Der neue Mensch*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1983
- Rogers, Carl R. (1980b), *Client-centered psychotherapy*, in: Kaplan, H.I. / Sadock, B.J. / Freedman, A.M. (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry III*, Baltimore (Williams & Wilkins), 2153–2168; dt.: *Klientenzentrierte Psychotherapie*. In: Schmid, Peter F./Rogers, Carl R. (1991), *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*, Mainz (Grünwald), 185–237
- Schenk, Christine H. (1998), *Der Energiekörper*, Wien (Oiri Edition)
- Steindl-Rast, David / Capra, Fritjof (1993), *Wendezeit im Christentum*, München (dtv)
- Stowasser, J. M./ Petschenig, M./ Skutsch, F. (1994), *Lateinisch-deutsches Schulwörterbuch*, Wien (Hölder-Pichler-Tempsky)
- Thorne, Brian (1991), *Therapeutic and spiritual dimensions*, London (Whurr Publishers)
- Thorne, Brian (2000), *Spirituelle Verantwortung in einem säkularen Beruf*, in: *Person*, 4 (2000), 1, 23–31
- Wilber, Ken (1997), *Vom Tier zu den Göttern. Die große Kette des Seins*, Freiburg (Herder)

Autorin:

Mag. Irmgard Fennes, Personzentrierte Psychotherapeutin und Supervisorin, 11 Jahre Tätigkeit in einer Familienberatungsstelle, langjährige Praxis in christlicher Spiritualität, Meditation und Yoga, selbständig in freier Praxis mit Schwerpunkt auf körperorientierter Psychotherapie.

Korrespondenzadresse:

*Mag. Irmgard Fennes
1040 Wien, Faulmannsgasse 6/4
E-Mail: irmgard.fennes@iz.or.at*