

Wulf Mirko Weinreich

# INTEGRALE PSYCHOTHERAPIE

Ein umfassendes Therapiemodell  
auf der Grundlage der Integralen Philosophie  
nach Ken Wilber



## CREATIVE COMMONS PUBLIC LICENSE

Die nachfolgende Onlineversion von »Wulf Mirko Weinreich: Integrale Psychotherapie« wird unter den Bedingungen der *Creative Commons Public License* zur Verfügung gestellt: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/de/>. Das Werk wird durch das Urheberrecht und/oder einschlägige Gesetze geschützt.

Sie dürfen das Werk vervielfältigen, verbreiten und öffentlich verwenden zu den folgenden Bedingungen:

- *Namensnennung*: Sie müssen den Namen den Autors / Urhebers nennen.
- *Keine kommerzielle Nutzung*: Dieses Werk oder Teile daraus darf nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden.
- *Keine Bearbeitung*: Das Werk darf nicht bearbeitet, in anderer Weise umgestaltet, verändert oder als Grundlage für ein anderes Werk verwendet werden.
- *Zitierung*: Bei der Zitierung aus diesem Werk müssen die allgemeinen Richtlinien für Zitate (Nennung von Autor, Titel, Ort und Jahr) berücksichtigt werden.
- *Weitergabe der Lizenzbedingungen*: Im Falle einer Verbreitung müssen Sie anderen die Lizenzbedingungen, unter die dieses Werk fällt, mitteilen.
- *Ausnahmen*: Jede dieser Beschränkungen kann nach schriftlicher Einwilligung des Autors / Urhebers aufgehoben werden.

Die gesetzlichen Schranken des Urheberrechts bleiben hiervon unberührt. Jede Nutzung, die durch diesen Lizenzvertrag oder das Urheberrecht nicht ausdrücklich gestattet ist, ist untersagt. Durch die Ausübung eines durch diesen Lizenzvertrag gewährten Rechts an dem Werk erklären Sie sich mit den Lizenzbedingungen rechtsverbindlich einverstanden. Der Lizenzgeber räumt Ihnen die in der Lizenz beschriebenen Rechte in Anbetracht dessen ein, dass Sie sich mit diesen Vertragsbedingungen einverstanden erklären.

Wulf Mirko Weinreich

Integrale Psychotherapie – Ein umfassendes Therapiemodell auf der Grundlage der Integralen Philosophie nach Ken Wilber.

Wulf Mirko Weinreich

# INTEGRALE PSYCHOTHERAPIE

Ein umfassendes Therapiemodell auf der Grundlage der  
Integralen Philosophie nach Ken Wilber

GEKÜRZT



1. Auflage 2005

Druckversion: Araki Verlag, Leipzig

Grafik und Satz: W. M. Weinreich  
Gesetzt in Zapf Humanist

ISBN 3-936149-53-4

## INHALTSVERZEICHNIS

Die hellgrau gefärbten Kapitel der Buchausgabe sind in der Online-Version nicht oder nur unvollständig enthalten. Die Seitenzahlen des folgenden Textes wurden natürlich an die Kürzung angepaßt.

Vorwort.....	11
Einführung.....	15
Zur Lesbarkeit des Buches.....	20
1 Die Integrale Psychologie Ken Wilbers .....	23
1.1 Philosophische Grundlagen .....	29
1.1.1 Wissenschaftstheoretische Voraussetzungen.....	29
1.1.2 Von der Materie zum GEIST .....	35
1.1.3 Quadranten, Ebenen und Linien.....	40
1.1.4 Exkurs: Konsequenzen für die Wissenschaft.....	52
1.1.5 Die Prä/Trans-Verwechslung.....	58
1.2 Die Entwicklung des individuellen Bewußtseins.....	68
1.2.1 Die Struktur des menschlichen Bewußtseins .....	71
1.2.2 Die Entstehung psychischer Störungen .....	88
1.3 Detaillierte Betrachtung der Entwicklungsebenen des Selbstes und der möglichen Entwicklungsstörungen .....	99
1.3.1 Die präpersonale Entwicklung und ihre Störungen.....	98
1.3.2 Die personale Entwicklung und ihre Störungen.....	112
1.3.3 Die transpersonale Entwicklung und ihre Störungen .....	124
1.4 Integrale Lebenspraxis.....	138
2 Vorläufiges Modell einer Integralen Psychotherapie .....	141
2.1 Grundlagen einer Integralen Psychotherapie .....	143
2.2 Modell einer allgemeinen Integralen Therapie .....	155
2.3 Grundzüge einer Integralen Psychodiagnostik .....	157

*Vermöge ihrer Theorien über die menschliche Natur haben es die  
Psychologen in der Hand, diese Natur zu erhöhen oder zu erniedrigen.*

(Gordon Allport)

2.4	Detailliertes Modell einer Integralen Psychotherapie .....	169
2.4.1	Psychotherapie der präpersonalen Entwicklungsstörungen .....	176
2.4.2	Psychotherapie der personalen Entwicklungsstörungen .....	204
2.4.3	Psychotherapie der transpersonalen Entwicklungsstörungen ..	217
2.4.4	Exkurs: Traumdeutung.....	221
2.4.5	Exkurs: Meditation .....	222
2.4.6	Die heilende Spirale.....	224
2.5	Kontextfaktoren.....	238
2.5.1	Anforderungen an den Therapeuten .....	238
2.5.2	Konstruktivistische Aspekte der therapeutischen Beziehung....	243
2.5.3	Der Einfluß umfassender Systeme .....	247
2.5.4	Weitere Aspekte und Ausblick.....	251
2.6	Exkurs: Vergleich der Integralen mit der Allgemeinen Psychotherapie.....	256
2.7	Richtlinien für die Analyse von psychotherapeutischen Einrichtungen .....	259
3	Beispielhafte Analyse einer psychosomatischen Klinik.....	261
3.1	Übersicht über das Bad Herrenalber Modell.....	263
3.2	Menschenbild und Störungsmodell im Therapiekonzept .....	266
3.2.1	Das Menschenbild bei Dan Casriel .....	266
3.2.2	Das Menschenbild bei Walther H. Lechler .....	275
3.2.3	Bedürfnisse, Mangel und Sucht im Krankheitsmodell.....	278
3.3	Das allgemeine Therapieangebot.....	285
3.3.1	Angebote im individuell-inneren Quadranten .....	285
3.3.2	Angebote im individuell-äußeren Quadranten .....	296
3.3.3	Angebote im kollektiv-äußeren Quadranten.....	300
3.3.4	Angebote im kollektiv-inneren Quadranten.....	315
3.3.5	Zusammenfassung.....	316

3.4	Das psychotherapeutische Angebot .....	319
3.4.1	Psychotherapie im individuell-inneren Quadranten .....	319
3.4.2	Psychotherapie im individuell-äußeren Quadranten .....	330
3.4.3	Psychotherapie im kollektiv-äußeren Quadranten.....	333
3.4.4	Psychotherapie im kollektiv-inneren Quadranten.....	343
3.4.5	Zusammenfassung.....	345
3.5	Der Einfluß von Kontextfaktoren .....	350
3.5.1	Kontextfaktoren im kollektiv-inneren Quadranten.....	350
3.5.2	Kontextfaktoren im kollektiv-äußeren Quadranten.....	353
3.5.3	Zusammenfassung.....	359
3.6	Resümee der Analyse des Bad Herrenalber Modells.....	362
	Abkürzungsverzeichnis.....	367
	Glossar .....	368
	Literaturverzeichnis .....	375
	Webadressen.....	381
	Personenregister.....	382
	Adressen .....	385
	Nachwort.....	388
	Anhang.....	389

Dies ist kein Buch zum Lesen, sondern zum Durcharbeiten! Für alle, die dieser Satz erschreckt, möchte ich gleich hinzufügen: Dieses Durcharbeiten kann für Sie zu einem spannenden und genußvollen Abenteuer werden. Es lohnt also den Versuch.

Als ich mich mit Ken Wilbers philosophischen Schriften im Rahmen meiner Diplomarbeit zum ersten Mal befaßte, war es eine heftige Quälerei, weil seine Art zu Denken der meinen ziemlich zuwider lief. Inzwischen sind seine Grundkonzepte mir zu einem wichtigen Werkzeug geworden und ich bin täglich fasziniert, wie logisch das Universum aufgebaut ist, wenn man es mit ihrer Hilfe betrachtet – vor allem, welche Schönheit es dadurch erhält. Auch bin ich immer wieder erstaunt, wie elegant und umfassend diese Prinzipien für die verschiedensten Phänomene des Lebens Erklärungen liefern. Außer der psychischen Entwicklung des Menschen lassen sich mit ihnen so unterschiedliche Dinge wie die Entwicklung der Philosophie, Kriege und politische Konflikte, unser Wirtschaftssystem und seine Grenzen, die Freude an einer Bachkantate, Gefühle, religiöse Phänomene und viele Dinge mehr verstehen. Und vor allem erhalten diese Dinge Bedeutung und Beziehung zueinander. Stand ich früher vor einem Haufen von Phänomenen, die sinnlos und zufällig in dieses Universum geworfen schienen und die offensichtlich nichts miteinander zu tun hatten, erscheint mir der Kósmos heute eher wie ein Kristall und jedes Phänomen wie eine Facette, deren Form die der nächsten mitbedingt. Und während jede Facette eines Kristalls das Licht widerspiegelt, so spiegelt jede Facette dieses Kósmos Bewußtsein wider. Durch den gleichberechtigten Platz, den Bewußtsein, subjektive Bedeutung, qualitative Entwicklung, Kultur, ethische Werte und Ästhetik in Wilbers Modell neben all den Kategorien erhalten, die mir aus meiner früheren Weltsicht vertraut sind, bekommt das Universum plötzlich eine sinnvolle Ordnung.

Der Anspruch Wilbers, den Kósmos in seinen Grundstrukturen umfassend erklären zu können, riecht natürlich sehr nach Weltanschauung. Und in der Tat ist das so, da dies genau das Wesen einer Weltanschauung ausmacht. Doch ist es grundsätzlich das Wesen einer jeden von Menschen geschaffenen Theorie, gleichzeitig eine Weltanschauung als Hintergrund vorauszusetzen, vor dem sie erst verständlich wird. Und es wäre nicht Wilber, wenn

seine »Theory of Everything« nicht auch eine relativistische und dynamische, sich entwickelnde Weltanschauung wäre, die versucht, das gesamte vorhandene Wissen der Welt mit einzubeziehen und die auch das Kriterium der wissenschaftlichen Überprüfbarkeit nicht scheut. Wilber bekennt sich explizit dazu, daß sein Modell lediglich ein *Abbild* der Realität ist – nicht zu verwechseln mit der Realität selbst – von Menschen aufgrund ihrer derzeitigen Erfahrungen und Einsichten gemacht und damit auch veränderbar bzw. durch ein besseres Modell ersetzbar, wenn neue Erkenntnisse dies ermöglichen. So ist sein »postpostmodernes« Weltbild sowie das darauf aufbauende Menschenbild im besten Sinne evolutionär, dialektisch, ökologisch und konstruktivistisch.

Aus diesem Grunde ist es für mich nur folgerichtig, wenn ich es mir erlaube, seine Gedanken weiterzudenken, sie zu modifizieren oder ihnen auch zu widersprechen. Dabei ist mir sehr bewußt, daß die individuelle Bewußtseinsentwicklung, die im Mittelpunkt dieses Buches steht, genau genommen ein vieldimensionaler Prozeß mit vielen fließend ineinander übergehenden Qualitäten ist. Deshalb haftet jedem Versuch, diesen Prozeß in Form eines Modells zu strukturieren, auch eine gewisse Willkürlichkeit an, beeinflusst durch die eigenen Beschränkungen in Wahrnehmung, kognitiven Fähigkeiten und kultureller Prägung. Damit teilt auch dieses Modell das Schicksal jeder Landkarte: es ist nicht identisch mit der beschriebenen Landschaft. Doch geht es letztendlich um den praktischen Nutzen, darum, wie gut man sich anhand der Landkarte in der Landschaft zurechtfinden kann bzw. noch genauer darum, wie gut man psychische Phänomene in ihren Zusammenhängen und ihrer Entwicklung erklären und positiv beeinflussen kann, was ja der Sinn einer jeden Psychotherapie sein sollte.

Eigentlich war es nie meine Absicht, ein Buch zu schreiben. Unser sogenanntes »Informationszeitalter« ist voll von überflüssigen Informationen, denen ich ungern weitere Unwichtigkeiten hinzugefügt hätte. Doch nachdem ich mich längere Zeit mit Psychotherapie aus integraler Sicht beschäftigt hatte, erhielt ich von mehreren Seiten die Aufforderung, dies einmal in Buchform zusammenzufassen. Das Schreiben wurde zu einem wirklichen Abenteuer, da ich selbst erleben durfte, was intuitive Erkenntnis im eigentli-

chen Sinne des Wortes bedeutet: Durch meine monatelange intensive Beschäftigung mit dem Thema kam es immer wieder vor, daß ich abends ins Bett ging, mitten in der Nacht aufwachte, die nächsten Seiten »wußte«, mich an meinen Macintosh setzte und sie aufschrieb – und sich dies in manchen Nächten mehrfach wiederholte. Inzwischen bin auch ich überzeugt davon, daß es es wert ist, dieses Buch zu veröffentlichen, da in ihm Gedanken enthalten sind, die wirklich neu sind bzw. noch nie so klar ausgedrückt wurden und die für die Psychotherapie insgesamt relevant sein müßten. Umso betroffener war ich, als ich nach Beendigung des Manuskriptes erfahren mußte, daß viele Fachverlage sich für den Inhalt nicht interessierten, sondern nur für meinen »Marktwert« und die daraus zu erwartenden Verkaufszahlen. Letztendlich kam ich bei keinem passenden Verlag unter, weshalb ich sehr froh bin, daß ein Freund es mir ermöglichte, das Buch in seinem »Nichtfach-Verlag« zu veröffentlichen, auch wenn es es nun etwas schwerer haben wird, sein Publikum zu erreichen.

Mit diesem Buch verneige ich mich in Dankbarkeit vor allen Menschen, die meinen Lebensweg ein Stück begleitet haben und mir halfen, zu werden, was ich bin, und die auf diese Weise zu seiner Entstehung beigetragen haben. Gleichfalls bin ich voller Dankbarkeit allen Menschen gegenüber, die direkt zur Entstehung dieses Werkes beigetragen haben. Dabei möchte ich zwei Menschen besonders danken: Meiner Lebensgefährtin Ullasa I. Nelles, die mich über Jahre in der Arbeit an diesem Werk auf vielen Ebenen unterstützt hat und auch die vielen kreativen Nächte verständnisvoll hinnahm, sowie Michael Habecker, der mir aus seiner umfassenden Kenntnis des Wilberschen Schaffens wertvolle inhaltliche Hinweise gab. Und ich freue mich, mit diesem Buch vielleicht einen kleinen Stein zu einer Vision von einem sinnvollen Universum beitragen zu können, an der Wilber arbeitet und viele vor, neben und nach ihm.

Aus dieser eigenen Begeisterung wünsche ich Ihnen viel Freude bei der Abenteuerreise in einen völlig neuen Kósmos, der doch der gleiche ist, in dem Sie schon immer leben.

Leipzig im Mai 2005

Wulf Mirko Weinreich

## EINFÜHRUNG

In den letzten Jahren verstärkt sich in Deutschland – besonders durch die Verknappung finanzieller Mittel und eine einschränkende Gesetzgebung, durch die eigennützige Politik verschiedener Interessengruppen sowie die wissenschaftliche Hinterfragung lange als wahr hingenommener psychotherapeutischer Grundannahmen – die Diskussion, welche Form der Psychotherapie nun die endgültig richtige sei. Das Spektrum reicht derzeit von der Befürwortung einer »blühenden Therapielandschaft« (Kriz)<sup>1</sup> über verschiedene Versuche, eine Psychotherapie zu kreieren, die die besten Ansätze der verschiedenen Schulen aufnimmt<sup>2</sup> bis hin zu den Vertretern der »reinen Lehre«, die allein die von ihnen vertretene psychotherapeutische Schule für wissenschaftlich und wirksam halten. Analog sieht es in der Praxis so aus, daß sich die verschiedenen therapeutischen Einrichtungen und niedergelassenen Therapeuten entweder einer Schule zurechnen oder einen sogenannten »integrativen« Ansatz bevorzugen. Letzterer ist jedoch in der Regel eher als eklektisch zu bezeichnen, da er hauptsächlich aus der Addition diverser psychotherapeutischer Methoden besteht; eine verbindende und begründende Theorie fehlt jedoch bisher. Nichtsdestotrotz können auch sie gute bis sehr gute Therapieergebnisse aufweisen, haben jedoch – wie auch schulenreine Therapieeinrichtungen – immer wieder Mißerfolge. In seiner groß angelegten Metastudie untersuchte Grawe et al (1994) den Erfolg von Therapiemethoden unter sehr allgemeinen Gesichtspunkten. Zum ersten schaute er, ob die Studien der verschiedenen Schulen wissenschaftlichen Ansprüchen genügten. Ohne hier die Kriterien diskutieren zu wollen, mit denen Grawe sowohl Therapieerfolg als auch Wissenschaftlichkeit operationalisierte<sup>3</sup>, kann man sagen, daß Therapierichtungen, die aus der Metastudie ausgesondert wurden, in erster Linie nicht aufgrund ihrer Unwirksamkeit ausgesondert wurden, sondern weil sie bis zum Zeitpunkt der Untersuchung keine Einzelstudien in ausreichender Zahl erbracht hat-

<sup>1</sup> vgl. Corsini 1994, Jaeggi 1997, Kriz 2001, Wirsching 1998, Zundel & Zundel 1991

<sup>2</sup> z.B. Petzold seit 1988 in seiner Integrativen Psychotherapie, Grawe 1994 in seiner Allgemeinen Psychotherapie

<sup>3</sup> eine ausführliche Kritik in Schneider, 1996

ten, so daß, wie er selbst betont, mit seiner Metastudie keineswegs der Nachweis für ihre Unwirksamkeit erbracht wurde. Zum zweiten untersuchte Grawes Metastudie die Wirksamkeit der von ihm einbezogenen Therapierichtungen auf rein empirische Weise. Damit konnte er im Rahmen seiner Kriterien zwar feststellen, welche Therapiemethoden mehr oder weniger wirksam sind. Jedoch die Frage danach, welche Therapieform bei welcher Störung wirkt, konnte er aufgrund der ihm zur Verfügung stehenden begrenzten Ressourcen nur ansatzweise behandeln.<sup>4</sup> Die Frage, warum eine eigentlich wirksame Intervention bei einem Patienten anschlägt und bei einem anderen nicht (differentielle Indikation), war jedoch aufgrund der rein empirischen Orientierung vollständig ausgeklammert.

Diese nach wie vor vorhandene theoretische Lücke, welche bis heute die Auswahl einer therapeutischen Methode oft dem Zufall überläßt – mit dem Ergebnis, daß so manches Mal nur die methodenunabhängigen Wirkfaktoren zum Zuge kommen – versucht das hier vorgestellte Modell einer »Integralen Psychotherapie« zu schließen. Es basiert auf dem Werk des Philosophen Ken Wilber. Seit über 20 Jahren beschäftigt sich Wilber damit, verschiedene Wissenschaftsbereiche zueinander in Beziehung zu setzen, um daraus Grundstrukturen dieses Universums abzuleiten und in einer »Theory of Everything« zusammenzufassen. In diesem Rahmen entstand auch seine »Integrale Psychologie«, in der er versucht, die Einzelerkenntnisse vieler namhafter Psychologen besonders aus den Gebieten der Entwicklungspsychologie und der klinischen Psychologie zusammenzuführen. Ein Hauptergebnis ist, daß der Mensch in verschiedenen Bereichen (Wilber nennt sie Quadranten) verschiedene psychische Eigenschaften und Fähigkeiten (Entwicklungslinien) über verschiedene Entwicklungsphasen (Ebenen) entwickelt, die er in ihrer Gesamtheit als »Bewußtsein« bezeichnet. Psychische Erkrankungen entstehen, wenn die Bewußtseinsentwicklung durch innere oder äußere Einflüsse gestört wird, so daß es zu einer Stagnation auf einer Ebene kommt, bzw. zu einer Deformierung des Entwicklungsprozesses, bzw. zu einer dauerhaften Regression auf eine früher durchschrittene Ebene.

<sup>4</sup> vgl. Grawe et al, 1994, S. 72

Eine der grundlegenden Entwicklungslinien ist die kognitive Entwicklung, wie Piaget sie beschrieben hat, weil sie bestimmt, auf welche Weise der Mensch sich selbst und die Umwelt wahrnimmt und diese Eindrücke verarbeitet. Da jede Erfahrung in dem kognitiven Modus gespeichert wird, der für diese Ebene charakteristisch ist, schlußfolgert Wilber, daß Psychotherapie eine Störung immer nur dann ursächlich behandeln kann, wenn sie sich der speziellen Wahrnehmungs- und Verarbeitungsformen dieser Ebene auch als Interventionsmodus bedient. Weil Störungen an einem Punkt jedoch in der weiteren Entwicklung immer auch Folgeschäden in den anderen Quadranten und auf anderen Linien nach sich ziehen, kann eine Therapie nur dann optimal sein, wenn sie:

- a) Ebene, Quadrant und Linie der ursächliche Störung berücksichtigt und
- b) auch die Ebenen, Quadranten und Linien der Folgeschäden nicht vernachlässigt.

Seine logische Schlußfolgerung daraus ist die Forderung nach einem integrativen, chronologisch gestaffelten Therapiekonzept, das die Erkenntnisse der verschiedenen Schulen einschließt und alle Bereiche des Menschen in Form von Körper und Psyche sowie seine soziale, institutionelle und kulturelle Umwelt in ihren jeweiligen Entwicklungsstadien berücksichtigt.

Da Wilber in seiner »Integralen Psychologie« die gesamte Psychotherapie nur abstrakt umreißt, maximal Kriterien nennt, die erfüllt sein müssen, um einem Quadranten oder einer Ebene gerecht zu werden, steht eine Umarmung dieses theoretischen Rahmens mittels »Fleisch« noch weitestgehend aus. Genau diese Lücke möchte das vorliegende Buch schließen, indem es Vorschläge macht, wie eine »Integrale Psychotherapie« im Detail aussehen könnte.

Nach der kommentierten Zusammenfassung der grundlegenden Gedanken Wilbers aus der Sicht des klinischen Psychologen im 1. Teil folgt im Teil 2 der Versuch, aus der Vielzahl therapeutischer Ansätze ein Modell zu entwerfen, das erklärt, welche speziellen Therapiemethoden aufgrund ihrer Interventionsmodi für welche Linien, Quadranten und Ebenen am besten geeignet wären. Dabei wird berücksichtigt, daß eine Psychotherapie nicht im luftleeren Raum existiert, sondern in ein therapeutisches Gesamtkonzept

eingebunden ist und in ihrem Verlauf durch verschiedene Kontextfaktoren beeinflusst wird. Auch wenn eine »Integrale Psychodiagnostik« eines eigenen Buches bedürfte, mögen erste Überlegungen Hinweise geben, wie Störungen im Sinne des hier vorgestellten Modells einzuordnen und dementsprechende Methoden auszuwählen sind. Weiterhin werden Vorschläge zu den Behandlungsphasen und zur chronologischen Reihenfolge des Therapieablaufes gemacht. Aus der Theorie der Entwicklungsebenen werden berufliche und persönliche Qualitäten abgeleitet, über die ein Therapeut verfügen sollte, um auf bestimmten Störungsebenen kompetent arbeiten zu können. Ein kurzer Absatz beschäftigt sich mit dem Vergleich von Grawes Allgemeiner Psychotherapie und Wilbers Integralelem Ansatz und benennt Übereinstimmungen, aber auch Stärken und Schwächen der einzelnen Modelle. Als letztes wird eine Reihe von Fragen aufgeworfen, die an praktisch existierende therapeutische Einrichtungen zu stellen wären, um zu überprüfen, inwieweit sie im Hinblick auf die Störungsebenen der von ihnen behandelten Klientel einem integralen Modell gerecht werden.

Im Teil 3 wird beispielhaft versucht, die Praxis in der Psychosomatischen Klinik Bad Herrenalb mit dem Modell von Ken Wilber inhaltlich zu vergleichen. Ausgehend vom Spektrum der behandelten Krankheitsbilder wird analysiert, inwieweit die angebotenen therapeutischen Interventionen der Theorie gerecht werden, aber auch, wo es noch Lücken im therapeutischen Angebot gibt bzw. wo vorhandene Angebote noch besser auf die Klienten abgestimmt werden könnten. Dazu werden zuerst die der Behandlung zugrundeliegenden Konzepte mit Wilbers Theorien verglichen. Außerdem werden Wochenpläne, Mitarbeiterstruktur und vor allem die angebotenen Therapiebausteine in Bezug auf die anvisierten Klientengruppen ausgewertet. Neben der eigentlichen Psychotherapie finden im Sinne des integralen Modells natürlich auch sämtliche allgemeinen therapeutischen Angebote Beachtung sowie der Einfluß der gesellschaftlichen Umwelt auf die Klinik und das Therapiekonzept.

Während bisher die Psychologie einen großen Bogen um den Begriff »Bewußtsein« macht und sich überwiegend mit der Untersuchung von speziellen Phänomenen und Fähigkeiten desselben befaßt, wird hier versucht, die ver-

schiedenen Einzelerkenntnisse zu einem konsistenten Bild der menschlichen Psyche zusammenzuführen. Dies könnte in Verbindung mit einem postpost-modernen Weltbild, welches Bewußtsein als eigene Qualität akzeptiert, die sich bei aller Korrelation nicht auf Materie reduzieren läßt, zu einem völlig neuen Selbstverständnis bei Psychologen und Psychotherapeuten führen.

Die konsequente Verbindung von Entwicklungspsychologie und Klinischer Psychologie erlaubt stimmige Erklärungen, in welcher Lebensphase die Grundlagen für spezielle psychische Erkrankungen gelegt werden, sowie welche Methoden in welcher Reihenfolge notwendig wären, um den stagnierten bzw. deformierten Entwicklungsprozeß wieder in Gang zu setzen oder zu korrigieren. Damit gibt die Theorie Ärzten und Psychologen konkrete Kriterien für eine differentielle Indikation an die Hand, um Psychotherapiemethoden krankheitsspezifisch auszuwählen. Der dadurch ermöglichte gezieltere Einsatz von Psychotherapie würde sicher Effizienz und Effektivität steigern und damit erhebliche finanzielle Mittel einsparen. Außerdem eröffnet dieses Vorgehen Hoffnungen für Betroffene, denen bisher aufgrund eines anderen Krankheitsverständnisses nicht oder nur wenig geholfen werden konnte: Ihr Suchen nach einer wirksamen Therapie hätte endlich eine Richtung und die Anwendung angemessener Therapiemethoden würde auch die permanente (medikamentöse) Symptomdämpfung dieser gemeinhin als »therapieresistent« eingestuft Menschen zu einem großen Teil überflüssig machen.

Mit dem vorgelegten Modell einer »Integralen Psychotherapie« entsteht gleichzeitig eine theoretische Grundlage für integrativ arbeitende Kliniken, Therapeuten und Therapienetzwerke. Die Erkenntnis der Notwendigkeit spezifischer Interventionsmodi für verschiedene psychische Erkrankungen läßt auch die unselige Diskussion um die Richtlinienverfahren in einem neuen Licht erscheinen und führt vielleicht dazu, daß international anerkannte Therapierichtungen, die in Deutschland zur Zeit ein Schattendasein fristen, in Zukunft wieder verstärkt erforscht, evaluiert und gelehrt werden.



Es war mir ein Anliegen, dieses Buch, das sich mit einem höchst komplexen Stoff beschäftigt, möglichst gut lesbar zu halten. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, bediene ich mich einiger formaler und sprachlicher Gestaltungselemente:

- »Männliche« Begriffe (z.B. Therapeut, Patient etc.), die eigentlich beide Geschlechter beinhalten, wurden in ihrer männlichen Form belassen, wohl wissend, daß beide Geschlechter gemeint sind.
- Um ein so komplexes Gebiet wie dieses abhandeln zu können (Systeme in Systemen), ist die vorliegende Form eigentlich ungeeignet. Am ehesten würde dem Inhalt ein sich über Links immer stärker verzweigender Hypertext gerecht. Um dem Medium Buch mit seinem linearen Ablauf gerecht zu werden, wurden deshalb neben den Literaturangaben auch alle Zusatzinformationen und Bemerkungen in die Fußnoten verlagert. Es empfiehlt sich, die Fußnoten zu ignorieren, wenn man dem »roten Faden« folgen will.
- Wichtige Fachausdrücke bzw. Sachverhalte, deren Betonung mir besonders wichtig erschien, sind *kursiv* gesetzt bzw., wenn es sich um Eigennamen oder Fachausdrücke handelt, in spitzen Klammern »«.
- Psychisch erkrankte Personen werden schulunenabhängig »Klient« genannt, lediglich in besonderen Fällen (z.B. »Indexpatient«) wird davon abgewichen.
- Am Ende des Buches gibt ein Glossar Auskunft über die wichtigsten Fremdwörter.
- Im Sachregister sind Grundbegriffe, die so häufig vorkommen, daß ihre Auflistung Seiten füllen würde (Entwicklungsebene, Quadranten, Entwicklungslinien, Selbst, Entwicklungsstörung, Psychotherapie, Klinik etc.), nur dort erwähnt, wo sie in konkreten Bezügen vorkommen. Bei den einzelnen Therapieschulen und Therapiemethoden werden Adjektive vorangestellt, soweit es sich um gängige Eigennamen handelt (z.B. Systemische Therapie, Katathymes Bilderleben), ansonsten sind die Adjektive nachgestellt (z.B. Identifikation, projektive).

Zu Ken Wilbers Begrifflichkeit ist anzumerken:

- Da Wilber sich in erster Linie als »Synthetisator« versteht – also die Erkenntnisse verschiedener Wissenschaftler zusammenführt – kommt es teilweise zu einer recht heterogenen Begrifflichkeit. Er selbst sieht die Verwendung von originalen Begriffen, z.B. von A. Koestler, E. H. Erikson, Aurobindo etc., als seine Verbeugung vor ihren Leistungen.
  - Ein weiteres Problem ist die Übersetzung aus dem Amerikanischen. Bis auf 2 Ausnahmen werden die allgemein gebräuchlichen Übersetzungen verwendet. Die eine Ausnahme, das Wort »Geist« (amerikanisch: mind; im Sinne von Verstand, kognitiver Intelligenz, rationalem Denken) wird nachfolgend durch das Wort »Vernunft« ersetzt, da es früher von Wilber selbst in diesem Sinne gebraucht wurde.<sup>5</sup> Damit soll eine bessere Lesbarkeit gegeben und einer Verwechslung mit dem Wort GEIST (amerikanisch: spirit) vorgebeugt werden. In Anlehnung an die idealistische Philosophie verwendet Wilber an vielen Stellen selbst das deutsche Wort GEIST. Es wird auch hier konsequent groß geschrieben, um die Kompatibilität zu den Büchern, die diese Schreibweise verwenden, zu erhalten. Als Adjektive werden für das Wort »Vernunft« folgerichtig »mental«, »kognitiv«, »rational« oder »intellektuell« verwendet, für »GEIST« statt »geistig« jedoch »transzendental« oder dort, wo es detaillierter wird, »kausal« bzw. »nondual«.
- Die andere Ausnahme ist das amerikanische Wort »psychic« im Sinne von übersinnlich, das Wilber für eine spezielle transrationale Entwicklungsebene verwendet. Um die Assoziation mit dem deutschen »psychisch« zu vermeiden, das eine völlig andere Bedeutung hat, wird es in diesem Zusammenhang durch das Wort »astral-psychisch« ersetzt.<sup>6</sup>
- Während Wilber für die Beschreibung von Entwicklung die Wörter »Ströme« und »Wellen« favorisiert, um deutlich zu machen, daß es jeweils fließende Übergänge zwischen den verschiedenen Elementen gibt,

<sup>5</sup> vgl. Wilber et al, 1988

<sup>6</sup> vgl. auch Visser, Frank (2002): *Ken Wilber und das Metaphysische*. in: [www.worldofkenwilber.com](http://www.worldofkenwilber.com), 3. 8. 2003; auch in Wilber, 2001b, S. 103

werden hier die Wörter »Linien« und »Ebenen« verwendet, da sie in der deutschsprachigen Diskussion die meistverwendeten sind.<sup>7</sup>

- Vielfach verwendet Wilber mehrere Worte für einen Gegenstand (z.B. Bewußtseinsstufe, -ebene, -welle), je nachdem, welchen Aspekt desselben er besonders betonen möchte. Um Verwirrung zu vermeiden, habe ich versucht, mich für das Wort zu entscheiden, das meines Erachtens den Gegenstand am besten charakterisiert und bleibe dann konsequent dabei. Die Wörter »Entwicklungsebene« und »Bewußtseinsstufe« werden synonym verwendet, gleichfalls die Wörter »Entwicklungslinie« und »Bewußtseinslinie«.
- Wilber verwendet sowohl das Wort »Höhe« als auch das Wort »Tiefe« für den gleichen Gegenstand: zunehmende Komplexität im Sinne einer vertikalen Ausdehnung. So geht also eine Höherentwicklung immer mit mehr Tiefe einher. Das Pendant dazu ist »flach«, verbunden mit einer »größeren Spanne« im Sinne einer horizontalen Ausdehnung.
- Auch wenn Wilber in den letzten Jahren bevorzugt die Farben des Spiral Dynamics-Systems von Graves und Beck zur Bezeichnung seiner Bewußtseinsstufen verwendet, benutze ich aus folgenden Gründen seine alte Nomenklatur der Drehpunkte:
  - a) Es erscheint mir einfacher, sich die frühen, niedrigen, präpersonalen Drehpunkte als D-0 bis D-3, die mittleren, personalen als D-4 bis D-6 und die höheren, transpersonalen als D-7 bis nondual zu merken, anstatt ein Farbsystem auswendig zu lernen.
  - b) Das Farbsystem ist monolinear und von daher gut geeignet, den durchschnittlichen Bewußtseinsstand einer Gesellschaft bzw. die Selbstidentifikation eines Individuums mit einer Bewußtseinsstufe zu beschreiben. Doch genügt es nicht, wenn zusätzlich weitere Entwicklungslinien, Subpersönlichkeiten, etc. betrachtet werden sollen.
  - c) Durch die ungenügende Differenzierung der transpersonalen Entwicklungsebenen ist das Farbsystem der Spiral Dynamics für die Beschreibung dieser Bereiche ungeeignet.

## TEIL 1

# Die Integrale Psychologie Ken Wilbers

<sup>7</sup> vgl. [www.ak-kenwilber.de](http://www.ak-kenwilber.de), [www.worldofkenwilber.com](http://www.worldofkenwilber.com), 3. 8. 2003

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,  
die sich über die Dinge ziehn.  
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,  
aber versuchen will ich ihn.*

*Ich kreise um Gott, um den uralten Turm,  
und ich kreise jahrtausendlang;  
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm  
oder ein großer Gesang.*

(Rainer Maria Rilke)

Da Ken Wilbers Gedanken zur Psychologie in seinem umfangreichen Werk weit verstreut sind, erachte ich es als notwendig, die wesentlichen Inhalte aus seinen Schriften zusammenzufassen, soweit sie mir für das Verständnis einer vorläufigen Theorie einer Integralen Psychotherapie notwendig erscheinen. Dies sind insbesondere Erkenntnisse aus seinen Phasen 1-4. Dabei erlaube ich mir, Sachverhalte zu betonen, die implizit in seinen Schriften vorhanden sind, die er aber nicht besonders herausstellt, da er nicht aus der Sicht eines Psychologen schreibt. Auch wenn ich seine Aspekte der Typen, Zustände und Perspektiven, auf die er besonders im Rahmen seiner aktuellen Phase 5 eingeht, als sehr wichtig erachte, halte ich Ihre Vorstellung in diesem Rahmen für nicht unbedingt wichtig, weshalb sie lediglich am Rande erwähnt werden. Ergänzt werden Wilbers Ansichten durch meine eigenen Erfahrungen und Überlegungen aus der Sicht der Klinischen Psychologie, so daß es hier also nicht um eine originalgetreue Wiedergabe Wilbers geht – dafür ist die Originalliteratur zuständig – sondern um eine kreative Weiterentwicklung seiner Gedanken.

Der Aufbau dieses 1. Teiles ist bewußt so gewählt, daß mit einer umfassenden Gesamtschau begonnen wird, von der aus in einer spiralförmigen Bewegung immer feinere Details erschlossen werden. Dieses Vorgehen ist m.E. nötig, da sich einige Sachverhalte gegenseitig zum Verständnis bedingen. Außerdem wird dadurch sichtbar, wo einzelne Konzepte ihren Ursprung haben.

Meine subjektive Zusammenfassung der Wilberschen Gedanken kann das Lesen der Originalliteratur nicht ersetzen. Deshalb sollen vorab die wichtigsten Publikationen Ken Wilbers in Bezug auf das hier behandelte Thema erwähnt werden. Da wäre als erstes »Eros, Kosmos, Logos – eine Vision an der Schwelle zum neuen Jahrtausend« (1995) zu nennen, wo er einen ersten Schritt unternimmt, aus dem vorhandenen Wissen über die bisherige Entwicklung des Universums und der menschlichen Gesellschaft eine »Theory of Everything« zu destillieren und besonders die Bereiche Psychologie, Ökologie und Soziologie berücksichtigt. Den gleichen Inhalt stellt er verkürzt und gut lesbar in »Eine kurze Geschichte des Kosmos« (1996) dar, weshalb sich dieses Buch besonders als Einstiegslektüre empfiehlt. »Das Wahre, Schöne, Gute« (1997) beschäftigt sich vorrangig mit speziellen äs-

thetisch-kulturellen und psychologischen Aspekten, in »Naturwissenschaft und Religion« (1998) versucht er, deren oft spannungsreiches Verhältnis aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Mit »Integrale Psychologie« (2001) legt er eine Zusammenfassung und Systematisierung seiner bisherigen Erkenntnisse über die individuelle Bewußtseinsentwicklung des Menschen vor. Letzteres ist der vorläufige Rahmen für ein zukünftiges, noch umfassenderes Werk – Wilber träumt von einem Lehrbuch der Psychologie<sup>8</sup> – und ist auch die wichtigste Quelle für das hier vorliegende Buch.

Während die Wissenschaft aufgrund heutiger Informationsmengen immer mehr zur Spezialisierung gezwungen ist, ist Wilbers ganz spezielle Leistung der Versuch, dieses Wissen zu einem Gesamtbild zusammenzusetzen. Er geht dabei von der Prämisse aus, daß jede menschliche Erkenntnis Einsichten über die Realität enthalte („Nobody is smart enough, to be wrong all the time.“ K. Wilber), daß es allerdings immer wieder zu Kollisionen komme, weil die *Geltungsbereiche* dieser (Teil-)Wahrheiten nicht klar definiert würden. Infolgedessen versucht er herauszufinden, wie verschiedene Erkenntnisse verschiedene Bereiche des Universums ergänzend beschreiben. Dabei bedient er sich folgender Methodik:

1. *Orientierungs-Verallgemeinerung*: Sammlung allen Wissens zu einem Gebiet und Abstraktion auf ein Niveau, wo hinter den sich im Detail widersprechenden Aussagen grundlegende und gemeinsame Wahrheiten sichtbar werden, die er »profunde Schlußfolgerungen« nennt.
2. *Synopsis*: Zusammenfügen und Verknüpfen möglichst vieler im ersten Schritt gewonnener Grundwahrheiten in einem kohärenten System.
3. *Kritische Theorie*: Aus dem integralen Überblick leitet Wilber in einem letzten Schritt den Geltungsbereich bzw. den Grad der Vollständigkeit der integrierten Theorien ab, im Sinne eines »wahr, aber nur teilweise wahr«.<sup>9</sup>

Ein Vorwort von Jack Crittenden, dem Herausgeber des interdisziplinären Wissenschaftsmagazins »ReVision« zu Wilbers Buch »Das Wahre, Schöne, Gute« beschreibt diese Leistung recht umfassend:

<sup>8</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 487

<sup>9</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 12 f; [www.ak-kenwilber.de](http://www.ak-kenwilber.de), 3. 8. 2003

„Dabei ist Wilbers Ansatz das Gegenteil von Eklektik. Er hat eine stimmige Vision vorgelegt, welche die Geltungsansprüche der unterschiedlichsten Fachgebiete zu einem nahtlosen Ganzen zusammenführt: Physik und Biologie, Ökowiensschaften, Chaostheorie und Systemwissenschaft, Medizin, Neurophysiologie und Biochemie, bildende Kunst, Dichtkunst und Ästhetik, Entwicklungspsychologie und ein weites Spektrum psychotherapeutischer Richtungen von Freud über Jung bis Piaget, die Theoretiker der Großen Kette von Platon und Plotin im Westen bis Shankara und Nagarjuna im Osten, die Modernisten von Descartes und Locke bis Kant, die Idealisten von Schelling bis Hegel, die Postmodernisten von Foucault und Derrida bis Taylor und Habermas, die weitere hermeneutische Tradition von Dilthey über Heidegger bis Gadamer, die Gesellschaftstheoretiker von Comte und Marx bis Parsons und Luhmann, und die kontemplativen und mystischen Schulen der großen östlichen und westlichen meditativen Traditionen in den großen Weltreligionen. Und dies ist nur eine Auswahl. ...

... Diese seine integrale Sichtweise liefert letztlich die Erklärung für die polaren Reaktionen auf sein Werk, das heißt für die Auffassung einerseits, daß es zum Bedeutendsten zählt, was je geschrieben wurde, und die wütenden Angriffe des Chors der Entrüsteten andererseits. Die heftigste Kritik kommt fast ausnahmslos aus den Reihen der Theoretiker, die ihr eigenes Fachgebiet für das einzig wahre Fachgebiet und ihre eigene Methode für die einzig gültige Methode halten. An Wilber wurde bisher nie – ernstzunehmende – Kritik deshalb geübt, weil er eines der Wissensgebiete, die er betrachtet, falsch verstanden oder falsch dargestellt hätte, sondern deshalb, weil er Gebiete berücksichtigt, die der Kritiker jeweils nicht für wichtig hält, oder einfach deshalb, weil sie sich von ihm nicht die Butter vom Brot nehmen lassen wollen. Die Freudianer sagen nie, daß Wilber Freud nicht verstanden hätte, aber sie finden, daß er die Mystik weglassen sollte. Die Strukturalisten und Poststrukturalisten sagen nicht, daß er ihr Fachgebiet nicht verstanden hätte, aber sie

meinen, daß er all diese schrecklichen anderen Disziplinen weglassen sollte. Den Angriffen liegt immer dieselbe Haltung zugrunde: Wie können Sie es wagen zu sagen, mein Fachgebiet sei nicht das einzig wahre!<sup>10</sup>

Während die moderne Wissenschaft sich längst in der Erforschung von Einzelphänomenen verloren hat und resigniert behauptet, daß keine umfassende Erklärung des Universums möglich wäre, bzw. Modelle vorschlägt, die nur deshalb funktionieren, weil wichtige Bereiche ausgegrenzt werden, scheint Wilber diese unmögliche Quadratur des Kreises zu gelingen, wobei er dafür mehrere Grundannahmen postuliert:

- a) Wir leben in einem sich über Ebenen entwickelnden Universum.
- b) Dieses Universum entwickelt sich nicht nur durch quantitative sondern auch durch qualitative Differenzierung.
- c) Die Integration widersprüchlicher Aspekte einer Ebene kann jeweils nur von einer höheren Entwicklungsebene aus geschehen.

Dies im Detail verständlich zu machen sowie die Auswirkungen dieser Annahmen auf die Betrachtung der menschlichen Psyche aufzuzeigen, ist das Anliegen des ersten Teils des Buches.

---

<sup>10</sup> Wilber, 2000, S. 10 f

## 1.1 PHILOSOPHISCHE GRUNDLAGEN

Da die Integrale Psychologie ohne Wilbers philosophische Grundkonzepte nicht verständlich ist, sollen diese hier kurz vorgestellt werden, auch wenn sie über das eigentliche Thema des Buches hinausgehen. Dabei handelt es sich sowohl um seine Definition davon, was Wissenschaft ist, als auch um seine Vorstellungen von den Grundbausteinen des Kósmos.<sup>11</sup>

### 1.1.1 Wissenschaftstheoretische Voraussetzungen

Wilber unterteilt Wissenschaft in 2 große Bereiche: die »enge« und die »weite« Wissenschaft, die später im Quadrantenmodell als rechtsseitige und linksseitige Wege wiederkehren werden. Diese erforschen nicht nur verschiedene Bereiche des Kósmos, sondern bedienen sich dafür auch verschiedener Methoden:

1. Zur ersten Gruppe gehören alle Wissenschaften, die über die sensorische Wahrnehmung die *Physiosphäre* und die Biosphäre *empirisch* erkunden, z.B. Naturwissenschaften, empirische Sozialwissenschaften, Systemwissenschaften etc. Zur Anwendung gelangt hier in erster Linie das *Repräsentationsparadigma*: Ein Wissenschaftler beobachtet das Äußere eines Objekts, um es zu klassifizieren und seine äußeren Merkmale zu messen. Dieser Bereich der Wissenschaft untersucht wertfrei und quantitativ.
2. Zur zweiten Gruppe gehören alle Geisteswissenschaften, z.B. Philosophie, Mathematik, Logik, Linguistik, verstehende Sozialwissenschaften etc., die sich mit symbolischen Ereignissen in der *Noosphäre* beschäftigen.

---

<sup>11</sup> Wilber bevorzugt den griechischen Ausdruck »Kósmos« (als Gesamtheit von Physiosphäre, Biosphäre, Noosphäre und Pneumosphäre), da das Wort »Universum« im allgemeinen Sprachgebrauch auf ein Synonym für die Physiosphäre reduziert worden ist. (Wilber, 1996a, S. 60 f); Für die Bezeichnung transrationaler Bereiche verwendet er in letzter Zeit das Wort »Pneumosphäre« statt »Theosphäre«, um eine Verwechslung mit theistischen Auffassungen zu vermeiden (Wilber, 2001a, S. 278).

gen, die mit dem Intellekt hermeneutisch *verstanden* werden müssen. Die Geisteswissenschaften gehorchen vorrangig dem *Interpretationsparadigma*: Durch Kommunikation mit einem natürlichen oder symbolischen Subjekt sowie anschließender Interpretation versucht ein Wissenschaftler, das Innere, die Bedeutung desselben zu ergründen. »Weite« Wissenschaft bedarf auch qualitativer Bewertung.<sup>12</sup>

Beide Wissenschaftsbereiche sind voneinander abhängig und beeinflussen einander, können aber nicht aufeinander reduziert werden. So ist z.B. Physik ohne Mathematik undenkbar, jedoch ist die Mathematik eine Schöpfung des menschlichen Geistes und somit der Noosphäre zugehörig, existiert also jenseits der physischen Umwelt.

3. Weiterhin gibt es für Wilber einen dritten Weg der Erkenntnis: die *kontemplativen* Wissenschaften.<sup>13</sup> Zu ihnen zählt er alle Formen der Erkenntnisgewinnung, die die Frage nach der Stellung des erkennenden Subjektes im Kósmos stellen, z.B. die verschiedenen religiösen Lehren, Mystik und andere spirituelle Wege. Die dafür notwendige Injunktion könnte man am ehesten als *Gewahrseinsparadigma* bezeichnen<sup>14</sup>, da hier versucht wird, über Intuition, Inspiration, Introspektion, unmittelbares Gewahrsein u.a. transrationale Erkenntnisformen die *Pneumosphäre* zu erforschen.

Diese Dreiteilung läßt sich auf Wilbers Weiterentwicklung der Habermaschen Erkenntnistheorie zurückführen und gilt für die Erkenntnisgewinnung durch die Wissenschaft gleichermaßen wie für die Auseinandersetzung des Individuums mit seiner Um- und Innenwelt. Nachfolgend die sehr vereinfachte schematische Darstellung der wichtigsten Erkenntnisweisen. Sie sind

<sup>12</sup> vgl. Wilber, 1997 b, S. 121-126

<sup>13</sup> Wilber nennt diese 3 Arten der Wissenschaft auch die »3 Augen der Erkenntnis« (vgl. Wilber, 2000, S. 136 f)

Es hat natürlich von vielen Seiten Einwände gegen die Bezeichnung von transrationaler Erkenntnisgewinnung als »Kontemplative Wissenschaft« gegeben. Wilber setzt sich selbst damit an verschiedenen Stellen auseinander, z.B. Wilber, 1996a, S. 330-342

<sup>14</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 516 f

genau betrachtet eine reduzierte Version der Theorie der Großen Kette des Seins<sup>15</sup>, die in den nächsten beiden Kapiteln ausführlich erörtert wird. Man beachte bei dieser Darstellung, daß sowohl Umwelt als auch Innenwelt (z.B. Gedanken, Gefühle etc.) beobachtbare Objekte sein können:

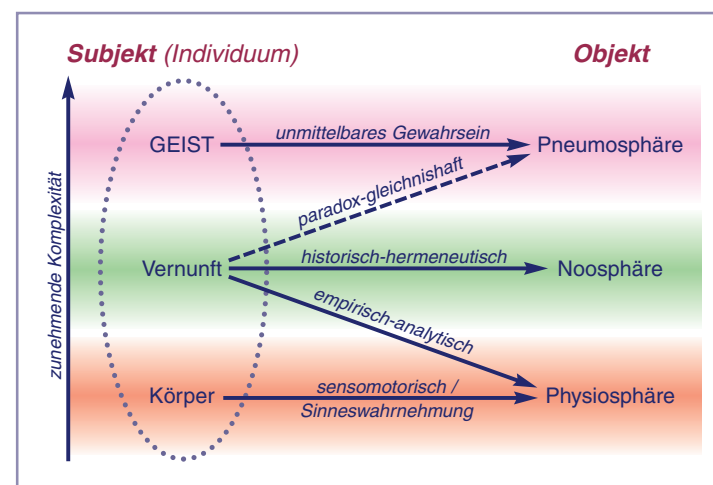


Abb. 1.1: einige allgemeine Erkenntnisweisen (nach Wilber, 1983)

Vorausgreifend muß erwähnt werden, daß die Ebenen von der Physiosphäre über die Noosphäre zur Pneumosphäre immer komplexer und subtiler werden, so daß die kognitive Struktur einer Ebene die nächsthöhere nur rudimentär und verzerrt wahrnehmen kann. Sowenig wie die optische Sinneswahrnehmung eines Schachbrettes mit den dazugehörigen Figuren dem Betrachter die Gesetze des Schachspiels eröffnet, da dies erst durch die hermeneutische Verständnisfähigkeit seiner rationalen Vernunft möglich ist, sowenig ist diese Vernunft geeignet, transrationale Phänomene des GEISTES vollständig zu erforschen und zu verstehen, da dies erst durch die unmittelbare Erkenntnis der Pneumosphäre als GEIST durch den GEIST selbst geschehen kann.<sup>16</sup> Dies hat letztendlich auch zum Versagen der idealistischen

<sup>15</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 35

<sup>16</sup> vgl. Wilber, 1988, S. 151-159

Philosophie um Hegel geführt, die sich dem Phänomen rational lediglich annähern konnte und läßt Wilber zufolge auch die derzeit modernen Versuche, GEIST mittels Quantenphysik, Systemtheorie, Anthropischem Prinzip oder anderen »ganzheitlichen« wissenschaftlichen Paradigmen zu erklären, scheitern.<sup>17</sup> Aus diesem Grunde ist die entsprechende Linie durchbrochen dargestellt. Doch selbst wenn eine authentische Erkenntnis der Pneumosphäre durch den GEIST vorliegt, gibt es Einschränkungen, da diese Erkenntnis sich nicht ohne weiteres mitteilen läßt: die menschliche Sprache als Produkt der Noosphäre ist ungeeignet, die höhere Komplexität und Subtilität der Pneumosphäre in vollem Umfang abzubilden, sondern kann diese Erkenntnis lediglich in paradoxen Beschreibungen bzw. bildlichen Analogien andeuten.

Um zu validen Erkenntnissen der verschiedenen Sphären zu gelangen, sind Wilber zufolge jedoch immer drei grundlegende Schritte notwendig, die gleichfalls für die Überprüfung von Hypothesen verwendet werden können<sup>18</sup>:

1. *Instrumentelle Injunktion*: Um zu vergleichbaren Daten / Ergebnissen zu kommen, muß der Wissenschaftler eine festgelegte Handlungsanweisung ausführen.
2. *Apprehension / Evidenz*: direkte Wahrnehmung und Sammlung der Daten, die von der Injunktion enthüllt wurden, durch den Forschenden. Dabei kann es sich gleichermaßen um naturwissenschaftliche, geisteswissenschaftliche oder kontemplative Daten / Ergebnisse / Befunde handeln.
3. *Konsens*: Verifikation oder Falsifikation der Daten, Ergebnisse oder Befunde durch andere Menschen, die gleichfalls diese Injunktion und die Datensammlung in angemessener Weise durchgeführt haben.

Wilber ist sich mit den Empirikern einig, daß alle Erkenntnis auf Erfahrungsbeweise gegründet sein muß. Er kritisiert allerdings, daß viele Wissenschaftler Empirismus nur als das Sammeln von Daten über die sinnliche Erfahrung, nicht aber auch als mentale oder spirituelle Empirie verstehen. Mit dieser

<sup>17</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 37 ff

<sup>18</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 138; Wilber, 1999b, S. 204

Einengung des Empirie-Begriffes stellen sie sich selbst infrage, da Mathematik, Logik und andere Werkzeuge der Wissenschaft z.B. nur mental erfahrbar seien.<sup>19</sup> Er betont in diesem Zusammenhang, daß eine Injunktion (oder auch »Paradigma« im Sinne von »Musterbeispiel« nach T. Kuhn) eine *tatsächliche Praxis* ist, die der Erzeugung von Daten dient und *daß neue Injunktionen neue Daten* hervorbringen. Diese Daten sind echtes Wissen in dem Sinne, daß sie nicht erfunden, sondern *enthüllt* werden. Demzufolge sind daraus abgeleitete Interpretationen auch keine beliebigen Realitätskonstruktionen im Sinne der Postmoderne, speziell des radikalen Konstruktivismus, auch wenn die Subjektivität des Forschers und der gesellschaftliche Kontext durchaus eine Rolle spielen.<sup>20</sup> Weiterhin bemerkt Wilber, daß jeder Wissenschaftsbereich die ihm eigenen Injunktionen / Paradigmen anwenden müsse. Z.B. könne man aus dem Repräsentationsparadigma der Naturwissenschaft keine Schlüsse über die Noosphäre oder Pneumosphäre ziehen, da diese eine völlig andere Charakteristik besitzen und deshalb anderer Methoden bedürfen:

<sup>19</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 198-201

<sup>20</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 35, 45-51; Wenn es keine objektive Wirklichkeit gibt, sondern nur beliebige gleichwertige Konstruktionen/Interpretationen derselben, wie es der radikale Konstruktivismus behauptet, so ist konsequenterweise er selbst auch nur eine Konstruktion. Wissenschaft würde aufgrund dieser Beliebigkeit und der daraus resultierenden Unmöglichkeit, Wahrheit zu erkennen, letztendlich überflüssig. Nach Wilber nimmt der Wissenschaftler sehr wohl innere Merkmale des beobachteten Gegenstandes wahr. Diese Wahrnehmung wird natürlich immer durch die begrenzte Wahrnehmungsfähigkeit des Betrachters und seine subjektive Interpretation des Beobachteten, die wiederum von seinem spezifischen kulturellen Kontext beeinflusst wird, modifiziert. Dadurch entstehen bessere oder weniger gute Abbildungen der Wirklichkeit, die nichtsdestotrotz objektiv existent ist. (vgl. Wilber, 1999b, S. 40 f, 55 f; S. 160 f) In einem Vorgriff auf das folgende Kapitel »Quadranten, Ebenen und Linien« läßt sich sagen, daß jedes Holon eine objektive und eine interpretative Komponente hat, die jeweils die inneren bzw. äußeren Quadranten repräsentieren.

„Und während das Paradigma in den physikalischen Wissenschaften vielleicht das Teleskop ist, in den Humanwissenschaften vielleicht die sprachliche Interpretation, heißt im Bereich der spirituellen Wissenschaften ... die Injunktion ... Meditation oder Kontemplation.“<sup>21</sup>

Und an anderer Stelle:

„Dem epistemologischen Pluralismus<sup>22</sup> zufolge kann uns die empirische Wissenschaft viel über den sinnlichen Bereich und ein wenig über den geistigen Bereich sagen, aber praktisch nichts über den kontemplativen Bereich. Hieran wird kein noch so neues Paradigma etwas ändern. Chaostheorie, Komplexitätstheorie, Systemtheorie oder Quantentheorie – für keines dieser »neuen Paradigmen« müssen Wissenschaftler eine kontemplative oder meditative Haltung einnehmen, weshalb diese Paradigmen aber auch keine unmittelbare spirituelle Erkenntnis vermitteln können.“<sup>23</sup>

Jedoch gelte für alle Wissenschaften, unabhängig welche Sphäre sie erforschten, gleichermaßen das Poppersche Prinzip der Verifikation oder Falsifikation: Schlechte Daten müssen widerlegt werden können, da sie sonst nur ein verkapptes Dogma wären. Dies kann Wilbers Meinung nach nur durch den Vergleich mit den Daten anderer Fachleute geschehen, die sich im gleichen Bereich bewegen und die die gleiche Injunktion angewendet haben. So könne z.B. eine schlechte Interpretation des »Hamlet« nicht durch empirisch-naturwissenschaftliche Daten falsifiziert werden, da deren Injunktionen lediglich zur Bestimmung der physikalischen und chemischen Beschaffenheit des Buches geeignet seien. Auch die der Pneumosphäre eigenen kontemplativen Paradigmen sind für diesen Zweck ungeeignet. So bleiben bei diesem Beispiel nur die Methoden der Noosphäre, nämlich der Vergleich mit den Interpretationen anderer Menschen, die lesen können,

<sup>21</sup> Wilber, 2000, S. 142; eine Auseinandersetzung mit Einwänden dagegen in Wilber, 1996a, S. 330-342

<sup>22</sup> die Ansicht, daß jede Wissenschaft nur über ihren eigenen Bereich Aussagen machen kann

<sup>23</sup> Wilber, 1999b, S. 57

die den »Hamlet« auch gelesen haben und die über das notwendige Hintergrundwissen verfügen.<sup>24</sup>

Die Einschränkung des Konsensprinzips durch viele Wissenschaftler auf die Naturwissenschaften kritisiert er folgendermaßen:

„Heute wird das Poppersche Falsifizierbarkeitsprinzip allgemein in einer pervertierten Weise angewandt: Es wird auf Sensibilia begrenzt, womit auf eine besonders heimtückische und hinterhältige Weise automatisch aller geistigen und spirituellen Erfahrung der Status echter Erkenntnis aberkannt wird. Diese durch nichts berechnete Einschränkung des Falsifizierbarkeitsprinzips erhebt den Anspruch, echte Erkenntnis von dogmatischer zu scheiden, während sie in Wirklichkeit nichts weiter ist als ein heimlicher, aber bössartiger Reduktionismus, der nicht einmal durch sein eigenes Falsifizierbarkeitsprinzip gestützt wird.

Wenn man dagegen dieses Prinzip von seiner Beschränkung auf Sinnesdaten befreit und ihm auch das Wächteramt im Bereich der Intelligibilia und der Transzendelia zubilligt, dann wird es zu einem wichtigen Aspekt des Erkenntnistrebens in allen Bereichen, vom sinnlichen über den geistigen bis zum spirituellen. In jedem dieser Bereiche hilft es, das Wahre vom Falschen zu unterscheiden, das Beweisbare vom Dogmatischen, das Verlässliche vom Trügerischen.“<sup>25</sup>

### 1.1.2 Von der Materie zum GEIST

Da sich die gesamte Integrale Psychologie im Spannungsfeld von GEIST und Materie bewegt, läßt es sich nicht umgehen, dieses in der Wissenschaft als Leib-Seele-Problem bezeichnete Phänomen näher zu beleuchten. Wilber ist der Ansicht, daß einige andere philosophische Probleme (Willensfreiheit-Schicksal, Geist-Gehirn, Absolutes-Relatives etc.) nur verschiedener Aus-

<sup>24</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 140 f

<sup>25</sup> Wilber, 2000, S. 141; das Wort »geistigen« jeweils im Sinne von »mentaler« bzw. »kognitiver« Erkenntnis



druck des gleichen Grundproblems von GEIST und Materie sind und daher alle die gleiche Antwort haben.<sup>26</sup> Auch wenn er ausdrücklich keinen materialistischen Standpunkt vertritt, ist seine Sicht doch weit von religiöser Schwärmerei entfernt: seine Ansichten basieren auf den Erkenntnissen sowohl der klassischen deutschen Philosophie als auch einer Vielzahl zeitgenössischer Überlegungen, von David R. Griffin bis Colin McGinn.<sup>27</sup>

Zur Zeit wird ihm zufolge die Diskussion um das Leib-Seele-Problem von den Materialisten dominiert. Da dieses Problem für die tägliche Arbeit der Mehrzahl der Wissenschaftler nicht relevant ist, würden die meisten es einfach ignorieren. Andere behaupten, es gäbe kein Bewußtsein, sondern alle subjektive Erfahrung sei Illusion oder lediglich Nebenprodukt der Gehirnaktivität ohne echte Wirklichkeit.<sup>28</sup> Diejenigen jedoch, die sich wirklich damit beschäftigen, kämen immer wieder zu dem Schluß, daß das Problem nicht gelöst sei, ja sich vielleicht niemals lösen lassen wird.<sup>29</sup> Den Materialisten gegenüber stünden die Dualisten. Auch wenn kaum einer von ihnen die Korrelation von Bewußtseinsprozessen mit körperlichen Vorgängen leugnete, würden sie sehr wohl die eigenständige Existenz von Qualitäten wie Bewußtsein, Gefühl und Erfahrung anerkennen, da sie ja die unmittelbare Erfahrung eines jeden Menschen darstellen und nicht auf die körperlichen Vorgänge reduzierbar seien. So nehme jeder Mensch Gedanken eben als Gedanken und nicht als physikalische, chemische oder biologische Prozesse innerhalb seines Gehirns wahr.<sup>30</sup> Allerdings hätten die Dualisten das Pro-

<sup>26</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 131-152

<sup>27</sup> vgl. z.B. Wilber, 2001a, S. 301 f

<sup>28</sup> Kritische Auseinandersetzung mit diesem auch unter Neurowissenschaftlern verbreiteten Standpunkt z.B. bei Günter Schulte (*Neuromythen*, 2001) oder Peter Bieri (*Unser Wille ist frei*. auf: <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,151-8,336325,00.html>, 11.1.2005).

<sup>29</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 196 f

<sup>30</sup> Dazu läßt sich aus der Sicht der Psychologie hinzufügen, daß bei mit z.B. dem Computertomographen beobachtbaren identischen physikalischen bzw. chemischen Prozessen in den funktionalen Zentren des Gehirns – z.B. den Denkzentren oder dem Sehzentrum – sowohl beim gleichen als auch bei verschiedenen

blem, nicht erklären zu können, WIE zwei so unterschiedliche Dinge wie GEIST und Materie sich beeinflussen können. Wilber zufolge existiert diese Dualität seit Beginn unseres Universums, weshalb er schlußfolgert:

„Der Urknall hat alle, die denken, zu Idealisten gemacht. Zuerst war nichts, und dann manifestierte sich in weniger als einer Nano-Sekunde das gesamte materielle Universum. Diese frühen Prozesse gehorchten offensichtlich mathematischen Gesetzen, die auf irgendeine Weise vor dem Urknall existierten, da sie von Anfang an wirksam waren. Von den beiden großen philosophischen Orientierungen – Materialismus und Idealismus – scheint der Urknall (was immer er sonst noch bewirkt haben mag) der einen, nämlich dem Materialismus, den Todesstoß versetzt zu haben.“<sup>31</sup>

So ist er folgerichtig der Meinung, daß jeder Körper, der natürlich existiert, Bewußtsein hat, allerdings ein Bewußtsein, das seiner körperlichen Komplexität angemessen ist. Daher gibt es deutliche qualitative Unterschiede zwischen dem faktisch gegen Null gehenden Bewußtsein der unbelebten Materie, dem rudimentären Bewußtsein der Biosphäre und dem recht weit entwickelten Bewußtsein des Menschen.

Zum zweiten geht er davon aus, daß dieses Universum sich offensichtlich in einem ständigen Evolutionsprozeß befindet: vom Urknall zu einer immer größeren Ausdehnung, vom Einfachen zum Komplexen, von der puren Materie zu immer bewußteren Existenzformen. Er weist darauf hin, daß die Darwinsche Evolutionstheorie sehr wohl die Mikroevolution erklärt, also die Anpassung von Lebewesen an ihre Umwelt aufgrund von Selektion zufällig entstandener Mutationen, daß aber die Zufallstheorie als Ursache der Makroevolution – das Entstehen völlig neuer Qualitäten – heute von vielen

Menschen sich bis heute nichts über den *Inhalt* der Gedanken oder des Gesehenen sagen läßt, also nichts über die *subjektive Wahrnehmung* dieser Prozesse. Und es ist zweifelhaft, ob die äußere Beobachtung jemals über den Fakt, daß dieser Mensch gerade aktiv denkt oder sieht, hinausgehen wird, so daß eine Rekonstruktion von Wahrnehmungs- oder Denkinhalten aus den physikalischen bzw. chemischen Prozessen innerhalb des Gehirns kaum zu befürchten ist.

<sup>31</sup> Wilber, 1997a, S. 4

Wissenschaftlern schon aus Gründen statistischer Wahrscheinlichkeit ausgeschlossen wird.<sup>32</sup> Stattdessen müsse im Kósmos ein Selbsttranszendenzvermögen vorhanden sein, das eine *gerichtete emergente Evolution* (Quantenevolution) zu immer mehr Komplexität möglich macht.<sup>33</sup> Diese ende letztendlich im »Bewußtsein an sich«, das er in Anlehnung an die klassische idealistische Philosophie »GEIST« (spirit) nennt. Dabei warnt er ausdrücklich davor, diesen Begriff mit Vorstellungen eines mythischen Gottes mit menschlichen bzw. übermenschlichen Eigenschaften zu besetzen, wie es in (fast) allen Religionen getan wird. Diese personifizierten Gottesvorstellungen entspringen seines Erachtens prärationalen Entwicklungsebenen des Bewußtseins und werden spätestens von der Moderne ad absurdum geführt.<sup>34</sup> Vielmehr scheine dieses »Bewußtsein an sich« eine Singularität jenseits aller rationalen Faßbarkeit zu sein, ähnlich wie jene, aus der der Urknall hervorging. Während sich die Singularität des Urknalls als Analogie noch am ehesten mit einem unendlich kleinen Punkt mit unendlich großer Masse vorstellen läßt, würde dem »Bewußtsein an sich« noch am ehesten die Metapher eines unendlich großen, eigenschaftslosen Raumes gerecht. Demzufolge weist Wilber ausdrücklich darauf hin, daß »Bewußtsein an sich« nicht mit *Bewußtseinsformen* (z.B. verschiedene Muster des Wahrnehmens, Denkens, Fühlens etc.) oder *-inhalten* (Bilder, Wünsche etc.) verwechselt werden darf:

„Weil Bewußtsein Tiefe ist, kann man ihm keine Eigenschaften zuschreiben. Es ist Tiefe und nicht eine bestimmte, mit Eigenschaften

<sup>32</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 48; Schon die zufällige Evolution von Leben hat nach E. Laszlo eine (Un-) Wahrscheinlichkeit von 1:101230. Auch der Vater der Urknall-Theorie, F. Hoyle, geht davon aus, daß physikalische und chemische Gesetze nicht zufällig und die Entstehung von Leben gesetzmäßig sei. Ähnlicher Meinung sind auch verschiedene andere Wissenschaftler, z.B. die Verfechter des Anthropischen Prinzips. (vgl. *Lebt die Menschheit in der Matrix?* auf: <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,328008,00.html>, 16.11.2004; *Anthropisches Prinzip*. auf: [http://de.wikipedia.org/wiki/Anthropisches\\_Prinzip](http://de.wikipedia.org/wiki/Anthropisches_Prinzip), 19.8.2004)

<sup>33</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 43 ff

<sup>34</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 426 ff; Wilber, 1997b, S.49; Die Auswirkungen auf die Psychologie werden im Kapitel »Die Prä/Trans-Verwechslung« beschrieben.

ausgestattete Ebene der Tiefe wie Empfindung, Impuls, Wahrnehmung oder Intention: Das sind Formen des Bewußtseins, nicht Bewußtsein an sich.“<sup>35</sup>

An anderer Stelle beschreibt er dieses »Bewußtsein an sich« auch als grund- und formlose Leere, die jedoch schöpferische Ursache des gesamten Kósmos und gleichzeitig allen existierenden Phänomenen immanent ist.<sup>36</sup> Da GEIST nach Wilber jenseits des rational Erfäßbaren liegt, ist jeder Versuch, ihn sprachlich zu erfassen, eine „beschreibende Nichtbeschreibung“, eine „poetische Metapher ... und kein wirkliches Modell“: „GEIST ist radikal ... leer von jeglichen Eigenschaften, einschließlich dieser Charakterisierung ...“<sup>37</sup> Seiner Meinung nach ist aufgrund der besonderen Natur des GEISTES das Leib-Seele-Problem weder durch die Naturwissenschaften noch durch die Geisteswissenschaften wirklich zu lösen, „... weil ja gerade diese beiden Modi integriert werden müssen, und eben dies können sie aus sich heraus nicht leisten ...“, die Lösung müsse also auf einer umfassenderen Ebene gefunden werden. Daher sei sie keine empirische Entdeckung und auch keine rationale Herleitung, sondern nur der kontemplativen Wahrnehmung zugänglich, da diese die Ebenen von Natur- und Geisteswissenschaft *transzendiere*. Die dadurch gewonnene Erkenntnis der Nondualität sei sehr wohl verifizierbar, aber ausschließlich durch jene, die die gleiche kontemplative Injunktion angewendet haben.<sup>38</sup>

<sup>35</sup> Wilber, 1996a, S. 621; Kursivsetzung aus dem Original übernommen. Im gleichen Sinne können Energie und Elementarteilchen als *Formen* der »Materie an sich« betrachtet werden.

<sup>36</sup> vgl. Wilber 1997b, S. 289 f; Wilber, 2001a, S. 29; Wilber, 1996a, S. 660, als verbindende Assoziation die 2. Strophe des Rilke-Gedichtes. An einer Stelle bezeichnet Wilber sich ausdrücklich als Panentheist. (vgl. Wilber, *Involution (und Evolution)*, auf: [www.ak-kenwilber.de](http://www.ak-kenwilber.de), 3. 8. 2003)

<sup>37</sup> Wilber, *Auszug G: Auf dem Weg zu einer umfassenden Theorie der subtilen Energien*. auf: [www.worldofkenwilber.com](http://www.worldofkenwilber.com), 30. 8. 2003

<sup>38</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 143 ff, auch Wilber, 2001a, S. 195-209. Somit sind auch Körper und Bewußtsein im unten besprochenen Quadrantenmodell nur mentale

### 1.1.3 Quadranten, Ebenen und Linien

Für Wilber beginnt die Existenz des Kósmos damit, daß GEIST sich in einem Involutionsprozeß *einfalet*, um sich im Urknall als Materie zu *manifestieren* und schrittweise über verschiedene Entwicklungsebenen wieder zu *entfalten*<sup>39</sup>: vom Einfachen zum Komplexen; vom Unbewußten zum Bewußten zum Überbewußten; von der Materie zum Leben zur Vernunft zur Seele zum GEIST. Damit wird GEIST nicht nur als Ursache, sondern auch als Ziel der Evolution angesehen. Lediglich die *Grundstrukturen* der Ebenen (z.B. von Materie, Leben, Vernunft, Seele, GEIST) sind durch die Involution *universell* determiniert, wogegen die *Oberflächenstrukturen* (z.B. Tierarten, soziale Einrichtungen) stark von ökologischen und kulturellen Faktoren abhängen und für zukünftig zu erreichende Entwicklungsebenen vorerst nur als *Potential* existieren. Außerdem ist die Evolution zwar gerichtet, aber nicht streng linear: sie besteht aus verschiedenen Strömen, die in ihrer eigenen Geschwindigkeit fließen, sie mäandert, hat Verzweigungen, Sackgassen etc.<sup>40</sup>

Die Träger dieser Entwicklung bezeichnet er weder als Dinge noch als Prozesse, sondern als *Holone*, d. h. Entitäten, die ganz bestimmten Gesetzmäßigkeiten folgen<sup>41</sup>:

1. Holone sind *Ganzes / Teile*: Jedes Holon ist eine in sich vollständige Entität, die wiederum Teil einer übergeordneten Entität sein kann (z.B.

---

Hilfskonstruktionen zum praktischen Umgang mit einem letztendlich nichtdualen Phänomen. (vgl. Wilber, 2001a, S. 260)

<sup>39</sup> Wilber verarbeitet für sein Geist- und Evolutionskonzept Theorien u.a. von Jürgen Habermas, William James, Erich Jantsch, Jean Gebser, Arthur Koestler, Ervin Laszlo, Ilya Prigogine, Bertrand Russel, David Bohm, Huston Smith, Alfred N. Whitehead, Francisco Varela u.v.a., die hier nicht im einzelnen diskutiert werden können.

<sup>40</sup> vgl. Wilber, *Involution (und Evolution)*, auf: [www.ak-kenwilber.de](http://www.ak-kenwilber.de), 3. 8. 2003; Wilber, 2001a, S. 23, 33, 45 ff

<sup>41</sup> eine vereinfachte Darstellung nach Wilber, 1996a, S. 57-110 und Wilber, 1997b, S. 40-61, 103-115; Außer Holonen definiert er noch Haufen und Artefakte, die aber im Rahmen dieses Buches keine Rolle spielen.

Atome in Molekülen in Zellen in Organismen, oder Buchstaben in Wörtern in Sätzen in Texten etc.)<sup>42</sup> und sich durch 4 grundlegende Qualitäten auszeichnet: Selbsterhaltung, Selbstanpassung, Selbsttranszendenz und Selbstauflösung.

2. Holone *emergieren* durch *Differenzierung, Selbsttranszendenz und Integration*: Differenzierung, Selbsttranszendenz und Integration sind der Grundmechanismus aller Evolution. Jedes sich selbst transzendierende Holon schließt seine Juniorholone mit all ihren Eigenschaften ein, entwickelt aber *zusätzliche neue Qualitäten*, die über die Eigenschaften der eingeschlossenen Juniorholone hinausgehen: Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile! Diese Emergenz (plötzliche Entstehung neuer Qualitäten) ist als Evolutions sprünge auf neue *Entwicklungsebenen* beobachtbar und bedarf einer jeweils angemessenen Beschreibung durch die spezielle Wissenschaft. So kann z.B. die Physik alle physikalischen Eigenschaften lebender Organismen erklären, nicht aber die chemischen oder biologischen, da bsw. Stoffwechsel und Vermehrung von Zellen emergente Qualitäten sind, die die physikalische Basis transzendieren. Evolution im Sinne des Fortschreitens zu immer komplexeren Entwicklungsebenen nennt Wilber auch *Transformation* – im Gegensatz zur *Translation* als Veränderungen innerhalb einer Ebene, z.B. Kumulation von Erfahrungen, Interaktion, Kommunikation etc.<sup>43</sup>
3. Holone emergieren *holarchisch*: Holarchien sind Hierarchien *zunehmender Tiefe* (Komplexität), in denen jeweils das tiefere Holon seine grundlegenden Juniorholone transzendiert und einschließt – z.B. Elementarteilchen in Atomen in Molekülen in Zellen in Organismen. »Grundlegender« und »tiefer« sind gleichzeitig die wesentlichsten Qualitätsmerkmale einfacher bzw. komplexer Holone. Die Inkorporation einfacher Holone in komplexere führt gleichzeitig zu einer *geringeren*

---

<sup>42</sup> „Alle individuellen Holone sind ebenso – wie Whitehead es nannte – »zusammengesetzte Individuen«, Individuen, welche aus weniger komplexen Individuen zusammengesetzt sind.“ (Wilber, *Auszug G: Auf dem Weg zu einer umfassenden Theorie der subtilen Energien*. auf: [www.worldofkenwilber.com](http://www.worldofkenwilber.com), 30. 8. 2003)

<sup>43</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 86 ff

*Spanne* (Anzahl): Ein Organismus ist komplexer / tiefer als Zellen als Moleküle als Atome – da er aber aus diesen Juniorholonen besteht, muß es im Kósmos mehr Atome, Moleküle bzw. Zellen geben als Organismen. Die zunehmende Komplexität geht einher mit zunehmender Organisation, Autonomie, Freiheit und – da sie mit Tiefe identisch ist – zunehmendem Bewußtsein des jeweiligen Holons. Da komplexere Holone ohne die grundlegenden nicht sein können, entsteht eine natürliche Hierarchie. Der Grad der Komplexität läßt sich durch ein Gedankenexperiment einfach feststellen: Wenn eine Ebene von Holonen entfernt würde, würden automatisch alle komplexeren Holone sterben, da sie ja diese Ebene als eine ihrer Grundlagen beinhalten, nicht jedoch die noch primitiveren Holone. Wenn z.B. alle Zellen aus dem Universum entfernt würden, würden alle Tiere, Pflanzen und Menschen sterben, nicht jedoch Elementarteilchen, Atome oder Moleküle, da diese für ihre Existenz keine Zellen benötigen, sondern im Gegenteil deren Grundbausteine sind. Diese Holarchie – Holone in Holonen in Holonen – setzt sich (potentiell) unendlich nach unten und oben fort.

Die Holarchie zunehmender Komplexität bei der Entwicklung von der Materie zum GEIST läßt sich als immer umfassendere Entwicklungsebenen darstellen, die Wilber die *Große Kette des Seins* bzw. aufgrund des Einschließens der vorherigen Ebenen auch das *Große Nest des Seins* nennt und für deren Abbildung er eine kreisförmige Darstellung bevorzugt: „Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen, ...“. Auch wenn in der folgenden Abbildung nur die wichtigsten dargestellt sind, sind sie – je detailliertere Kriterien verwendet werden – in weitere unterteilbar. Die Übergänge von einer Ebene zur nächsten sind fließend, gleichwohl sie durch qualitative Kriterien deutlich voneinander abgrenzbar sind, vergleichbar einem Regenbogen: es gibt fließende Übergänge, doch jede Farbe ist deutlich differenzierbar. Die Einzelbuchstaben beschreiben die Emergenz jeweils neuer Qualitäten. (Die Farbigkeit der Ebenen wird der besseren Orientierung wegen im gesamten Buch beibehalten, gleichfalls die der später einzuführenden Quadranten.):

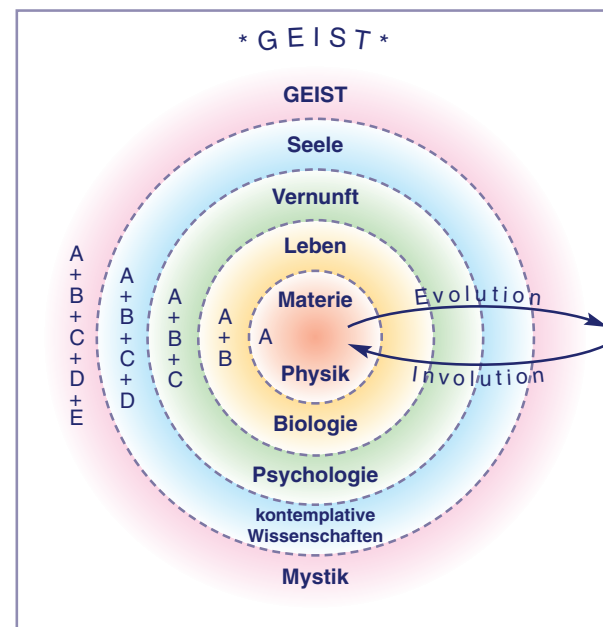


Abb. 1.2: Die Große Kette des Seins (nach Wilber, 1999)

4. Holone haben grundsätzlich eine Doppelnatur von Materie und Bewußtsein. Die Materie bildet die *Außenseite* des Holons: Form, Körper, Verhalten<sup>44</sup> – all die Aspekte, die von den »engen« Wissenschaften objektiv und wertfrei beobachtet werden können. Das individuelle Bewußtsein<sup>45</sup> ist die *Innenseite* eines Holons, seine Fähigkeit subjektiver, innerer Gewahrnehmung, das von Ebene zu Ebene immer komplexer wird: vom

<sup>44</sup> Verhalten in Form von unwillkürlichen und willkürlichen Reaktionen; in diesem Sinne gehören beim Holon »Mensch« sowohl Neurotransmitterausschüttungen als auch bewußte Handlungen dazu.

<sup>45</sup> Wenn im folgenden vom Bewußtsein bestimmter Holone geschrieben wird, ist damit nicht der GEIST (»Bewußtsein an sich«) als eigenschaftslose Tiefe gemeint, die nicht näher beschreibbar ist, sondern konkrete *Bewußtseinsformen* der einzelnen Ebenen wie Wahrnehmung, Gefühle, Denken etc., die sehr wohl wissenschaftlich erfaßbar sind.

Aufnahmen bei den Atomen über die Reizbarkeit der Zellen, die Reizwahrnehmung bei Pflanzen, die emotionalen Fähigkeiten der Tiere bis hin zu den kognitiven Prozessen des Menschen und ist insbesondere in seiner inhaltlichen Qualität nur mit Hilfe der »weiten« Wissenschaften verstehend erforschbar.<sup>46</sup> Die zunehmende Komplexität der Außenseite eines Holons *korreliert* also mit einer zunehmenden Komplexität des Bewußtseins. Auch wenn Wilber damit die gesamte Materie für mit Bewußtsein ausgestattet hält, widerspricht er jedoch kategorisch allen panpsychischen Auffassungen: Da jedes Holon über eine *seiner Komplexität angemessene Bewußtseinsform* verfügt, verfügen z.B. Atome oder Steine über ein sehr rudimentäres »Proto-Bewußtsein« und nicht über menschliche Bewußtseinsformen wie bsw. des Fühlens oder Denkens.<sup>47</sup>

5. Obwohl Innen- und Außenseite miteinander *korrelieren*, lassen sie sich *nicht aufeinander reduzieren*: Die inhaltliche Dimension eines Buches kann nicht auf seine physikalische Beschaffenheit reduziert werden und ein Gedanke nicht auf chemische Prozesse, doch hat auch jedes geistige Phänomen grundsätzlich ein materielles Pendant. Eine Veränderung im Inneren führt immer auch zu Veränderung im Außen und umgekehrt, jedoch sind die Zusammenhänge oft sehr komplex und nicht immer offensichtlich.<sup>48</sup> Da die Phänomene innen so grundsätzlich anderer Natur sind als die Phänomene der Außenseite, bedarf es unterschiedlicher Erkenntnismethoden. Die »engen« Wissenschaften können beobachtend die äußeren Korrelate des Bewußtseins erfassen, nicht jedoch

<sup>46</sup> Fuhr & Gremmler-Fuhr (2000, S. 14) nennen das die *propriozeptive* Innenperspektive: „Das, was wir innerlich erleben, ist nicht lokalisierbar, wir können nicht darauf hindeuten und sagen: Da schau, das ist ...! Sicher können wir vielleicht auf eine Körperregion zeigen, wo der Schmerz auftritt oder sich ein Gefühl verbreitet, aber das Erleben der Freude, des Schmerzes ... und seine Bedeutung für uns läßt sich nicht lokalisieren.“

<sup>47</sup> vgl. Wilber, *Auszug G: Auf dem Weg zu einer umfassenden Theorie der subtilen Energien*. auf: [www.worldofkenwilber.com](http://www.worldofkenwilber.com), 30. 8. 2003; Wilber, 1996a, S. 621, S. 627 f; Wilber, 2001a, S.303, 307

<sup>48</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 184

den Inhalt des Bewußtseins selbst – dazu bedarf es der verstehenden Methoden der »weiten« Wissenschaften.<sup>49</sup>

6. Mehrere autonome Holone der gleichen Art bilden zugleich immer ein *soziales Holon* (Holonkollektiv): Soziale Holone werden auf ihrer Innenseite durch ein verteiltes, intersubjektives Bewußtsein gekennzeichnet, das in seiner Qualität der Tiefe der teilnehmenden Einzelholone entspricht. Die Innenseite eines sozialen Holons äußert sich in seiner Kultur; seine Außenseite wird von seinen sozialen Systemen und Institutionen gebildet. Auch soziale Holone nehmen – dem Grad der Komplexität ihrer Einzelholone entsprechend – holarchisch an Tiefe zu, z.B. Planeten, Ökosysteme, menschliche Gemeinschaften. Sie werden in ihrer räumlichen Ausdehnung aber immer kleiner, da es mit zunehmender Tiefe immer weniger Mitglieder gibt (vgl. Gesetzmäßigkeit 3). So erklärt es sich, daß ein Planet, der aus viel mehr Einzelholonen (Atome und Moleküle) besteht, weniger Bewußtsein hat als ein Ökosystem.

Durch die Darstellung der Innen- und Außenseite sowie des individuellen und des kollektiven Aspektes der Holone in einer 4-Felder-Tafel ergibt sich Wilbers *Quadrantenmodell*.<sup>50</sup> Indem er die beiden rechten Quadranten zusammenfaßt, reduziert er sie in Anlehnung an Platon oft auf die Großen Drei: Das Wahre (Wissenschaft, Es), Schöne (Kunst, Ich), Gute (Moral, Wir). Aus der Vierteilung der Holone leitet Wilber weitere Eigenschaften ab, von denen einige gleichfalls hier dargestellt sind:

<sup>49</sup> Dazu ein Beispiel von Fuhr & Gremmler-Fuhr (2000, S. 14 f): „Inneres Erleben und seine Bedeutung einerseits und beobachtbares Verhalten andererseits können natürlich miteinander korrespondieren; daher gibt es für viele Erlebnisweisen eines Menschen korrespondierende Beobachtungen. »Ich sehe, daß du Angst hast!« ist jedoch ein Satz, der die beiden Perspektiven in unzulässiger Weise vermischt, auch wenn der Therapeut oder Lehrer, der diesen Satz zu einem Klienten oder Schüler sagt, aufgrund seiner Erfahrung aus äußeren Anzeichen auf den Gemütszustand des anderen recht treffend schließen mag: Ob und wie der andere Angst erlebt und was sie für ihn bedeutet, kann nur im Dialog geklärt werden.“

<sup>50</sup> Inhaltlich ähnliche Quadrantenmodelle gibt es auch von anderen Wissenschaftlern, z.B. Scharfetter, 1998; Ruth C. Cohn (in Benesch, 1995, S. 570); etc.

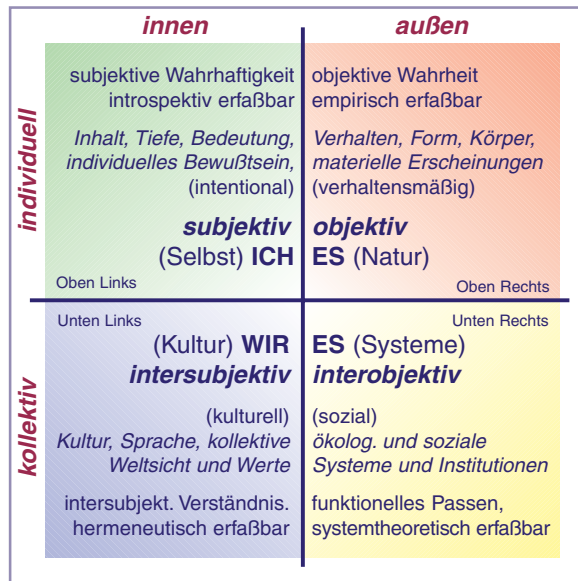


Abb. 1.3: Das Quadrantenmodell (nach Wilber, 2000)

Er bemerkt zu seinem Quadrantenmodell zusammenfassend: „Die Bedeutung dieses einfachen Schemas liegt nun darin, daß alle diese vier Dimensionen untrennbar zusammen gehören, und sei es allein deshalb, weil man keine Innerlichkeit ohne eine Äußerlichkeit haben kann, und keinen Singular ohne einen Plural (was wahrscheinlich der Grund dafür ist, daß die Geschichte des Reduktionismus aus einer solch konsistenten Aneinanderreihung von Fehlschlägen besteht).“<sup>51</sup>

7. Individuelle Holone emergieren zu individuellen Seniorholonen, soziale zu sozialen Seniorholonen: Es führt zu schwerwiegenden Denkfehlern, wenn man die äußere und innere Seite bzw. die individuelle und kollektive Seite von Holonen nicht auseinanderhält. Z.B. berücksichtigt eine Reihung wie „Atome sind Teil von Zellen sind Teil von Menschen sind Teil von humanen Gesellschaften sind Teil der Biosphäre sind Teil des

<sup>51</sup> Wilber in: *Integrale Medizin* in: *Grundlagenkonzepte* auf: <http://www.ak-kenwilber.org/> 10. 12. 2004

Universums ...“ nur die quantitative Größe, nicht aber die Tiefe und auch nicht den Unterschied zwischen individuellen und sozialen Holonen. In einem weiteren Schritt verknüpft Wilber die Große Kette des Seins und das Quadrantenmodell: die Quadranten als horizontale Grundfläche und darüber vertikal aufeinander aufbauend die Entwicklungsebenen.

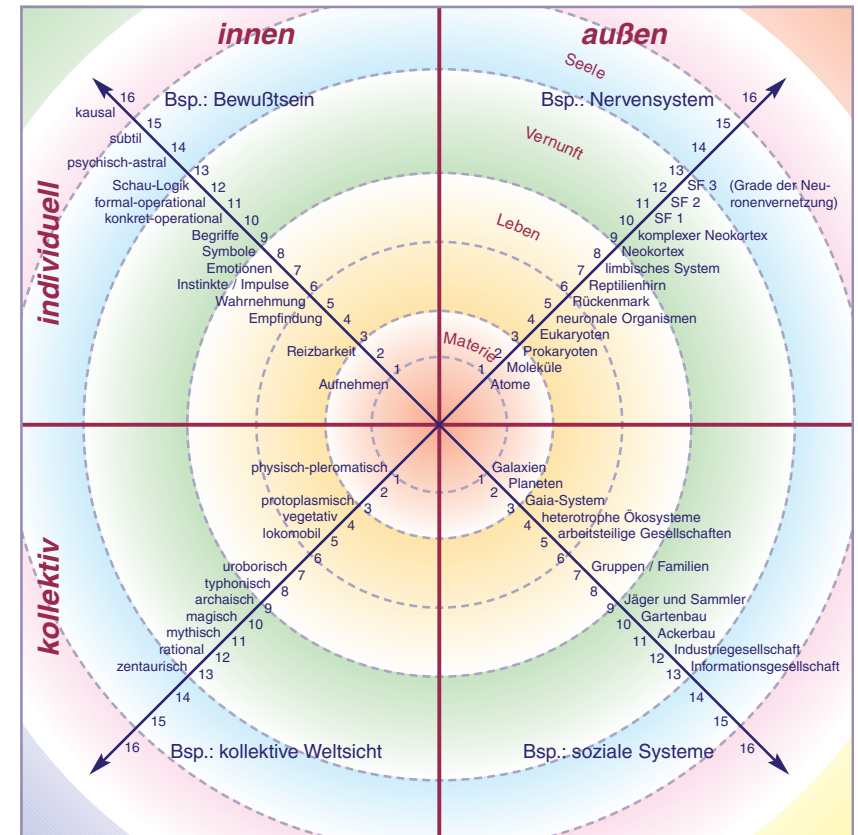


Abb. 1.4: Quadranten, Ebenen und Linien (nach Wilber, 2001a)

Einzelne sich entwickelnde Eigenschaftskomplexe in den Quadranten bezeichnet Wilber als *Entwicklungslinien*, die sich, aus einem gemeinsamen Ursprung kommend, voneinander differenzieren und parallel zueinander ent-

wickeln. Die Abbildung 1.4 zeigt jeweils eine wichtige Entwicklungslinie in den Quadranten, doch existieren verschiedene weitere in jedem von ihnen. Die Numerierung dient der Symbolisierung der vertikalen Tiefe der Ebenen und macht deutlich, welche Phänomene der verschiedenen Quadranten jeweils miteinander korrelieren. Dieses Modell legt den Gedanken einer »kreuzweisen Verschränkung« der Grundprinzipien Bewußtsein und Materie nahe: einmal wird – beginnend beim Urknall im Mittelpunkt des Diagramms – die Evolution von der Materie zum GEIST beschrieben. Zum anderen repräsentieren die parallel existierenden Innen- und Außenseiten jedes Holons in der Darstellung als linke und rechte Quadranten gleichfalls Materie und Bewußtsein. Während das Verhältnis von Materie und GEIST in den vertikal geschichteten Entwicklungsebenen jedoch aufgrund der zunehmenden Komplexität hierarchisch ist, ist es in den Quadranten heterarchisch: Innen- und Außenseite eines Holons stehen gleichberechtigt nebeneinander.

So können die verschiedenen Wissenschaftsbereiche denn auch als Pendant zur »weiten Wissenschaft« als linksseitige Wege bzw. zur »engen Wissenschaft« als rechtsseitige Wege bezeichnet werden, da sie sich entweder mit dem Bewußtsein (links) oder mit der materiellen Form (rechts) von Holonen beschäftigen. Doch trotz gleichberechtigter Innen- und Außenseite gibt es durch die Evolution der Holone zu immer größerer Komplexität und Tiefe eine Verschiebung des Entwicklungsschwerpunktes von der Materie zum GEIST, vom Körper zum Bewußtsein. Dies schlägt sich in der Wissenschaft dergestalt nieder, daß sich die Physik in ihrer Untersuchung der Elementarbausteine fast hundertprozentig mit der Materie und kaum mit dem Bewußtsein beschäftigt – bei den kontemplativen Wissenschaften ist das Verhältnis genau umgekehrt.<sup>52</sup>

Nachfolgend die vorhergehende Abbildung als dreidimensionales Modell. Dabei symbolisiert der zunehmende Durchmesser der Ebenen das Transzendieren und Einschließen der vorherigen Ebene. Die mit jeder neuen Ebene von unten nach oben zunehmende Höhe spiegelt die größer wer-

<sup>52</sup> weitere Details zur »kreuzweisen Verschränkung« im Kapitel »Die Struktur des menschlichen Bewußtseins«

dende Tiefe des Holons wieder.<sup>53</sup> Durch die Ebenen hindurch entwickeln sich die einzelne Eigenschaften der Quadranten, dargestellt als Linien.<sup>54</sup> Da die Quadranten einen räumlichen Aspekt und die Evolution durch die Ebenen einen zeitlichen repräsentieren, kann man hier auch von einem qualitativ expandierenden Raum-Zeit-Kontinuum mit den Endpunkten Materie (Rot) und GEIST (das Weiß der Unterlage) sprechen:

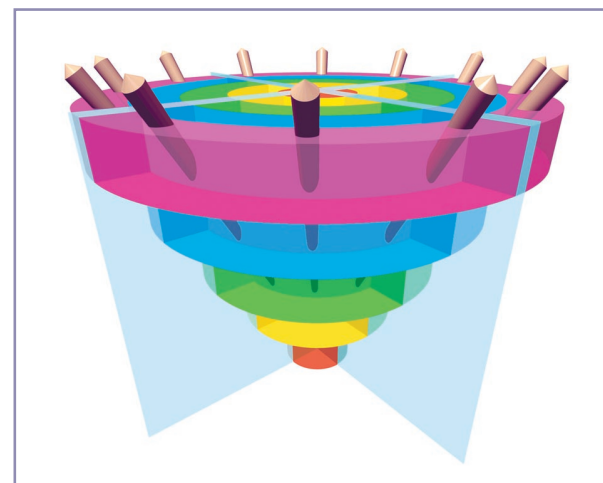


Abb. 1.5: 3D-Modell der Quadranten, Ebenen und Linien

<sup>53</sup> Wenn man anstatt der zunehmenden Eigenschaften die abnehmende Anzahl komplexerer Holone darstellen würde, erhielte man einen genau umgekehrten Kegel – dies als Erinnerung an die Relativität von Modellen.

<sup>54</sup> Der Übersichtlichkeit wegen wurden alle Linien gleichfarbig dargestellt, richtiger wäre die gleiche Einfärbung für miteinander korrespondierende Linien und Ebenen. Bei allen Abbildungen sollte man nicht die Begrenztheit der Darstellung mehrdimensionaler Phänomene auf weißem Papier und die Eingeschränktheit der Zeichenprogramme vergessen. So kann nicht einmal die Kegelform der Entwicklung von einem eigenschaftslosen Ursprung zu immer komplexeren Qualitäten adäquat dargestellt werden. Alle Übergänge von Quadranten, Ebenen und Linien sind genau genommen *fließende* Übergänge, deren Darstellung jedoch in einen amorphen 2-dimensionalen Farbkleck ausarten würde.

Wie in der Beschreibung der großen Kette des Seins angedeutet, sind Ebenen, Quadranten und Entwicklungslinien als Qualitäten deutlich unterscheidbar, doch sind die Übergänge zwischen ihnen fließend, da die verschiedenen Bereiche in ständiger Wechselwirkung miteinander stehen und sich außerdem permanent weiterentwickeln.<sup>55</sup> Das hier vorgeschlagene Modell ist lediglich der Versuch, dieses *Entwicklungscontinuum* logisch zu strukturieren.

Aus der Korrelation der Quadranten untereinander leitet Wilber ein weiteres Prinzip ab, das er *Tetra-Evolution*, bzw. *Tetra-Emergenz* nennt: Da alle Quadranten miteinander korrelieren, hat jeder Punkt auf einer Entwicklungslinie ein adäquates Pendant gleicher Komplexität auf der korrespondierenden Linie in den anderen Quadranten. So führt auch jede Veränderung in einem Quadranten grundsätzlich irgendwann zu Änderungen in den anderen Quadranten.<sup>56</sup> Dadurch gibt es eine ständige *Wechselwirkung* zwischen inneren und äußeren, individuellen und kollektiven Bereichen eines jeden Holons, was dazu führt, daß auch Entwicklung, die von einem Quadranten ausgeht, letztendlich in allen Quadranten und auf allen Entwicklungslinien stattfindet, wenn auch vielleicht mit zeitlicher Verzögerung. Dieses Prinzip der Tetra-Evolution führt direkt zum *AQAL-Konzept*: daß eine integrale Wissenschaft die Aufgabe hätte, prinzipiell alle Quadranten und alle Ebenen zu erforschen und daß auch der bewußte Einfluß auf Entwicklung immer alle Quadranten und alle Ebene berücksichtigen müßte.<sup>57</sup> In der Praxis schlägt sich das dergestalt nieder, daß jede Einzelwissenschaft, die ja eine Teilmenge bzw. einen Ausschnitt eines Holons auf einer oder mehreren Ebenen betrachtet, obwohl sie gewöhnlich ihren Schwerpunkt in einem

<sup>55</sup> Dies mag am Beispiel der Quadranten des Holon »Mensch« verdeutlicht werden. Hier sind die Körperempfindungen der äußerste Bereich des inneren Quadranten und das Verhalten der innerste Bereich des äußeren. Und wie der Psychotherapeut in das Verhalten eingreift und oftmals auch körperliche Veränderungen erzeugt, greift der Psychiater mittels körperlich wirkender Medikamente in Gefühle und Gedanken ein.

<sup>56</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 184; Wilber, 2001a, S. 131

<sup>57</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 205-209

Quadranten hat, immer auch die Korrelationen in den anderen Quadranten berücksichtigen muß. Bezogen auf das Holon »Mensch« ließen sich wichtige Wissenschaftsbereiche folgendermaßen darstellen:

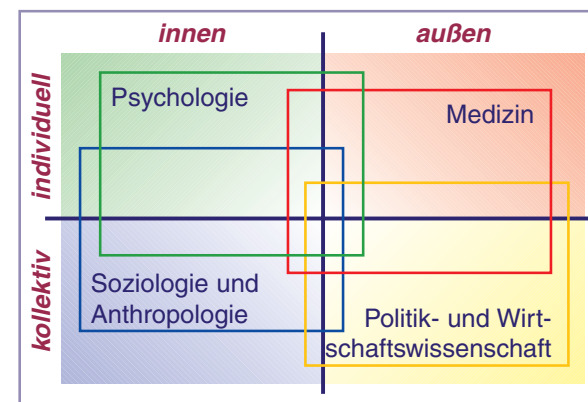


Abb. 1.6: Wissenschaft in allen Quadranten

Auch ohne Bezug auf die Quadrantentheorie werden diese Bereiche in der Praxis von vielen Wissenschaften berücksichtigt. So finden sie in der Psychologie bsw. ihren Ausdruck in den Unterdisziplinen Klinische Psychologie, Biologische und Neuropsychologie, Arbeits- und Organisationspsychologie sowie Sozialpsychologie – adäquates gilt für die Psychotherapie als einem wichtigen Anwendungsgebiet.

Die Verschränkung der Großen Kette des Seins mit dem Quadrantenmodell führt zu einer weiteren logischen Ableitung: Wenn alles, was sich natürlich entwickelt hat, ein Holon ist und die Kette von Holonen in Holonen in Holonen sich als Holarchie unendlich nach oben und unten (zumindest potentiell) fortsetzt und jedes untergeordnete bzw. übergeordnete Holon grundsätzlich die gleiche Struktur hat (Quadranten, Ebenen, Linien etc.), entsteht dadurch eine fraktale Struktur, wie sie auch von den Mandelbrotfiguren illustriert wird. Dies macht es möglich, im Sinne der Sparsamkeitsforderung mit wenigen Grundgesetzen für Phänomene verschiedenster Art – egal ob aus Politik, Wirtschaft, Kultur, Religion, etc. – umfassende Erklärungen zu finden bzw. auch zu erkennen, welche Bereiche des Kósmos in der Erforschung bisher nicht genü-



gend berücksichtigt wurden. Die Unterschiede zwischen den Holonen – ihre Individualität – ergibt sich aus der Zunahme von Komplexität und Bewußtsein von Ebene zu Ebene sowie aus den verschiedenen Oberflächenstrukturen und sollte natürlich auch angemessen berücksichtigt werden.

...

### 1.1.5 Die Prä/Trans-Verwechslung

Viele Irritationen in der derzeitigen öffentlichen und auch wissenschaftlichen Diskussion beruhen nach Wilber auf der Verwechslung prärationaler und transrationaler Phänomene. Um das zu verdeutlichen, faßt er die verschiedenen Ebenen der Großen Kette zu drei Bereichen zusammen: Materie und Leben zum präpersonal-prärationale- unbewußten Bereich, die Ebene der Vernunft wird als personal-rational-bewußter Bereich definiert und die Ebenen von Seele und Geist als transpersonal-transrational-überbewußter Bereich. Diese Bereiche finden in der Individualentwicklung einen idealtypischen Ausdruck in den drei großen Lebensphasen des Menschen:

- a) Kindheit und Jugend
- b) reifer Erwachsener
- c) verschiedene Phasen der Weisheit im Alter.

Während die Evolution im ersten Bereich die Rationalität noch gar nicht erreicht hat, hat sie sie im letzten Bereich – jedoch unter Einschließung der rationalen Qualitäten – längst überschritten. So akzeptiert ein transrationales Bewußtsein sehr wohl die Grundsätze der Logik und die Erkenntnisse der Wissenschaft, transzendiert aber deren Begrenzungen, indem es auch Intuition und andere Formen der Erkenntnisgewinnung zuläßt.

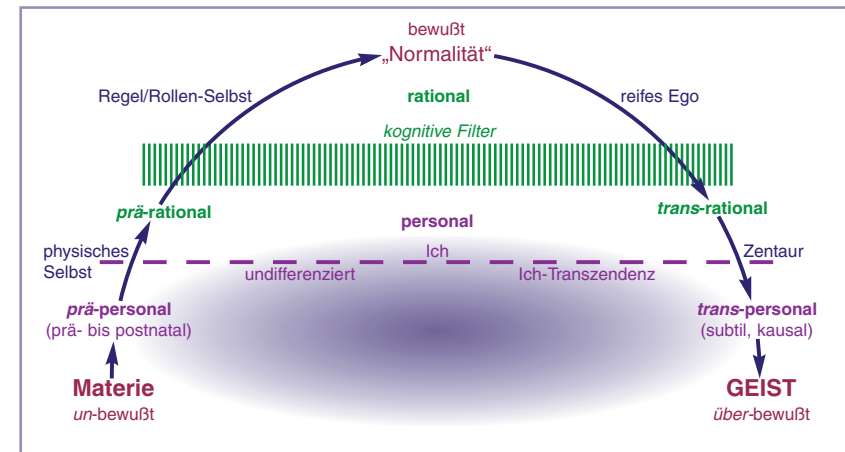


Abb. 1.8: Die Entwicklung unbewußt – bewußt – überbewußt<sup>58</sup>

Die kreisförmige Darstellung macht deutlich, warum Vertreter prä- und transrationaler Bewußtseinsebenen Zugang zu gleichen Sphären haben können – ohne jedoch das gleiche zu erfahren: Ein Weiser ist einem Kind nur ähnlich, er ist aber kein Kind! Während letzteres noch gar kein mentales ICH entwickelt hat, verfügt der weise Mensch über das gesamte Spektrum der rationalen Fähigkeiten, identifiziert sich aber nicht mehr damit, wie es noch der reife Erwachsene tut. Daher ist er in der Lage, transrationale Erkenntnisse unverzerrt wahrzunehmen und angemessen zu interpretieren

<sup>58</sup> Mit der Entwicklung des frontalen Selbst (ICH) kommt es zur Entstehung kognitiver Filter (Verdrängungsschranke, Weltsicht etc.) die nach oben UND nach unten wirken. Dadurch wird die Wahrnehmung prä- und transrationaler Phänomene für Menschen auf den rationalen Entwicklungsebenen – gemeinhin der normale Erwachsene – immer stärker eingeschränkt und es kommt zur Entstehung von präpersonalem und transpersonalem Unbewußtem. Daher sind diese Bereiche dem rational dominierten Erwachsenen die meiste Zeit nicht zugänglich und können von ihm nur in besonderen Situationen während *veränderter Bewußtseinszustände* erfahren werden. Eine detaillierte Beschreibung der Selbstentwicklung erfolgt im Kapitel »Die Struktur des menschlichen Bewußtseins«.

sowie von prä-rationalen Phänomenen unterscheiden zu können. Trotzdem werden der ursprüngliche Zustand der Kindheit und die Reife der Weisheit – nicht zuletzt aufgrund des Bibelwortes „... werdet wie die Kinder ...“ – immer wieder verwechselt, was auf eine mangelnde Differenzierung der prä- und transrationalen Ebenen zurückzuführen ist, die wohl die Ähnlichkeiten wahrnimmt, nicht jedoch die Unterschiede. So sind z.B. beide Bereiche eher bildlich statt verbal orientiert. Doch während die Inhalte des ersten eher gegenständlich sind und auf die eigene Person bezogen werden, sind die Wahrnehmungen auf den transrationalen Ebenen sehr komplex, kontextualistisch und abstrakt und lassen die eigene Person im allgemeinen im Hintergrund.

Die permanente Prä/Trans-Verwechslung stiftet natürlich auch in der Gesellschaft immer wieder heillose Verwirrung mit oft dramatischen Folgen. So wird echte transrationale Mystik von vielen Vertretern prä-rational-mythischer Religionen<sup>59</sup> voll rechtgläubigem Eifer bekämpft. Anhänger von Esoterik und New Age versuchen vielfach, spirituelle Irrtümer und Halbwahrheiten unserer Vorfahren – deren Erkenntnisfähigkeit (bei all den Einsichten, die sie durch ihren Zugang zu nichtrationalen Sphären auch hatten) doch noch sehr eingeschränkt war – als uraltes Wissen zu verkaufen, das der heutigen Zeit weit voraus sei. Befürworter und Kritiker dieser Strömungen vermischen munter Transpersonalität und Aberglaube: in Buchhandlungen, Fernsehsendungen und Bundestagsausschüssen. In Mißinterpretation historischer Erkenntnisse träumen verschiedene Vertreter der Tiefenökologie sehnsuchtsvoll vom »Urkommunismus« in den frühen jagenden und Pflanzenbau betreibenden Stämmen, während einige Feministinnen am liebsten das Matriarchat einführen würden. So mancher Therapeut glaubt, daß die Rückkehr zum undifferenzierten Zustand der frühen Kindheit das wahre seelische Paradies eröffne und unsere Zivilisation eine häßliche Entgleisung sei. Und alle halten ihre Rückwärtsgewandtheit für Fortschritt.<sup>60</sup>

<sup>59</sup> Wilber unterscheidet deutlich zwischen prä-rationalem Mythos und transrationaler Mystik.

<sup>60</sup> ausführlich diskutiert in Wilber, 1996a, z.B. S. 205-219, 463-472 etc.

Für Wilber besteht der grundlegende Fehler all dieser »Retroromantiker« in ihrer selektiven Wahrnehmung. So sehr er ihre Beweggründe achtet, nämlich ihr Unbehagen gegenüber der pathologischen Dissoziation von Moderne und Postmoderne, so sehr kritisiert er ihre eingeschränkte Sicht: Ohne die Errungenschaften der heutigen Zeit zu würdigen – Demokratie, Pluralismus, Bürgerrechte, allgemeiner Wohlstand, wissenschaftliche Erkenntnisse, etc. – würden die Romantiker ihre negativen Auswüchse entweder mit den Errungenschaften früherer Epochen bzw. mit deren idealisierter Undifferenziertheit vergleichen. Die Unvollkommenheiten und Probleme früherer Gesellschaften wie bsw. Gruppenegozentrik, absolutistische Regierungsformen, Sklaverei, Menschenopfer und die Unterdrückung der Frau (was durch die jeweiligen Religionen moralisch gerechtfertigt wurde), sowie unsägliche gesundheitliche Zustände, primitive Produktionsbedingungen, mangelndes ökologisches Bewußtsein, u.v.a.m. – die durch die Moderne bzw. die beginnende Postmoderne zum großen Teil gelöst oder zumindest bewußt wurden – würden dabei wohlweislich übersehen.<sup>61</sup> Und auch der romantische Psychologe hätte nicht verstanden, daß die Seligkeit des Kleinkindes nicht aus der All-Einheit mit seiner Umwelt käme, sondern daß es aufgrund der noch nicht entwickelten kognitiven Fähigkeiten lediglich außerstande sei, seine völlige Entfremdung, seine Getrenntheit und Abhängigkeit vom Kósmos sowie seine Sterblichkeit auch nur ansatzweise *wahrzunehmen*.<sup>62</sup> Für Wilber entsteht Zukunft grundsätzlich durch emergente Selbsttranszendenz aus der Gegenwart und niemals durch Regression in die Vergangenheit, wie Romantiker verschiedener Couleur es wünschen – weder zu einer mythischen Religion, noch zu einer prähistorischen Produktionsweise, noch zu einer frühkindlichen Bewußtseinsebene. Jede Ebene generiert ihre eigenen Probleme, die sich immer erst auf der nächsthöheren lösen lassen – Regression auf eine flachere Ebene führt lediglich zur Problemvermeidung, nicht zur Lösung.<sup>63</sup> Daher hält er die Ablehnung romantischer Irrungen, weil sie vor allem auf der prä-rationalen Unfähigkeit einer differenzierten Wahr-

<sup>61</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 66-69, 127-134

<sup>62</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 820-826

<sup>63</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 165 ff, 271 ff; Wilber, 1999b, S. 133 f

nehmung der Wirklichkeit beruhen, durch die Vertreter der Aufklärung für völlig gerechtfertigt:

„In der Verneinung Gottes durch die Vernunft ist mehr Spiritualität als in der Bejahung Gottes durch den Mythos, und zwar weil diese Verneinung mehr Tiefe hat. (Und das Transrationale deckt noch mehr Tiefe oder GEIST auf als Mythos oder Vernunft.)

Das Maß der echten Tiefe und Spiritualität der Vernunft ist ihre Anlage zu universalem Pluralismus, ihr Beharren auf universaler Toleranz, ihre Befähigung zu einer globalen Perspektive, ihr Eintreten für Wohlwollen und Mitgefühl über alle Grenzen hinweg. All das wird der Vernunft nicht aus mythischen Quellen von außen offenbart, sondern geht aus ihr selbst, aus ihrer eigenen Tiefe hervor. Deshalb muß sie nicht auf mythische Gottheiten zurückgreifen, um ihren Plan des universalen Wohlwollens als abgesegnet ausgehen zu können, und deshalb ist ein »Atheist«, der aus rational-universalem Einfühlungsvermögen handelt, spiritueller als ein Fundamentalist, der die Welt zu seinem mythischen Gott bekehren möchte. Daß der GEIST der Vernunft nicht am Himmel schwebt und Donnerkeile schleudert ... spricht eher für ihn als gegen ihn.“<sup>64</sup>

An anderer Stelle betont er ausdrücklich die allgemeinen Menschenrechte von »Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit« als die größte soziale Errungenschaft der Moderne, der keine noch so menschenfreundliche mythische Religion auch nur etwas annähernd vergleichbares entgegensetzen hätte.<sup>65</sup> So verdanken z.B. die Frauen ihre Gleichberechtigung mehr der Französischen Revolution und Immanuel Kant, als den christlichen Kirchen. Und während die Religionen ihre Anhänger gern auf die einzig wahre – nämlich ihre eigene – Weltsicht festlegen wollen, hält die Moderne seit der Aufklärung die Gedanken für frei und betrachtet alle Menschen unabhängig von ihrer Weltanschauung, ihrer Rasse und ihrem Geschlecht als grundsätzlich gleichberechtigt.

<sup>64</sup> Wilber, 1996a, S. 311

<sup>65</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 67

Doch ist dies nur die halbe Wahrheit, da die Vertreter der Vernunft in der Ablehnung des Mythos im allgemeinen auch alle transrationalen Formen der Wahrnehmung und Erkenntnis gleich mit ablehnen. Dies kommt vor allem daher, daß bei diesen Menschen prä- und transrationale Bereiche im Unbewußten liegen, so daß sie kaum eigene Erfahrungen damit haben und sie daher auch nicht differenzieren können. Obwohl beide Bereiche nichtrational sind, liegen aber Welten zwischen ihnen. Und werden erstere von der Vernunft negiert, weil sie *nicht mehr* verstanden werden, so werden letztere negiert, weil sie *noch nicht* verstanden werden.

Diese Verwechslung hat auch Auswirkungen in der Psychologie, vor allem in der Differentialdiagnose von Psychosen und transpersonalen Zuständen: Während auf der einen Seite Psychotiker – die aufgrund ihrer Nichtrationalität auch einen, allerdings verzerrten, Zugang zu transrationalen Inhalten haben können – zu transrationalen Mystikern stilisiert werden, werden auf der anderen Seite Menschen mit transrationalen Erfahrungen als Psychotiker klassifiziert. Diese Verwirrung geht Wilber zufolge schon auf die Auseinandersetzung zwischen Sigmund Freud und Carl Gustav Jung zurück. Er schreibt dazu:

„Seit ich angefangen habe, über den Unterschied von prärationalen oder präpersonalen und transrationalen oder transpersonalen Bewußtseinszuständen beziehungsweise ihre Verwechslung – ich spreche hier von »Prä/Trans-Verwechslung« nachzudenken, wächst eine Überzeugung, daß es ganz entscheidend ist, hier Klarheit zu gewinnen, wenn wir die Natur höherer (tieferer) oder wahrhaft spiritueller Bewußtseinszustände verstehen wollen.

Gemeint ist mit »Prä/Trans-Verwechslung« zunächst etwas ganz Einfaches: Da prärationale und transrationale Zustände *beide* auf ihre je eigene Weise nichtrational sind, können sie dem ungeschulten Auge als ähnlich, wenn nicht identisch erscheinen. Sind jedoch prä und trans erst einmal verwechselt oder gleichgesetzt, kommt es zu Denkfehlern zweierlei Typs:

Durch einen Denkfehler der ersten Art werden alle höheren und transrationalen Zustände auf niedrigere und prärationale reduziert.

Echte mystische oder kontemplative Erfahrungen beispielsweise werden als Regression zu infantilem Narzißmus, ozeanischem Adualismus, Indissoziation oder sogar als primitiver Autismus gedeutet. Diesen Weg nahm beispielsweise Freud in »Die Zukunft einer Illusion«.

Solche reduktionistischen Darstellungen setzen die Rationalität als den großen endgültigen Omega-Punkt der individuellen und kollektiven Entwicklung, als Hochwassermarken aller Evolution. Tiefere, weitere oder höhere Kontexte gelten als nichtexistent. Also lebt man sein Leben entweder rational oder neurotisch ... Da es keine höheren Kontexte geben kann, müssen echte transrationale Zustände sofort als Regression zu prärationalen Strukturen erklärt werden. Das Überbewußte wird auf das Unterbewußte, das Transpersonale auf das Präpersonale reduziert, und das Emergieren von etwas Höherem muß als Einbruch des Niedrigeren gedeutet werden. Alle atmen erleichtert auf und der rationale Welt-Raum bleibt ungeschoren. ...

Ist man andererseits für höhere und mystische Zustände aufgeschlossen, verwechselt aber trotzdem prä und trans, dann wird man alles Prärationale zu transrationaler Glorie erheben oder elevieren wollen, indem man zum Beispiel den infantilen primären Narzißmus als unbewußtes Schlummern in der Unio mystica (All-Einheit) auffaßt. Jung und seine Nachfolger haben häufig diesen Weg beschritten und tiefe Transpersonalität und Spiritualität in lediglich undissoziierte und undifferenzierte Zustände hineingelesen, denen es an jeglicher Integration mangelt.

Für den elevationistischen Standpunkt ist die transpersonale und transrationale mystische Vereinigung der letzte Omega-Punkt, und da die (egoische) Rationalität dazu neigt, diesen höheren Zustand zu leugnen, muß sie den Tiefpunkt menschlicher Möglichkeiten darstellen, eine Verderbtheit, die Ursache aller Sünde und Trennung und Entfremdung. Hat man die Rationalität aber erst zum Anti-Omega erklärt, wird man bald alles Nichtrationale als direkten Weg zu Gott verherrlichen, und alles – wie infantil, regressiv und

prärationale es auch sein mag – ist uns recht, wenn es nur die böse, skeptische Rationalität aus dem Feld schlägt. „Ich glaube, weil es absurd ist“ – das ist der Schlachtruf der Elevationisten (und alle Romantik ist zutiefst davon geprägt).

Freud war ein Reduktionist, Jung ein Elevationist – die beiden Seiten der Prä/Trans-Verwechslung. Wir müssen hier sehen, daß sie beide zur Hälfte recht und zur Hälfte unrecht haben. Ein gut Teil der Neurose ist tatsächlich als prärationale Fixierung / Regression zu erklären; andererseits gibt es mystische Zustände wirklich, aber jenseits (und nicht diesseits oder unterhalb) der Rationalität – und solche Zustände dürfen nicht reduziert werden.

Der größte Teil der jüngeren Moderne, zumindest seit Feuerbach, Marx und ganz gewiß seit Freud, war von der reduktionistischen Haltung gegenüber dem Spirituellen beherrscht: *Alles* spirituelle Erleben mußte als Regression gedeutet werden. Und es scheint eine Art Überreaktion zu sein, daß jetzt, spätestens seit den sechziger Jahren, allerlei Formen des Elevationismus um sich greifen. Als Beispiel, aber keineswegs als einziges, mag die New-Age-Bewegung gelten. Alle möglichen Bestrebungen, auch solche von höchst zweifelhafter Herkunft und Authentizität, werden als transrational ausgegeben und mit einem Heiligenschein versehen, *wenn sie nur nicht rational sind*. Alles Rationale ist falsch; alles Nichtrationale ist spirituell.

Der GEIST ist nicht rational, aber eben trans und nicht prä. Er regrediert nicht und schließt die Vernunft nicht aus, sondern er transzendiert sie, schließt sie dabei jedoch ein. Die Vernunft hat wie jede andere Stufe der Evolution ihre ganz eigenen und manchmal verheerenden Beschränkungen, die zu Repression und Entstellung führen können. Aber die inneren Probleme jeder Entwicklungsebene werden, wie wir gesehen haben, erst auf der nächsten gelöst oder »entschärft« – und nicht dadurch, daß man auf frühere Ebenen regrediert, wo das Problem allenfalls ignoriert werden kann. ...

Viele der nichtrationalen Ansätze sind, leider, elevationistisch und daher nicht jenseits der Logik, sondern noch gar nicht bis zur Logik gelangt. Sie glauben, sie seien es, sie sehen sich als Besteiger des Berges der Wahrheit, aber mir scheint, sie sind nur gestolpert und erleben das atemberaubende Gefühl des freien Falls als Glückseligkeit. So gern sähen sie ihren Kollisionskurs als Paradigma der kommenden Welt-Transformation anerkannt, und alle, die ihrer Bruchlandung so fasziniert entgegensehen, wie man eine Massenkarambolage auf der Autobahn begafft, tun ihnen so leid, und sie nicken traurig, wenn wir die Teilnahme an ihrem Abenteuer dankend ablehnen. ...<sup>66</sup>

In diesem Zusammenhang betont Wilber die Leistung der deutschen idealistischen Philosophie. Ausgehend von dem Gedanken Immanuel Kants, daß der Kósmos („das Ding an sich“) letztendlich nicht erkennbar sei, weil er nur durch den begrenzten Verstand des einzelnen Menschen betrachtet werden könne – was später zum Grundaxiom des Konstruktivismus werden sollte – begannen Johann Gottlieb Fichte, Friedrich W. Schelling und Georg W. F. Hegel über das »Dahinter« nachzudenken. Fichte erkannte, daß, wenn die individuelle Wahrnehmung der Welt eine Konstruktion des individuellen Geistes sei, der ganze Kósmos letztendlich auch eine Hervorbringung des Geistes sein müsse, allerdings eines Geistes, der weit über die individuelle Vernunft hinausginge und den er daher absoluten GEIST nannte. Schelling und Hegel erarbeiteten die Theorie von Involution und Evolution. Sie postulierten, daß der GEIST im Prozeß der Involution die materielle Welt hervorbringt, sich selbst dabei jedoch vergißt, so daß letztendlich Materie nichts anderes als schlummernder GEIST sei. In der Gegenbewegung – der Evolution – die von der unbewußten Natur über die selbstreflektierende Vernunft zum überbewußten GEIST fortschreitet, komme es demzufolge zu einer Rückumwandlung in Form einer Selbsterinnerung / Selbstverwirklichung des

<sup>66</sup> Wilber, 1996a, S. 259 ff; Hervorhebungen von Wilber; vgl. andere Aspekte auch in Wilber, 2001a, S. 140

GEISTES.<sup>67</sup> So scharfsinnig ihre Gedanken auch waren, so blieb die idealistische Philosophie doch immer Spekulation, da es ihren Vertretern nicht gelang, eine Injunktion z.B. in Form einer meditativen Praxis hervorzubringen, um ihre Einsichten auch praktisch zu überprüfen.

Die Erkenntnis der drei Sphären von objektiver Natur (Physiosphäre), subjektiver Vernunft (Noosphäre) und absolutem GEIST (Pneumosphäre) sowie die Charakterisierung der Evolution von der Materie zum GEIST als einer zunehmenden Bewußtwerdung – und nicht einer negativen Entartung eines paradiesischen Urzustandes – ließ sie als erste die Prä/Trans-Verwechslung erkennen. Und während noch heute die Romantiker »Zurück zur Natur« rufen und vom »edlen Wilden« träumen, ihre prärationale Gefühle mit transrationaler Intuition<sup>68</sup> verwechseln, Sinneswahrnehmung über Vernunft stellen und prädifferentierte Verschmelzung für transdifferentierte Integration halten, sah die klassische idealistische Philosophie schon vor über 100 Jahren ihr Ziel in einer echten Evolution des Bewußtseins.<sup>69</sup>

<sup>67</sup> Eine bildliche Vorstellungshilfe für den Prozeß der Transformation von Geist in Materie und umgekehrt mag ein physikalisches Beispiel geben: Materie und Energie können beliebig ineinander umgewandelt werden, gehen letztlich aber nicht verloren. Physiosphäre, Noosphäre und Pneumosphäre wären demzufolge nur verschiedene Formen / Aggregatzustände / Manifestationen des GEISTES.

<sup>68</sup> Intuition könnte als eine plötzliche Einsicht in komplexe, nichtlineare, systemische Zusammenhänge definiert werden. Nach Wilber ist sie formlos und jenseits von Gefühl und Vernunft. (vgl. Wilber, 1999b, S. 144) Fuhr dagegen beschreibt Intuition als eine Verbindung von rationalem Denken und affektiver Eingebung (Fuhr et al, 2001, S. 586), was auf die vorher notwendige Integration von Körper, Emotion und Vernunft verweist, womit allerdings nicht die nichtlinearen und komplexen Inhalte der Intuition sowie ihre Plötzlichkeit berücksichtigt werden.

<sup>69</sup> vgl. Wilber, 1999b, S. 138-144

## 1.2 ENTWICKLUNG DES INDIVIDUELLEN BEWUßTSEINS

Bevor ich auf die Entwicklung des menschlichen Bewußtseins im einzelnen eingehe, sei noch einmal ausdrücklich darauf hingewiesen, daß sie auf jeder Ebene mit der körperlichen Entwicklung im individuell-äußeren Quadranten korreliert, speziell mit einer zunehmenden Komplexität des Gehirns.<sup>83</sup> Schwere Störungen in der Entwicklung des individuell-äußeren Quadranten wie bsw. Hirnschäden, schwere körperliche Krankheiten, Alter und Tod, sind jedoch, trotz ihrer Rückwirkung auf die Psyche in Form von geistigen Behinderungen, Durchgangssyndromen, Krisenzuständen, Demenzen, etc. aufgrund ihrer primär organischen Ursachen vorrangig Gegenstand verschiedener Bereiche der Medizin. So wichtig auch hier eine psychotherapeutische Begleitung ist, so sehr liegt doch der Schwerpunkt auf der medizinisch-somatischen Intervention. Da dieses Buch sich jedoch vorrangig mit der Entwicklung des individuell-inneren Quadranten, sowie Störungen und Therapie in diesem Bereich beschäftigt, bleiben primär organisch verursachte psychische Erkrankungen hier weitgehend unberücksichtigt.

Die nachfolgende Abbildung beschreibt das individuelle Bewußtsein als individuell-inneren Quadranten des Holons »Mensch«. Da das individuelle Bewußtsein jedoch direkte Auswirkung auf das individuelle bzw. soziale Verhalten hat, andererseits aber auch vom Körper und seinen Funktionen sowie den gesellschaftlichen Strukturen und der umgebenden Kultur geprägt wird, muß eine umfassende Psychologie und eine auf ihren Erkenntnissen aufbauende Psychotherapie auch die Randbereiche der anderen Quadranten berücksichtigen.

Andererseits wird die Psychologie ihren ureigenen Gegenstand aufgrund der dynamischen Entwicklung des Kósmos – und damit auch des individuellen Bewußtseins – niemals vollständig erfassen können, weshalb sie die Fläche des individuell-inneren Quadranten nicht vollständig abdeckt.

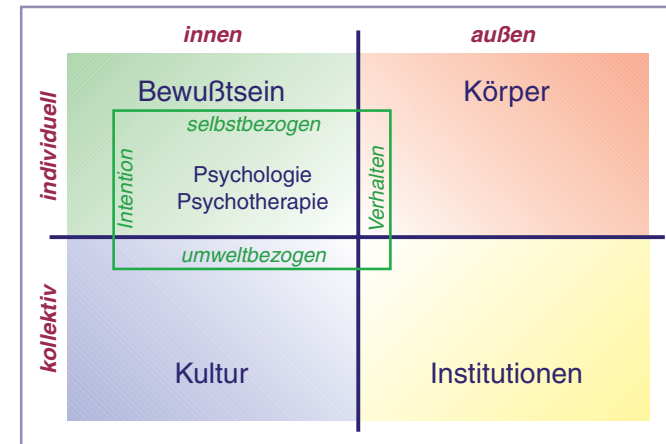


Abb. 1.9: Verhältnis Holon »Mensch« – individuelles Bewußtsein

Die Überschneidung verschiedener Wissenschaften wird besonders deutlich, wenn man sie in den Grenzbereichen der Quadranten betrachtet (vgl. Abb. 1.6). So greift die Medizin über die körperliche Wirkung von Psychopharmaka in das Bewußtsein ein. Andererseits führt psychologische Intervention zu Verhaltensänderungen, aber auch zu direkten körperlichen Auswirkungen (Verbesserung des Immunsystems, Abklingen psychosomatischer Krankheiten, etc.). Ähnliches gilt für die Wechselwirkung des Individuums mit den kollektiven Quadranten in Form der Kultur (Durchschnittsbewußtsein, Werte, kollektiver Schatten, Zeitgeist etc.) sowie den sozioökonomischen Einflüssen (Gesellschaftsstruktur, Wirtschaftsstruktur, Ökologie etc.), da diese das körperliche und seelische Wohlbefinden des einzelnen Menschen genauso determinieren, wie die Individuen letztendlich gemeinsam die Gesellschaft bilden und in ihrer Entwicklung beeinflussen. Doch würde eine umfassende Betrachtung aller Quadranten das Anliegen dieses Buches

<sup>83</sup> Evolution bewegt sich nicht nur vom Ausgangspunkt Materie zum Zielpunkt GEIST, sondern verschiebt sich auch innerhalb ihrer selbst von der Materie zum Bewußtsein, wird also immer subtiler. So kommt es von der Ebene der Elementarteilchen bis hin zum Menschen zur Emergenz immer neuer materiell sichtbarer Holone. Danach entwickelt sich jedoch keine neue, noch komplexere Spezies. Statt dessen wechselt der Entwicklungsschwerpunkt der Evolution von der Physiosphäre zur Noosphäre und findet seinen materiellen Ausdruck intrapersonell in einer zunehmenden Komplexität des Gehirns bzw. in immer komplexeren Reaktionsabläufen daselbst. Auch in der körperlichen Entwicklung kommt es also durch die »kreuzweise Verschränkung« zu einer »Vergeistigung«.

bei weitem sprengen und wird nur dort einbezogen, wo es einen direkten Einfluß auf die psychische Entwicklung des Einzelnen hat.

Wilbers Ansichten zur Entwicklung des menschlichen Bewußtseins basieren auf den Erkenntnissen einer Vielzahl von Forschern des Okzidents und des Orients, wobei der Beitrag der westlichen Entwicklungspsychologen und Philosophen vorrangig in der Beschreibung der präpersonalen und personalen Bewußtseinsebenen, also der Entwicklung des Bewußtseins von der Geburt bis zum reifen Erwachsenen besteht, während sich östliche Yogis, Mystiker und Meditierende besonders um die transpersonalen Bewußtseinsebenen verdient gemacht haben.<sup>84</sup> Dabei stellt Wilber fest, daß alle diese Forscher letztendlich zu den gleichen, offensichtlich universell geltenden Entwicklungsebenen kommen, auch wenn sie verschiedene, sich jedoch ergänzende Aspekte, die im weiteren Verlauf »Entwicklungslinien« genannt werden, beschreiben. Er betont, daß es sich bei diesen Stufenkonzepten nicht einfach um konzeptuelle Vorstellungen oder Theorien handelt, sondern daß viele von ihnen durch eine ausführliche empirische Datenbasis abgesichert sind.<sup>85</sup> So wären die Kohlbergschen Stufen der moralischen

---

<sup>84</sup> Zu den wichtigen Vertretern gehören für ihn Sigmund Freud, Jean Piaget, Kurt Fischer, Erik H. Erikson, Jane Loevinger, Don Beck, Howard Gardner, Lawrence Kohlberg, Magret Mahler, Otto Kernberg, Juan Pascual-Leone, Patricia Arlin, Jan Sinnott, John Broughton, Harry S. Sullivan, Heinz Kohut, Clare Graves, Robert Kegan, Susanne Cook-Greuter, William Perry, Cheryl Armon, Karl Jaspers, Jürgen Habermas, Jean Gebser, Jay Earley, Robert Bellah, Gerhard Lenski und viele weitere. Vertreter des Abendlandes, deren Erkenntnisse über die rationalen Bewußtseinsebenen hinausreichen, sind u.a. Plotin, Immanuel Kant, Johann Gottlieb Fichte, Friedrich W. Schelling, Georg W. F. Hegel, Arthur Schopenhauer, Leadbetter, Rudolf Steiner, Erich Neumann, Martin Heidegger, Huston Smith, Edmund Husserl, William Tiller, James Fowler, Duane Elgin, James Mark Baldwin, William James, Gustav T. Fechner, Carl Gustav Jung, Abraham Maslow, Roberto Assagioli, Erich Fromm, Michael Washburn, John Battista, Jenny Wade, Stanislav Grof und weitere.

<sup>85</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 39 f, 57; Das betrifft vor allem die unteren Bewußtseinsebenen. Da mit zunehmender Tiefe der Holone die Anzahl immer kleiner wird,

Entwicklung an Vertretern verschiedener Kulturen überprüft worden, mit kulturell unabhängigen Ergebnissen, ähnlich die Modelle von Loevinger, Piaget, Maslow, Graves. Allein die Spiral Dynamics von Graves habe man an über 50 000 Menschen aus der ganzen Welt ohne größere Ausnahmen verifizieren können.<sup>86</sup>

### 1.2.1 Die Struktur des menschlichen Bewußtseins

Menschliches Bewußtsein – also der individuell-innere Quadrant des Holons »Mensch« – ist für Wilber nichts homogenes, was eine genaue Beschreibung der Struktur des Bewußtseins notwendig macht. Die wichtigsten Strukturelemente sind für ihn diesbezüglich die *Bewußtseinsebenen*, die *Entwicklungslinien* und das *Selbst*.

Die *Bewußtseinsebenen* – auch Bewußtseinswellen oder Grundwellen genannt, um den weichen Übergängen Rechnung zu tragen – sind eine detaillierte Anwendung der Großen Kette auf die Entwicklung des Menschen. Sie beschreiben die vertikale Entwicklung der Bewußtseinsstrukturen des Individuums im Laufe seiner Lebensspanne und können verschieden eingeteilt werden: vom präpersonalen über das personale zum transpersonalen bzw. vom prärationalen über das rationale zum transrationalen usw. Auch hier ist von Ebene zu Ebene eine Zunahme an Komplexität, Organisation und Freiheitsgraden zu beobachten. Für die menschliche Entwicklung vom vorge-

---

ist die zur Verfügung stehende Stichprobe von Menschen mit transrationalem Bewußtsein natürlich kleiner als die mit rationalem als die mit prärationalem Bewußtsein etc. (vgl. Wilber, 2001a, S. 278)

<sup>86</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 63 f, 40, 58; Das Spiral Dynamics-Modell von Clare Graves beinhaltet eine sehr griffige Beschreibung der Entwicklungsebenen speziell im sozialen Kontext und wird daher von Wilber gern zur Einführung genutzt. Da es aber nicht die Differenzierung in verschiedene Entwicklungslinien kennt, gibt es dort nur eine einfache lineare Entwicklung, was es für die detaillierte Erklärung z.B. des menschlichen Bewußtseins ungeeignet macht.

burtlichen bis zum nichtdualen Bewußtsein schlägt Wilber 11 Ebenen der Entwicklung vor, die sich jeweils in eine frühe, mittlere und späte Phase weiter unterteilen lassen. Die grundlegende materielle Ebene (Rot) wird bei den meisten der folgenden Abbildungen vernachlässigt, weil sie spätestens in dem Moment überschritten wird, wo der Fötus beginnt, als biologisches Lebewesen auf Umweltreize zu reagieren. Sie ist für die Entwicklung des menschlichen Bewußtseins lediglich im Sinne der biologischen Voraussetzungen von Bedeutung (z.B. genetische Ausstattung):

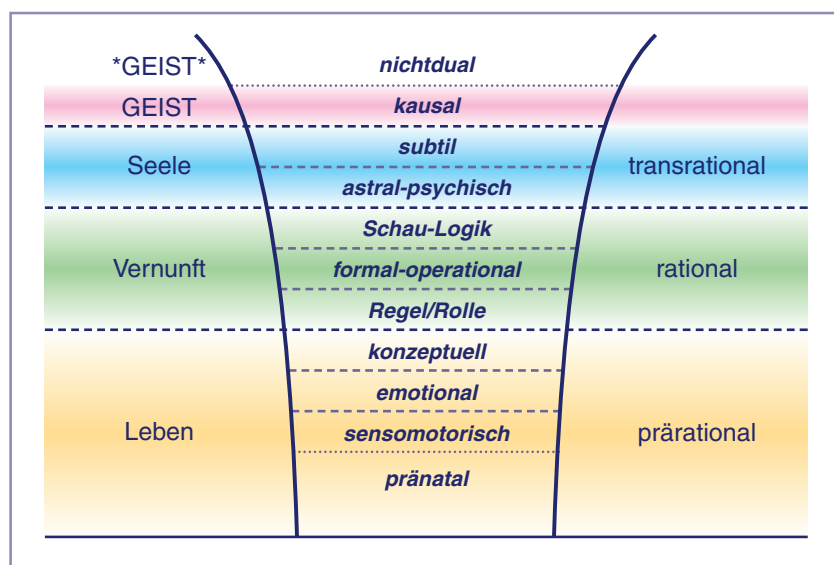


Abb. 1.10: Entwicklungsebenen des individuellen Bewußtseins (nach Wilber, 1997b)

Die Beziehung zwischen den Ebenen ist hierarchisch: jede höhere Ebene transzendiert und umfaßt die vorhergehende, wodurch eine asymmetrische *Hierarchie mit zunehmender holistischer Komplexität* entsteht. Die Entwicklung des Bewußtseins durch diese Ebenen ist also grundsätzlich linear – es gibt keine Auslassungen und keine Umkehr<sup>87</sup> – weil jede folgende Welle auf

<sup>87</sup> Diese Linearität gilt nicht für die Selbstidentifikation, wie später noch gezeigt werden wird.

den Errungenschaften der vorhergehenden aufbaut. Als Beispiel mag die kognitive Entwicklung herhalten: nach Bildern entwickeln sich Symbole, dann Begriffe, dann Regeln. Diese Abfolge kann nicht verändert werden. Jedoch genügt der Erwerb einer *allgemeine Kompetenz* auf einer Ebene, um zur nächsten fortschreiten zu können. Um beispielsweise in der kognitiven Entwicklung die Ebene der Schau-Logik transzendieren zu können, genügt es, die Fähigkeit zum aperspektivischen und dialektischen Denken entwickelt zu haben – es ist nicht nötig, ein Spezialist in Systemtheorie zu werden.<sup>88</sup>

*Psychologische Typologien* (z.B. nach Jung, Lowen, Myers-Briggs, Eysenck's Big Five, Enneagramm etc.) sind in erster Linie *horizontale* Einteilungen, deren elementarste die Dualitäten, z.B. von männlich und weiblich, aktiv und passiv, etc. sind. Sie sagen viel über die individuelle Orientierung, Persönlichkeitsakzentuierung, Abwehrverhalten und Ressourcen, aber wenig über die erreichte Bewußtseinsebene (vertikal), da sie auf jeder Ebene vorkommen können, was von den Vertretern dieser Systeme oft übersehen wird. Wilber gesteht ihnen eine gewisse Nützlichkeit zu, da sie auch Ungleichgewichte in der Entwicklung deutlich machen können, bezweifelt jedoch, daß sich alle Aspekte des Menschseins damit beschreiben lassen, wie die Vertreter mancher Typologie-Systeme behaupten.<sup>89</sup>

*Bewußtseinsstrukturen* entstehen durch die Metabolisierung (Verdauung) temporärer *Bewußtseinszustände* und Erfahrungen im *Selbst*. Sie sind nach Wilber stabile Muster von Ereignissen und bilden den *Inhalt* sowohl der hierarchischen Bewußtseinsebenen als auch der heterarchischen Entwicklungslinien. Damit werden sie zur Grundlage der »kreuzweisen Verschränkung«.<sup>90</sup> Es gibt dauerhafte *Grundstrukturen* wie z.B. kognitive Fähigkeiten, sprachliche Kompetenz, räumliche Koordination, motorische Fertigkeiten etc., die durch die Grundmechanismen der Evolution – differenzieren und integrieren – lediglich erweitert werden: jede Errungenschaft einer Ebene

<sup>88</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 265 f; Wilber, 1996a, S. 320 f

<sup>89</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 71 f

<sup>90</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 29; siehe auch Abb. 1.11: »Kreuzweise Verschränkung«



bleibt wesentlicher Bestandteil der nächsten Ebene. „Mit anderen Worten, die Grundstrukturen sind einfach die Hauptebenen im Spektrum des Bewußtseins....“, während die Benennung von untergeordneter Bedeutung ist.<sup>91</sup> Als weitere Kategorie gibt es die *Oberflächenstrukturen*, die bei der Entwicklung zur nächsten Bewußtseinsebene verdrängt oder ersetzt werden. Hierzu zählt die moralische Entwicklung – die präkonventionelle Moral wird durch die konventionelle ersetzt, diese wiederum durch die postkonventionelle usw. – die Weltansichten, Selbstbedürfnisse, Selbstidentität u.a. Die Oberflächenstrukturen bauen auf den Grundstrukturen auf. Die Entwicklung der Grundstrukturen ist notwendige, aber nicht hinreichende Voraussetzung für die Entwicklung der darauf aufbauenden Oberflächenstrukturen. So ist beispielsweise eine konventionelle Moral nicht möglich ohne die kognitive Fähigkeit zur Dezentrierung – jedoch ist es kein zwingend notwendiger Automatismus, daß sich, wenn die kognitiven Grundlagen vorhanden sind, aus der präkonventionellen eine konventionelle Moral entwickelt.<sup>92</sup> Ein treffendes Beispiel dafür mag das rücksichtslos-zynische (Moral), geistige Genie (Kognition) abgeben. Es kann daher nicht deutlich genug betont werden, daß die verschiedenen Formen der Intelligenz zwar eine Voraussetzung, aber nicht identisch mit dem Bewußtsein sind.

Holone entwickeln sich durch die Ebenen hindurch in den nebeneinander existierenden Quadranten, die sich nochmals in spezielle Bereiche, die *Entwicklungslinien*, unterteilen lassen. Aus einem gemeinsamen Ursprung kommend differenzieren sich diese einzelnen Aspekte mit fortschreitender Evolution immer deutlicher voneinander. Das Bewußtsein des Menschen (individuell-innen) besteht Wilber zufolge aus ca. 2 Dutzend Entwicklungslinien, von denen die wichtigsten die kognitive, die affektive, die soziale, die moralische und die spirituelle (seelische) sind. Weiterhin gehören dazu Selbstidentität, Psychosexualität, Rollen, Kreativität, kommunikative Kompetenz, Altruismus, sozioemotionale Fähigkeiten, Weltanschauungen, Wer-

<sup>91</sup> Wilber, 2000, S. 212 f

<sup>92</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 213 f; Wilber, 2001a, S. 37

te, Bedürfnisse, kinästhetische Fertigkeiten, wahrgenommener Körper<sup>93</sup> u.a., die vielfach im einzelnen gut erforscht und empirisch belegt sind.<sup>94</sup> Diese Linien haben eine *immanente Tendenz zur Selbstentfaltung*<sup>95</sup> und entwickeln sich parallel und relativ unabhängig voneinander, so daß sie auch unterschiedliche Entwicklungszustände haben können, wodurch ein Mensch recht heterogen erscheinen kann. Andererseits beeinflussen sie sich aber auch gegenseitig bzw. bilden Voraussetzungen füreinander, wie das oben aufgeführte Beispiel vom Verhältnis von kognitiven Fähigkeiten und Moral illustriert. Die erreichte Entwicklungsebene determiniert Inhalt und Charakter der einzelnen Linien. So sind z.B. Art und Inhalt des Denkens (kognitive Entwicklungslinie) eines Menschen auf der Ebene des Lebens völlig anders als auf der Ebene der Vernunft oder gar auf den transrationalen Ebenen. Doch trotz der prinzipiellen Parallelität der Entwicklung der Linien verschiebt sich der Schwerpunkt der Evolution mit der Zeit immer stärker von der Materie zum GEIST.<sup>96</sup> Auch wenn durch die Verlagerung des Entwicklungsschwerpunktes immer neue Entwicklungslinien das Selbst determinieren, heißt das nicht, daß eine Entwicklungslinie, nachdem sie die ihr eigene Entwicklungsebene erreicht hat, nicht weiter evolvieren würde: auch nach der Transzendenz der physischen Ebene wird das Selbst nicht nur emotionale oder kognitive, sondern auch neue sensomotorische Fähigkeiten erwerben und auch nach dem Erreichen der kognitiv geprägten Ebenen geht die Differenzierung der emotionalen Fähigkeiten weiter.<sup>97</sup> Das Zusammenspiel der heterarchischen Entwicklungslinien und der hierarchisch übereinander geschichteten Entwicklungsebenen ergibt eine Symmetrie, die ich hier

<sup>93</sup> Wilber unterscheidet deutlich zwischen physischem Körper als Materie (individuell-außen) und seiner Innenwahrnehmung als »gefühltem Körper«, der Teil des Bewußtseins und somit das Pendant des materiellen Körpers im individuell-inneren Quadranten ist. (vgl. Wilber, 2001a, S. 198-201)

<sup>94</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 39, 45 f

<sup>95</sup> Dies ist die Kraft, die sowohl die Entwicklung des Kósmos, als auch die individuelle Entwicklung vorantreibt: Der Evolutionsimpuls ist allem, was existiert, immanent!

<sup>96</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 39-43, 141-149, 282

<sup>97</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 270 f

als »kreuzweise Verschränkung« bezeichne. Die unscharfen Abgrenzungen stehen für die fließenden Übergänge, weshalb Wilber in Anlehnung an H. Gardener auch von »Wellen« und »Strömen« spricht:

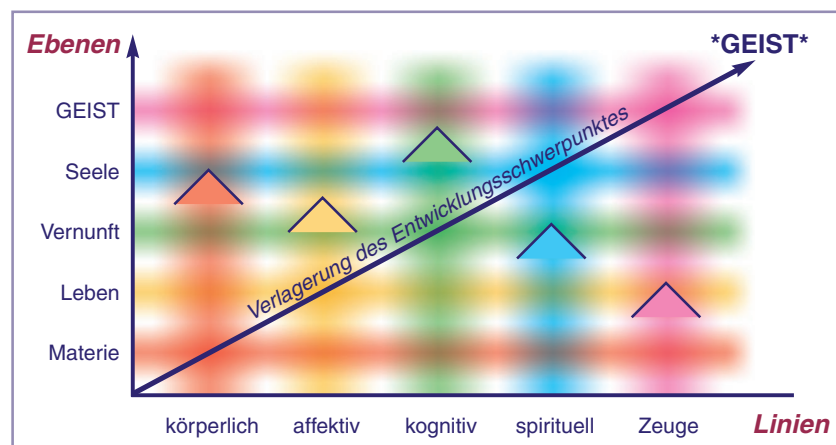


Abb. 1.11: Kreuzweise Verschränkung von Entwicklungsebenen und -linien<sup>98</sup>

Einige Entwicklungslinien sind besonders eng mit der Entwicklung des Selbst assoziiert. Wilber nennt sie die *selbstbezogenen* Linien, die gemeinsam das *Gesamt-Selbst* bilden. Dazu gehören z.B. die Moral, die Weltsicht, die Bedürfnisse, die sozioemotionale Entwicklung etc. Durch ihre Entwicklung treiben sie die Entwicklung des Gesamt-Selbst voran, wobei abwechselnd jede der selbstbezogenen Entwicklungslinien die Führung übernehmen kann. Andere Linien, wie die des mathematischen Denkens, der Kreativität oder die kinästhetische, entwickeln sich relativ unabhängig vom Selbst.<sup>99</sup>

<sup>98</sup> Diese Darstellung beschränkt sich auf den individuell-inneren Quadranten. Deshalb bleiben andere Entwicklungslinien (z.B. die sozialen) unberücksichtigt. »Körperlich« meint hier wieder die subjektive Körperwahrnehmung. Genau genommen entwickelt sich der Zeuge nicht, da er seinem Charakter nach unveränderliches unmittelbares Gewahrsein ist, sondern tritt im Laufe der Entwicklung immer stärker in Erscheinung. (vgl. Wilber, 2001a, S. 285)

<sup>99</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 479 f; Wilber, 2001a, S. 55

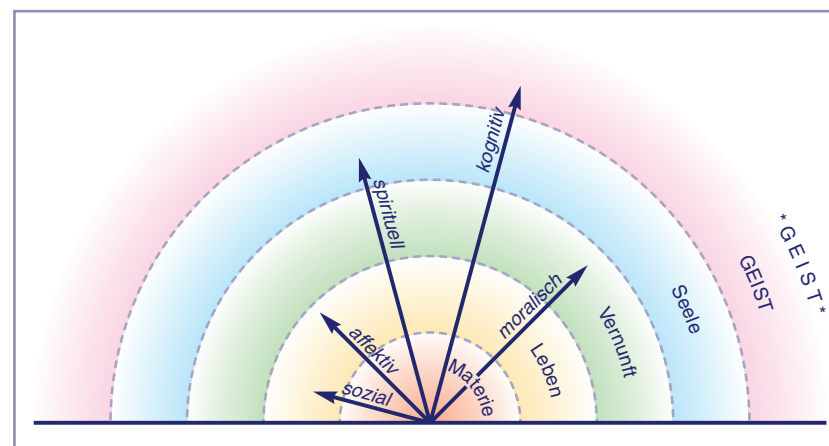


Abb. 1.12: Entwicklung der Bewusstseinslinien durch die Ebenen (nach Wilber, 2001a)

Das *Selbst-System* im engeren Sinne ist der aktive Teil des Bewusstseins, der zur *Selbstwahrnehmung* fähig ist und sich auf den einzelnen Bewusstseins-ebenen bewegen und sich mit ihnen *identifizieren* kann. Das Selbst-System besteht unter *funktionellen* Gesichtspunkten aus:

- a) dem *proximalen Selbst* (aktuelles Selbst, »Ich«) als dem derzeitigen Ort der Selbstidentifikation (in Form eines Selbstgefühls) mit einer der Bewusstseins-ebenen. Dabei ist die Identifikation nicht als etwas Starres, sondern eher als ein Schwingen um einen Schwerpunkt, mit Ausschlägen in die Bewusstseins-ebene darüber und darunter zu verstehen und kann auch für kurze oder längere Zeiten auf höhere Entwicklungsebenen springen bzw. auf frühere regredieren.<sup>100</sup> (Wenn im folgenden pauschal vom Selbst gesprochen wird, ist damit immer das aktuelle Selbst gemeint.)
- b) dem *distalen Selbst* (entferntes Selbst, »ich«, »mein«, »mir«), welches Selbstanteile beschreibt, die das aktuelle Selbst als Objekt beobachten kann, weil es sich davon differenziert hat, also vor allem alle früheren Selbstidentifikationen.

<sup>100</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 196; Wilber, 2001a, S. 52

c) den *Subpersönlichkeiten*, die als temporäre funktionale Selbstrepräsentanten auftreten, z.B. bei der Wahrnehmung bestimmter sozialer Rollen. Sie sind Facetten des »Ich« mit eigenen Entwicklungslinien (Moral, Weltsicht, Bedürfnissen usw.), die sich auf jeder Entwicklungsebene des Selbst bilden können und die vom aktuellen Selbst integriert und koordiniert werden. Durch die Forschung sind ca. ein Dutzend Subpersönlichkeiten beschrieben, z.B. Eltern-Persona (Über-Ich), Kind-Persona, Vater-Persona, Ehemann-Persona, Ich-Ideal etc. Jede dieser Teilpersönlichkeiten kann sich auf einer unterschiedlichen Entwicklungsebene befinden, genauso wie die zu ihr gehörigen selbstbezogenen Entwicklungslinien. Problematisch wird es erst, wenn eine dieser Subpersönlichkeiten vom bewußten Selbst abgespalten wird und aus dieser Position heraus beginnt, die weitere Entwicklung zu sabotieren.<sup>101</sup>

Das aktuelle Selbst hat verschiedene *Funktionen*. Neben der Selbstidentifikation und dem Selbstgefühl gehören dazu Selbstkonzept, Wille (die Wahlfreiheit innerhalb der Grenzen der gegenwärtigen Bewußtseinsebene), Kognition, Interaktion, Abwehrmechanismen, Navigation (Entscheidungsentscheidungen) und Integration (von Funktionen, Ebenen, Linien, Subpersönlichkeiten und Zuständen).<sup>102</sup>

Die wichtigste Funktion des Selbstes ist die Persönlichkeitsentwicklung – also die individuelle Evolution – durch die Verarbeitung temporärer Erfahrungen mittels Wahrnehmung und Metabolisierung (geistiger Stoffwechsel). Dabei folgt es den Grundgesetzen der Emergenz von Holonen: Das aktuelle Selbst ist mit einer Ebene *identifiziert* (Subjekt); es verarbeitet (metabolisiert) und internalisiert neue Erfahrungen, die über diese Ebene hinausgehen<sup>103</sup>

<sup>101</sup> vgl. Wilber, 2001a, S 50 f, 118 ff, S. 272 ff

<sup>102</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 252; Wilber 2000, S. 215

<sup>103</sup> Eine Erfahrung kann um so besser wahrgenommen und verarbeitet werden, je weniger sie in ihrer Komplexität den Metabolisierungsmodi, die einem Individuum auf seiner Entwicklungsebene zur Verfügung stehen, übersteigt. So wird ein Baby, dem die Mutter eine mathematische Aufgabe erklärt, die körperlichen Signale vollständig, die begleitenden Emotionen teilweise und die kognitiven Inhalte überhaupt nicht wahrnehmen und verarbeiten können.

und kumuliert sie – schafft also neue, komplexere Bewußtseinsstrukturen – wodurch es sich von dieser Ebene *differenziert* und sie dadurch *transzendiert*.<sup>104</sup> Im nächsten Schritt löst es die Identifikation und beginnt sich jetzt mit der nächsthöheren Ebene zu identifizieren, die in Form der neuen Bewußtseinsstrukturen immer deutlicher hervorgetreten ist. Von hier aus *integriert* (umfaßt) es die vorherige Ebene als Teil des distalen Selbstes: das frühere Subjekt wird zum Objekt. Vereinfacht ließe es sich auch folgendermaßen ausdrücken: Durch die Anhäufung verarbeiteter temporärer Bewußtseinszustände (*states*) und anderer Erfahrungen kommt es beim Erreichen einer kritischen Masse zu einem Umschlag in eine neue Qualität, die sich in ihrer Gesamtheit als höhere Bewußtseinsebene und im einzelnen als neue stabile Persönlichkeitseigenschaften (*traits*) äußert. Dieser Prozeß verläuft linear: Eine Bewußtseinsebene nach der anderen wird durchlaufen, keine

<sup>104</sup> Dieser erste Schritt ist in all seinen Teilschritten, jedoch mit anderen Worten (Assimilation, Akkomodation, Äquilibration), sehr detailliert von Piaget beschrieben worden (vgl. z.B. Oerter & Montada, S. 473-481; auch 413-462). Da Piaget aber nur eine einzelne Entwicklungslinie – nämlich die kognitive – analysiert und dies auch noch ausschließlich naturwissenschaftlich-empirisch tut, kann er viele Fragen nicht beantworten. So bleiben ihm größere Zusammenhänge und der Sinn dieser Entwicklung verborgen, auch kann er unterschiedliche Entwicklungsgeschwindigkeiten bzw. Entwicklungsstörungen nicht erklären (vgl. Oerter & Montada, S. 462). Wilber betont, daß James Mark Baldwin, von dem Piaget die meisten seiner Konzepte entlehnt hat, diesem in Bezug auf eine Gesamtschau um vieles voraus war (vgl. Wilber, 2001a, S. 100). Er selbst löst das Problem, indem er die kognitive Entwicklung, die er für eine der grundlegendsten und wichtigsten Entwicklungen überhaupt hält, in sein 3-dimensionales Gebäude aus Quadranten, Ebenen und Linien einfügt und sie um Formen der Erkenntnis erweitert, die außerhalb des von Piaget untersuchten Bereiches liegen, vornehmlich um subtile (z.B. Intuition, Imaginationen, Träume, kreative Visionen, transpersonale Zustände) und kausale (als reine Aufmerksamkeit / Gewahrsein/ Zeugenschaft) (vgl. Wilber, 2001a, S. 144 f). Außerdem zählt er sensomotorische Körperwahrnehmungen, Empfindungen und Gefühle zu den Wahrnehmungs- und Verarbeitungsmodi, die Erkenntnis ermöglichen. (vgl. Wilber, 2001a, S. 140).

kann übersprungen werden. Jedoch kann das Selbst aufgrund seiner Identifikationsfähigkeit auch längere Zeit teilweise oder ganz auf einer Ebene verharren, bzw. sich mit einer früher bewältigten Entwicklungsebene identifizieren, also regredieren, während andere Entwicklungslinien sich weiterentwickeln!<sup>105</sup> Damit ist die Identifikationsfunktion des Selbst die einzige Möglichkeit, rückwärts zu gehen, das heißt, gegen den Strom der Evolution zu schwimmen!

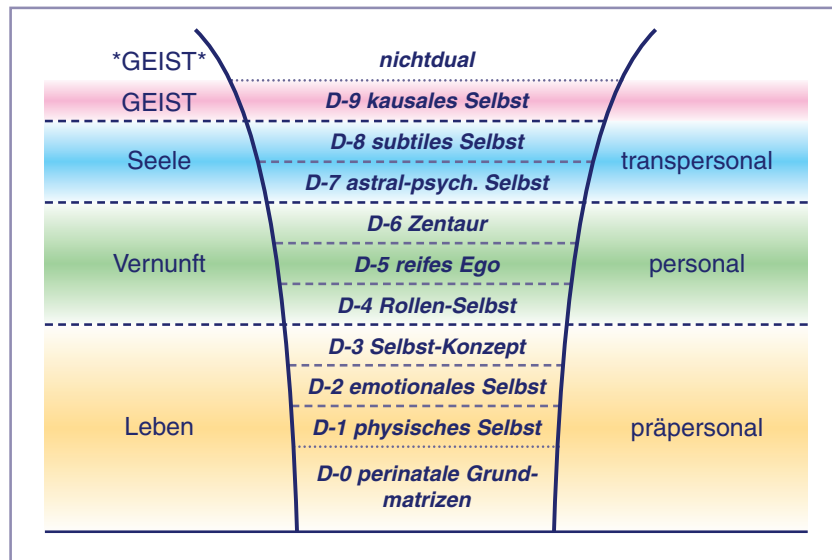


Abb. 1.13: Identifikation des Selbstes mit den Entwicklungsebenen (nach Wilber, 1997b)

<sup>105</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 33, 45-49, 218 ff; Dort setzt er sich auch mit der Kritik an der Linearität auseinander. Da sich die verschiedenen Entwicklungslinien unterschiedlich schnell entwickeln und da sich das Selbst durch Annahme verschiedener temporärer *Bewußtseinszustände* auf den Entwicklungsebenen vor- und zurück bewegen kann – die Identifikation also eher ein Schwerpunkt ist – *erscheint* die Entwicklung des Individuums insgesamt oft nicht linear. Doch entwickelt sich z.B. das formal-operationale Denken nie vor dem konkret-operationalen.

Mit dem Erreichen jeder neuen Ebene tritt das Selbst in eine völlig neue Welt, mit eigenem Selbstgefühl, eigenen Formen der Wahrnehmung, der kognitiven Verarbeitung, der Moral, Weltsicht, Bedürfnisse, Objektbeziehungen etc.<sup>106</sup> Die Übergangsphasen werden oftmals als Krisenzeiten (Trotzphase, Pubertät etc.) erlebt. Aufgrund der Konsistenz des Selbstgefühles und der weichen Grenzen zwischen den Ebenen wird es dem Betroffenen jedoch meistens nicht bewußt, daß er einen großen Entwicklungsschritt getan hat, obwohl sich die qualitativen Veränderungen zweifelsfrei nachweisen lassen (z.B. Piagets Experimente, Kohlbergs moralische Kriterien). Den Übergang nennt Wilber (nach Blanck & Blanck) *Drehpunkte*. Deshalb werden die Selbstebenen im weiteren Verlauf auch als Drehpunkte D-0 bis D-9 und nondual bezeichnet. Wenn im folgenden pauschal von Personen auf Ebene 5 oder D-5 gesprochen wird, ist damit immer die Ebene gemeint, mit der sich das Selbst gerade *identifiziert* – unabhängig davon, auf welcher Ebene sich einzelne Entwicklungslinien in ihrer Entwicklung gerade befinden mögen.

Das Loslassen der Identifikation mit einer Ebene wird vom Selbst als eine Art Tod erfahren – diese Schwierigkeit nimmt es nur auf sich, wenn das Leben auf der nächsthöheren Ebene verspricht, Probleme zu lösen und Bedürfnisse zu befriedigen, für die es auf der aktuellen Ebene keine Lösung bzw. Befriedigung gibt.<sup>107</sup> Es gibt also einen Impuls zur Beharrung, um die Krise des Übergangs zu vermeiden, der dem Entwicklungsimpuls entgegensteht.

Durch den Wechsel von einer Bewußtseinsebene zur nächsten expandiert das Selbst: Da die vorhergehenden Ebenen als distales Selbst mit eingeschlossen werden und als Fähigkeiten weiter zur Verfügung stehen, wird es immer umfassender. Damit gewinnt es an Freiheit, Autonomie und Möglichkeiten. Gleichzeitig ist eine beständige *Abnahme der Ich-Zentriertheit* zu beobachten: Das Selbst entwickelt sich vom egozentrischen zum soziozentrischen zum weltzentrischen zum universellen; es übernimmt also immer mehr Verantwortung und berücksichtigt bei seinen Entscheidungen immer mehr Bereiche der Existenz: zuerst ausschließlich sich selbst, später seine

<sup>106</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 55

<sup>107</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 52 f

Gruppe, sein Volk, seine Religionsangehörigen, alle Menschen, alle lebenden Wesen und zuletzt den gesamten Kósmos.<sup>108</sup>

Außerdem kann das Selbst-System *strukturell* in drei *Hauptselbstlinien* eingeteilt werden, mit denen sich das aktuelle Selbst je nach Entwicklungsstand direkt identifiziert, die sich jedoch ansonsten relativ unabhängig voneinander entwickeln. Diese Unterteilung ergibt sich Wilber zufolge aus der Beobachtung, daß subtile und kausale Erkenntnisfähigkeiten *parallel* zum frontalen Selbst entwickelt werden können. Die verschiedenen präpersonalen und personalen Erkenntnisformen können sich z.B. nicht parallel entwickeln, da sie (vom sensomotorischen bis zur Schau-Logik) aufeinander aufbauen<sup>109</sup>:

1. das *frontale Selbst* (Ego, ICH), das von der Erkenntnis der grobstofflichen Physiosphäre abhängt (sensomotorisch bis Schau-Logik) und in dem einige der eben behandelten selbstbezogenen Entwicklungslinien und Subpersönlichkeiten zusammengefaßt werden können. Durch die Erkenntnis, daß die eigenen Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle nur diesem einen Menschen zu eigen sind (räumliche Grenzen) und die Fähigkeit, die eigene Lebensgeschichte zu erinnern und den eigenen Tod vorauszu sehen (zeitliche Grenzen), ist das ICH vor allem der Träger der individuellen, von der Umwelt abgegrenzten, Identität. Dieser Teil des Bewußtseins scheint in seinen Fähigkeiten direkt von der biologischen Funktionsfähigkeit des Gehirns abzuhängen.
2. die *Seele* (tiefer-psychisches Selbst), die von der Erkenntnis der seelischen Ebenen abhängt, mit Erkenntnisformen wie Imagination, Intuition, kreative Visionen, ätherische Zustände, transzendente Erleuchtung etc. In der frühen Kindheit ist sie dem aktuellen Selbst bedingt zugänglich, um mit der Entwicklung des rational geprägten ICHs (frontales Selbst) immer mehr ins Unbewußte verdrängt zu werden und erst beim Übergang zum Zentauren wieder an Bedeutung zu gewinnen. Wie im Kapitel »Die Prä/Trans-Verwechslung« beschrieben, ist die Wahrnehmung der subtilen Ebenen aber beim Kind – ähnlich wie beim Psychoti-

<sup>108</sup> vgl. Wilber, 1999a, S. 274; Wilber, 1997b, S. 236 f

<sup>109</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 146 ff

ker – eine eher rudimentäre und verzerrte, die zudem der Interpretation durch die Vernunft entbehrt. Da die Seele subtiler ist als das ICH (frontales Selbst), scheint sie von den biologischen Alterungsprozessen des Gehirnes nicht in gleichem Maße betroffen zu sein. Dies wäre eine Erklärung, warum Menschen trotz nachlassender kognitiver Fähigkeiten im Alter an Weisheit und Reife gewinnen können.

3. das *ursprüngliches Selbst* (Zeuge, Beobachter, »Ich-Ich«), als individueller Anteil des Menschen am formlosen GEIST (»Bewußtsein an sich«), das permanent und unveränderlich im Hintergrund existiert. Es tritt mit der Entwicklung der Fähigkeit zur *gleichmütigen, distanzierten Aufmerksamkeit* jedoch verstärkt in den Vordergrund und ermöglicht das *unmittelbare Gewahrsein* des GEISTES – und letztendlich durch Loslassen der personalen Identifikationen zugunsten der Identifikation mit dem GEIST das Aufgehen in ihm. Es ist für die Integration aller Formen des Selbst, aller Ebenen und Linien verantwortlich.<sup>110</sup>

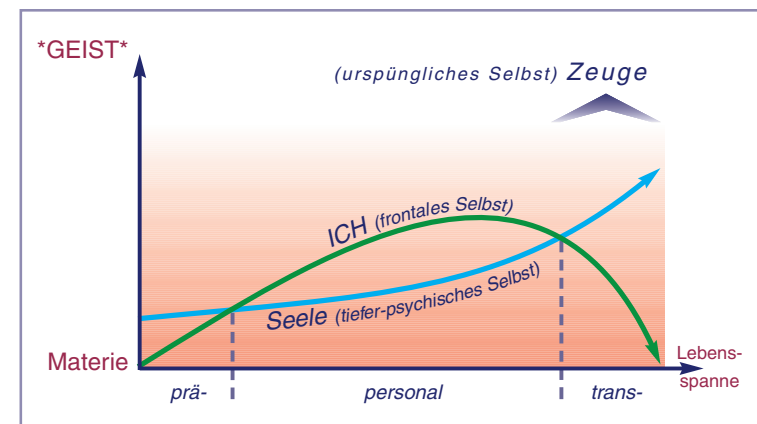


Abb. 1.14: Das Verhältnis der Hauptselbstlinien ICH, Seele und Zeuge zueinander

*Bewußtseinszustände* sind *temporäre* Zustände des Selbstes, unabhängig von der Bewußtseinsebene, mit der es sich gerade identifiziert. Dazu gehören

<sup>110</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 285

die 3 natürlichen Bewußtseinszustände: der Wachzustand, der Traumschlaf und der Tiefschlaf.<sup>111</sup> Weiterhin gibt es auch veränderte Bewußtseinszustände: Da ist einmal die Regression auf frühere Bewußtseinsstufen, z.B. durch Krankheiten, kritische Lebensereignisse, psychotherapeutische Intervention oder Drogen. Zum anderen gibt es die Gipfelerfahrungen – nach Maslows Peak Experiences, auch als außergewöhnliche Bewußtseinszustände bezeichnet – die durch psychotherapeutische Intervention, kritische Lebensereignisse, einige psychedelische Substanzen oder durch eine kontinuierliche spirituelle Praxis ausgelöst werden können.<sup>112</sup> Während die oben genannten natürlichen Bewußtseinszustände überwiegend unbewußt erfahren werden, werden die veränderten meist bewußt erlebt bzw. sogar bewußt herbeigeführt.

Gipfelerlebnisse haben für die individuelle Entwicklung eine besondere Bedeutung, da sie eine temporäre und eingeschränkte Vorwegnahme von zukünftig zu erreichenden Bereichen des Bewußtseins sind. Eingeschränkt deshalb, weil die Grundstrukturen der Ebene, mit der sich das Selbst gerade identifiziert, als begrenzende Filter wirken. So kann ein Mensch auf dem Drehpunkt 2 durchaus die subtilen oder kausalen Ebenen als Zustände erfahren, wird aber bsw. ihre besonderen Qualitäten nicht im vollen Umfange erleben und ermessen können, da er die dafür notwendigen kognitiven Wahrnehmungs- und Verarbeitungsfähigkeiten noch nicht entwickelt hat.<sup>113</sup>

<sup>111</sup> Die Korrespondenz dieser Zustände mit verschiedenen Entwicklungsebenen des Bewußtseins sowie den drei Hauptselbstlinien spielt für das hier behandelte Thema eine untergeordnete Rolle, ist aber für die transpersonale Entwicklung wichtig. Demzufolge korrespondieren miteinander (vgl. Wilber, 2001a, S. 29 ff):

- Wachzustand mit den prä- und den personalen Ebenen (D-0 bis D-6) bzw. dem frontalen Selbst (ICH)
- Traumschlaf mit den transpersonalen, subtilen Ebenen (D-7 bis D-8) bzw. dem tiefer-psychischen Selbst (Seele)
- Tiefschlaf mit der kausalen Ebene (D-9 bis nondual) bzw. dem ursprünglichen Selbst (Zeuge)

<sup>112</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 30

<sup>113</sup> vgl. Wilber, *Ausführung G: Zustände und Stufen*, auf: <http://www.worldofkenwilber.com>, 12.12.2004

Wenn ein Gipfelerlebnis gut integriert wird – d.h. wenn das, was zu erfahren möglich war, seinerseits in stabile psychische Strukturen umgewandelt werden konnte – kann dadurch die Entwicklung zur nächsten Bewußtseinsstufe deutlich beschleunigt werden. Andererseits können Gipfelerlebnisse auch Krisen auslösen, bsw. wenn die (transpersonale) Entwicklung forciert wurde, ohne das ein genügend weit entwickeltes, stabiles frontales Selbst (ICH) vorhanden war oder wenn eine spontane Erfahrung nicht integriert werden konnte, z.B. weil sie aus der vorhandenen Weltsicht heraus abgelehnt wurde oder kein geeignetes Erklärungsmodell zu Verfügung stand. Der häufigste Fall dürfte eine verzerrte Integration sein, dadurch verursacht, daß die Interpretation der Erfahrung nicht von der Ebene des Gipfelerlebnisses, sondern von der Entwicklungsebene aus geschieht, mit der das Selbst sich normalerweise gerade identifiziert. So kann z.B. eine nonduale Alleinheits-erfahrung durch die Interpretation vom Drehpunkt 4 aus zum religiösen Fanatismus für einen mythischen Gott führen. Durch die jederzeit vorhandene Möglichkeit, natürliche und veränderte Bewußtseinszustände zu erfahren, hat jedoch jeder Mensch potentiell ständig Zugang zum gesamten Spektrum des Bewußtseins.<sup>114</sup>

Alle hier vorgestellten Bewußtseinsstufen, -linien und -zustände haben natürlich ihre materiellen Korrelate im Gehirn (individuell-äußerer Quadrant), die dort auch quantitativ erfaßt werden können, z.B. als Grad der Neuronenvernetzung, als Neurotransmitterausschüttungen, als EEG-Muster usw., jedoch sich nicht auf diese reduzieren lassen, da damit der qualitative Aspekt in Form des inneren Erlebens (Qualia) samt seiner Bedeutung, die es für das Individuum hat, ignoriert würde. Man beachte, daß dadurch die Große Kette in 3 Dimensionen erscheinen kann: Als Ebene der äußeren Realität, als Ebene des Bewußtseins und als temporärer Bewußtseinszustand: Ein Mensch auf einer bestimmten Bewußtseinsstufe des Selbst kann in einem bestimmten Bewußtseinszustand bestimmte Ebenen des Seins wahrnehmen.<sup>115</sup>

<sup>114</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 30 ff

<sup>115</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 262 f

Als letztes sei noch kurz auf den Einfluß des sozialen Kontextes für die Entwicklung des Individuums hingewiesen. Nach Wilber pendeln soziale Gruppen um einen durchschnittlichen Bewußtseinsschwerpunkt, der aufgrund der Austauschprozesse innerhalb der Gruppe (materieller Austausch, Kommunikation, Erziehung, etc.) wie ein Magnet wirkt und das sich entwickelnde Individuum nach oben zieht, wenn es noch darunter liegt. Andererseits wirkt dieses Durchschnittsbewußtsein auf Menschen mit einem starken Entwicklungsimpuls, die sich also über den Durchschnitt hinaus entwickeln möchten, gemeinhin hemmend, teils in informeller Form wie bsw. Unverständnis, teils in Form konkreter Sanktionen, so daß eine Entwicklung über den Durchschnitt hinaus zusätzliche Kraft vom Individuum erfordert.<sup>116</sup> Auch das Bewußtsein einer Gesellschaft gehorcht also den Gesetzen der Homöostase.

Das hier vorgestellte Ebenenmodell der Entwicklung des menschlichen Bewußtseins ist natürlich eine Herausforderung für die herrschende postmoderne Ideologie von der uneingeschränkten Gleichheit aller Menschen. Auch vielen Entwicklungspsychologen fällt es schwer anzunehmen, daß erwachsene Menschen sich auf verschiedenen Bewußtseinsebenen befinden können und daß es qualitative Bewußtseinsentwicklung auch nach dem Abschluß der Pubertät gibt.<sup>117</sup> Das liegt daran, daß menschliche Entwicklung von ihnen vor allem anhand des körperlichen Alters bzw. kognitiver oder anderer Einzelfähigkeiten bewertet wird. Diese Kriterien sagen jedoch nichts über die Entwicklungsebene, mit der sich das Selbst eines Menschen gerade identifiziert, also dem, was am ehesten mit dem umgangssprachlichen Begriff der »Persönlichkeitsreife« verglichen werden könnte. Wilber betont, daß jede Entwicklungsebene ein unbedingtes Existenzrecht als notwendige Grundlage der nachfolgenden hat, daß in der Akzeptanz einer qualitativen Entwicklung über verschiedene Ebenen aber sehr wohl eine Wertung liegt: von funktionaler, bzw. dem Alter, Kontext etc. angemessener, nicht jedoch

<sup>116</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 185 f

<sup>117</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 68; Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 18; Wilber, 1997b, S. 51 f, 104

von besser versus schlechter. So ist auch ein Same nicht besser oder schlechter als ein Baum, sondern dessen Voraussetzung, wogegen der reife Baum das höchste verwirklichte Potential des Samens darstellt. Diese Sicht schließt mit ein, daß es grundsätzlich erstrebenswert ist, eine hohe Ebene der Entwicklung zu erreichen.<sup>118</sup> Es ist nicht immer einfach, dieses Paradoxon (Nichts ist schlecht – doch ist manches besser als anderes!) auszuhalten, ohne sich zu sehr einem der Pole (Gefahr der Beliebigkeit oder Gefahr der Abwertung) zuzuneigen.

Die Akzeptanz des Gedankens, daß aufgrund ihrer unterschiedlichen Bewußtseinsentwicklung erwachsene Menschen eben nicht gleich sind, ermöglicht ein tieferes psychologisches Verständnis individuellen und sozialen Verhaltens: Unsinnig erscheinende Reaktionen erhalten Sinn; Möglichkeiten und Grenzen von Individuen oder Gruppen können besser eingeschätzt werden, wenn sie nicht an den eigenen Kriterien gemessen werden, sondern wenn man berücksichtigt, daß sie aufgrund ihres Entwicklungsstandes andere Kriterien haben könnten. Dabei ist zu beachten, daß es hier nie um endgültige Urteile gehen kann, sondern daß es sich immer um zeitlich begrenzte Momentaufnahmen handelt, da alles in ständiger Entwicklung begriffen ist. Wenn man bereit ist, das Prinzip der Entwicklungsebenen entgegen aller derzeitiger Political Correctness auch in der sozialen Entwicklung / Phylogenese anzunehmen, erhält man für viele soziale und politische Konflikte elegante Erklärungen und damit auch Lösungsansätze.<sup>119</sup>

<sup>118</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 191 ff, Wilber, 1996a, S. 253-257

<sup>119</sup> vgl. z.B. Wilber, 2001a, S. 58 f

## 1.2.2 Die Entstehung psychischer Störungen

Jeder Mensch ist in seiner Entwicklung Belastungen ausgesetzt, die im Wechselspiel mit seiner genetischen Ausstattung und seiner körperlichen Konstitution sowie seiner sozialen Einbettung einen hemmenden Einfluß auf die Persönlichkeitsentwicklung haben können. Insofern ist ein idealtypischer Entwicklungsverlauf eher die Ausnahme, die Abweichung davon jedoch die Regel. Erst wenn diese Einflüsse zu stark werden, kommt es zu pathologischen Fehlentwicklungen, z.B. in Form von Deformation des Charakters, der Gehirnfunktionen, des Sozialverhaltens, der Umweltwahrnehmung etc., die in allen Quadranten sowie auf den nachfolgenden Entwicklungsebenen beeinträchtigend wirken und die um so schwerer und umfassender ausfallen, je früher sie stattfanden.<sup>120</sup> Nachfolgend die idealisierte Darstellung für ein einmaliges traumatisches Lebensereignis:

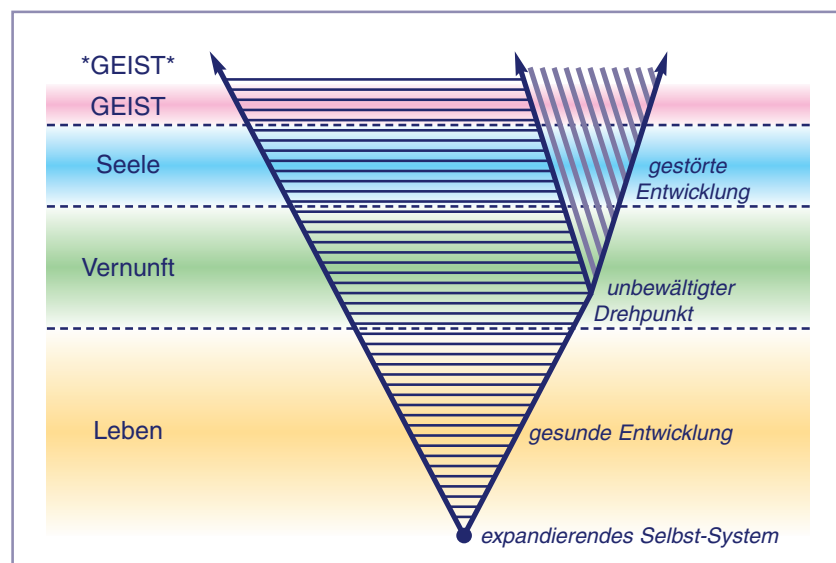


Abb. 1.15: Abhängigkeit des Ausmaßes der Störung vom Störungszeitpunkt

<sup>120</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 184, 212, 192; auch Ammon, 1971, S. 336

Der Ursachenort für eine Psychopathologie kann Wilber zufolge in einem oder mehreren der vier Quadranten liegen: psychische Traumata im weitesten Sinne sowie Lerndefizite, außerdem genetische Voraussetzungen und körperliche Ursachen, kulturelle, soziale, berufliche und andere Umwelteinflüsse, auch gebündelt als multifaktorielle Ätiologie – oder anders ausgedrückt: bio-psycho-soziale Ursachen. Als psychisches Trauma können in diesem Zusammenhang alle Lebenserfahrungen bezeichnet werden, die aufgrund ihrer Dauer und/oder Intensität die momentane Integrationsfähigkeit des Selbst übersteigen, so daß sie nicht zu einem konstruktiven Erfahrungszuwachs führen, sondern das Selbst aus der Bahn seiner natürlichen Entwicklung werfen. Beispiele dafür sind Trennungs- und Verlusterfahrungen, Belastungssituationen, zwischenmenschliche Konflikte, frustrierte existentielle Bedürfnisse, Kränkungen, psychischen Folgen schwerer körperlicher Erkrankungen, plötzliche kritische Lebensereignisse (Life Events) etc.<sup>121</sup> Die Störung der Entwicklung durch diese bio-psycho-sozialen Ursachen kann auf zweierlei Weise geschehen, die beide auf den Transformationsprozeß beim Übergang von einer Bewußtseinsebene zur nächsten wirken und die eigentliche Deformation einer Entwicklungsebene verursachen<sup>122</sup>:

- a) Wenn die *Differenzierung* nicht gelingt, kommt es zur *Stagnation* in Form von Fixierung, Verschmelzung oder mangelnder Grenzbildung: Das Selbst (oder eine Subpersönlichkeit / eine Entwicklungslinie) verharrt in der Identifikation mit einer erreichten Ebene und wehrt sich gegen die weitere Entwicklung. „Es ist die Angst, Unterschiede zuzulassen ...“<sup>123</sup>
- b) Wenn andererseits die *Integration* beeinträchtigt ist, kommt es zur *Deformation* einer Entwicklungsebene durch *Dissoziation*, Fragmentierung, Verdrängung oder Entfremdung: ein Persönlichkeitsanteil (oder Subpersönlichkeit / Entwicklungslinie) wird vom Selbst abgespalten bzw. übernimmt die Herrschaft. So kann z.B. das aktuelle Selbst sich jetzt mit der neu gewonnenen Ebene des rationalen Denkens identifizieren und die

<sup>121</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 120, 269 f; Wilber, 1996a, S. 661 f; auch C. Reimer et al, 2000, S. 528

<sup>122</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 110

<sup>123</sup> Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 30



frühere Ebene des emotionalen Selbstes – anstatt es in das distale Selbst zu integrieren – verdrängen.<sup>124</sup>

Auf jeder Entwicklungsebene kann es dadurch zu charakteristischen Erkrankungen kommen. Die folgende Abbildung zeigt einige Störungen für die prä- und personalen Drehpunkte in Abhängigkeit von den nicht bewältigten Entwicklungsaufgaben:

	<b>Entwicklungsaufgabe</b>	<b>mißlungene Differenzierung</b>	<b>mißlungene Integration</b>
<b>personal</b>	D-6 <i>Autonomie und existentielle Endlichkeit</i>	Egozentrik durch Inauthentizität	Nihilismus, existent. Depression
	D-5 <i>Entwicklung der eigenen Identität</i>	Identitätskrise	Egozentrik (Boomeritis)
	D-4 <i>Erlernen von soz. Rollen und Skripten</i>	Rollenkonfusion	Rollendominanz
<b>präpersonal</b>	D-3 <i>Entwicklung eines Selbstkonzeptes</i>	histrionische Störung	Verdrängungsneurosen
	D-2 <i>Emotionale Individuation</i>	Narzißmus	Borderline
	D-1 <i>Physische Lösung von der Umwelt</i>	Schizophrenie	affekt. Psychose
	D-0 <i>Prä- und perinatale Entwicklung</i>		

Abb. 1.16: spezifische Störungen durch mißlungene Differenzierung bzw. Integration

Alle diese Erkrankungen haben ihre je eigene Charakteristik, die durch die speziellen Eigenschaften der erreichten Entwicklungsebene determiniert werden und sich in spezifischen Symptomen äußern. Wilber faßt sie deshalb zu *Störungsebenen* zusammen, die er in ihrer chronologischen Rei-

<sup>124</sup> Fuhr & Gremmler-Fuhr (2000, S. 30) definieren noch eine dritte Möglichkeit der Störung, nämlich daß die Differenzierung nicht weit genug geht. Das Alte stimmt nicht mehr, es fehlt aber der Mut, den Schritt auf die neue Ebene zu machen. Das führe zu Konflikten in Form eines Hin-und-Hergerissenseins und zu unlösbar erscheinenden Entscheidungsproblemen.

henfolge als psychotische Störung, Persönlichkeitsstörung<sup>125</sup>, Psychoneurose, Skriptpathologie, Identitätskrise, existentielle Krise und spirituelle Krise<sup>126</sup> bezeichnet. Für Wilber sind psychische Erkrankungen also vor allem *Entwicklungsstörungen*, die sich *hierarchisch* nach den Entwicklungsphasen des menschlichen Bewußtseins staffeln lassen und die dadurch charakterisiert sind, daß das Selbst sich in *pathologischer* Weise mit einer Bewußtseinsebene identifiziert (inneres Alter), die der körperlichen Entwicklung (äußeres Alter) nicht angemessen ist. Damit unterscheidet sich sein Modell grundsätzlich von konventionellen quantitativen Ansätzen, die psychische Krankheit und Gesundheit als Endpunkte eines Kontinuums auf *einer* Ebene betrachten. Letztere gehen davon aus, daß lediglich Intensität, Dauer und Form pathogener Einflüsse – die natürlich sehr wohl eine Rolle für Art und Stärke einer Erkrankung spielen – bestimmen, ob ein Mensch eine schwere (z.B. psychotische) oder eine leichte (z.B. neurotische) Störung entwickelt. Dabei wird die *Qualität* der Entwicklungsebene, auf der die Grundlage für die Störung gelegt wurde, nicht berücksichtigen: „in der Kindheit“ wird zur rein temporären Beschreibung. Jeder Entwicklungsebene ist aber Piaget und Wilber zufolge ein spezieller Wahrnehmungs- und Verarbeitungsmodus zu eigen, der bestimmt, WIE Erfahrungen – auch traumatischer Art – kodiert und gespeichert werden. Auf Teil 2 vorgehend folgt daraus, daß im Falle einer psychischen Störung eine *Problemaktualisierung* (Dekodierung des Traumas) durch Psychotherapie dann am besten gelingen kann, wenn dieser *Metabolisierungsmodus* in der therapeutischen Methode wiederkehrt, um so eine *ursächliche Bearbeitung der Störung* zu ermöglichen. Dies ist der Kerngedanke, der sich aus der Verbindung von Entwicklungspsychologie und klinischer Psychologie ableiten läßt und der die Basis einer zukünftigen Integralen Psychotherapie bildet.

<sup>125</sup> Wilber verwendet auch den Begriff Charakterpathologie dafür. Basierend auf den Forschungen von Kernberg und dem aktuellen Sprachgebrauch nenne ich diese Ebene *Persönlichkeitsstörungen*.

<sup>126</sup> Spirituelle Krise wird hier als Sammelbegriff für Störungen in der transpersonalen Entwicklung verwendet.

Eine weitere Dimension ist Wilber zufolge die *Störungsart* im Sinne von Symptomkomplex. Sie beschreibt die Ausdrucksweise der Störung, indem sie die einzelnen Symptome den jeweiligen Entwicklungslinien (und damit auch den Quadranten) zuordnet.<sup>127</sup> Störungsebenen und Störungsarten stehen wiederum in kreuzweiser Verschränkung zueinander.

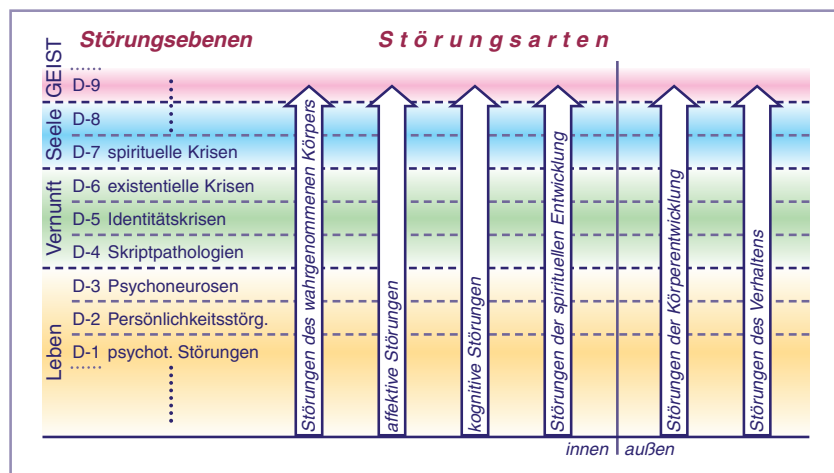


Abb. 1.17: kreuzweise Verschränkung von Störungsebenen und Störungsarten.<sup>128</sup>

So kann also eine Depression, als Beispiel einer affektiven Störung, sowohl als psychotische, neurotische oder existentielle Depression auftreten – mit der Charakteristik der jeweiligen Entstehungsebene und – das ist die Impli-

<sup>127</sup> Die Erkenntnis, daß zwischen *Ebenen* (Psychosen, Borderline, Neurosen etc.) von Pathologien und *Ausdrucksarten* (im Sinne von Symptomkomplexen, z.B. Zwangsstörungen, Ängsten, Depressionen, Süchten etc.) unterschieden werden muß, ist von Mahler, Kernberg, Kohut etc. eingehend untersucht worden. (vgl. Wilber, 2001a, S. 111)

<sup>128</sup> Die kreisförmige Darstellung, die der Differenzierung aus einem Ursprung besser Rechnung trägt, wird hier zugunsten der Übersichtlichkeit verlassen. Aus gleichem Grunde werden nur Störungsarten der individuellen Quadranten dargestellt. Doch können in allen 4 Quadranten Entwicklungslinien gestört sein.

kation für die Therapie – nur bestimmten, dieser Ebene angemessenen Interventionsmodi ursächlich zugänglich sein. Aufgrund der geringeren Differenzierung des Selbst-Systems auf den frühen Entwicklungsebenen umfassen Störungen in diesen Lebensphasen weit mehr Anteile der Persönlichkeit (Komorbidität der Störungsarten), als später erworbene. Auch muß durch die gegenseitige Beeinflussung der verschiedenen Entwicklungslinien die Störungsart nicht unbedingt der Entwicklungslinie entsprechen, auf der die Störung erworben wurde (Störungsverlagerung).

Als dritte Dimension kann man die *Störungsstärke* bezeichnen, die sich in der Intensität der Symptome widerspiegelt und dadurch dafür verantwortlich ist, ob eine Störung überhaupt als krankheitswertig wahrgenommen wird oder lediglich als Persönlichkeitsakzentuierung. Weiterhin ist sie mitverantwortlich dafür, inwieweit in der weiteren Entwicklung andere Persönlichkeitsanteile beeinträchtigt werden.

Als letztes Kriterium ist der gesellschaftliche *Kontext* zu erwähnen: Wenn ein Mensch in seiner psychischen Entwicklung auf einer Ebene stagniert oder regrediert, wird es um so stärker als krankheitswertig von der Umwelt wahrgenommen werden, je größer die Differenz zum Durchschnittsbewußtsein gleichaltriger Menschen ist. Aus dieser Perspektive besteht eine psychische Erkrankung also darin, daß ein Mensch nicht fähig ist, sich mit seinem Selbst-System mit einer Entwicklungsebene zu identifizieren, die seine soziale Umwelt aufgrund ihrer eigenen gesamtgesellschaftlichen Entwicklung als die für sein Alter angemessene definiert hat. Statt dessen wird sein Erleben und Handeln von der Identifikation mit einer deformierten, kontext- und altersunangemessenen Entwicklungsebene determiniert. Dies erklärt, warum Menschen, die sich krankheitsbedingt mit einer sehr niedrigen Entwicklungsebene (z.B. D-2) identifizieren, in Gesellschaften, die sich in ihrem durchschnittlichen kollektiven Bewußtsein auf dieser Stufe befinden (z.B. frühe Stammeskulturen), nicht unbedingt als beeinträchtigt auffallen, insbesondere dann, wenn außer den Grundstrukturen (z.B. Metabolisierungsmodus) auch die Oberflächenstrukturen (z.B. kulturelle Prägung) kompatibel

sind.<sup>129</sup> Das heißt auch, daß, je einfacher eine Gesellschaft strukturiert und je niedriger das Durchschnittsbewußtsein ihrer Mitglieder ist, desto geringer ist der Anteil der dort möglichen psychischen Erkrankungen. Dies impliziert im Gegenzug für unsere Gesellschaft, daß mit zunehmender Komplexität Psychopathologien eine immer größere Rolle spielen werden.

Für Wilber können Entwicklungsstörungen in *allen Phasen* des Lebens auftreten und die weitere Entwicklung des Selbst-Systems deformieren oder stagnieren lassen: Der von der Psychoanalyse postulierte Zeitraum für die Entstehung psychischer Erkrankungen wird über die Kindheit hinaus auf die gesamte Lebensspanne erweitert. Dieser Ansatz beinhaltet die Chance zu großen Schritten in der Persönlichkeitsentwicklung auch über die Pubertät hinaus bis in das hohe Alter, wobei hier die Entwicklung des tieferpsychischen Selbstes (Seele) im Mittelpunkt steht. Damit widerspricht Wilber den Forschern, die durch ihre Fixierung auf die kognitive Entwicklungslinie die psychische Entwicklung im Alter überwiegend als defizitären Abbauprozess betrachten.

Die Genese posttraumatischer Belastungsstörungen macht deutlich, daß durch kritische Lebensereignisse nicht nur Deformation und Stagnation, sondern grundsätzlich auch eine dauerhafte Regression von einer schon erreichten höheren Ebene auf eine niedrigere möglich ist. In diesem Falle würde nicht ein latent vorhandenes Defizit offenbar werden, sondern das Selbst würde aus Gründen des Selbstschutzes bzw. im Zuge eines Selbstheilungsversuches die Identifikation mit einer schon erreichten Bewußtseins-ebene wieder aufgeben. Diese Regression führt nicht zur Lösung des Problems, sondern, wie im Kapitel »Die Prä/Trans-Verwechslung« ausgeführt wurde, erst einmal zur Vermeidung bzw. Nichtwahrnehmung. Auch wenn auf diese Weise ein Drehpunkt eingenommen wird, der natürlicherweise einem kindlichen Entwicklungsstand entspricht, wird der Betroffene nur bedingt zu einem Kind. Zum einen dadurch, daß verschiedene Entwicklungs-

<sup>129</sup> Gewisse Ähnlichkeiten im Erleben und Verhalten von Kindern, indigenen Kulturen und psychisch Erkrankten sind seit Freud immer wieder Thema in der psychologischen Literatur. (vgl. z.B. Sechehaye, 1992, S. 218 ff)

bereiche *deformiert* sind, also in ihrem Ausdruck nicht einem natürlichen Noch-Nicht-Entwickelt-Sein entsprechen. Zum anderen entspricht der Entwicklungsstand anderer Linien durchaus dem tatsächlichen Alter, wodurch eine starke Heterogenität entsteht: Ein Schizophrener mit der Selbstidentifikation auf der Stufe eines Babys kann trotzdem sprechen wie ein Erwachsener – auch wenn er es vielleicht aufgrund der Deformation / Stagnation / Regression seines Selbstes verweigert. Jedoch spiegelt sich die Entwicklungsebene, mit der sich das Selbst gerade identifiziert, auf unterschiedlichste Weise in der Persönlichkeit, z.B. in der Art der moralischen Ansichten, der Fähigkeit zu Impulskontrolle, Selbstreflexion etc. und bestimmt damit nicht unwesentlich den Charakter der möglichen Kommunikation. *Für den Therapeuten bedeutet dies, daß er umso leichter Zugang zum Klienten findet, umso mehr er die Störungsebene in der Art seiner Kontaktaufnahme berücksichtigt.* Dies kann in der Praxis im Extremfall dahin führen, die Gesetze der kindlichen Kommunikation (z.B. Anrede in der dritten Person, sprachliche Bilder, starke emotionale Bezüge) anzuwenden – doch ansonsten die Komplexität einer erwachsenen Sprache beizubehalten.

Da das Kleinkind aufgrund eines erst mangelhaft ausgebildeten frontalen Selbstes (ICH) pathogenen Einwirkungen besonders schutzlos preisgegeben ist, dürften traumatisch bedingte Erkrankungen m.E. vor allem die frühen, präpersonalen Ebenen bestimmen. Die Störungen der personalen Ebenen dagegen werden – posttraumatische Belastungsstörungen einmal ausgenommen – aufgrund des schon stabileren ICHs und der speziellen Entwicklungsaufgaben auf diesen Ebenen vorrangig durch psychische Lerndefizite geprägt. In der Nachfolge traumatischer Erfahrungen kann es allerdings auf allen Ebenen zu Fehlern kommen: Die durch die Erfahrung erzeugten negativen Bewertungen und Erwartungen können zur – bewußten oder unbewußten – Motivation für dysfunktionales Verhalten sich selbst und anderen gegenüber werden, welches durch Wiederholung in ähnlichen Situationen immer stärker konditioniert wird. Die hier vorgelegte grobe Einteilung ist insofern von Nutzen, da sie eine erste Auskunft darüber gibt, ob der Schwerpunkt einer Therapie mehr auf der Integration traumatischer Erfahrungen oder im Konditionieren bzw. Um- und Neulernen liegen sollte.

Die Deformierung der Entwicklung durch pathogene Einwirkungen beeinträchtigt besonders auf späteren Entwicklungsebenen, wenn das Selbst-System sich schon in Selbstlinien, Subpersönlichkeiten etc. differenziert hat, nicht notwendigerweise das gesamte Bewußtsein. So kann die Abwehr von emotionalen Impulsen durch eine rigide Erziehung zur Stagnation der emotionalen Entwicklung führen, während die Entwicklung anderer Selbstanteile wie bsw. der kognitiven Entwicklungslinie durch die soziale Umwelt eventuell sogar gefördert wird. Der deformierte oder stagnierende Anteil äußert sich durch – dem gestörten Bereich entsprechende – *Symptome*, der noch gesunde Anteil des Selbst-Systems durch *Abwehrmechanismen*. Wilber sieht die Abwehrmechanismen als psychisches Immunsystem, geschaffen, um die Integrität der Person zu wahren. Es wird zu einer »Autoimmunstörung«, wenn es anfängt, Teile des eigenen Selbst, von denen es meint, daß sie zu schmerzlich oder bedrohlich sind, zu bekämpfen, zu verleugnen oder zu verdrängen. Durch die ständig größer werdende Entfernung zwischen beiden kommt es zu einem inneren Konflikt, der die Energien des gesunden Persönlichkeitsanteils in der Abwehr bindet und damit seine Weiterentwicklung behindert.<sup>130</sup> Wilber spricht es nicht so deutlich aus, doch dürfte der Zeitpunkt des Ausbruchs einer psychischen Krankheit genau der Moment sein, an dem die Spannungen zwischen stagnierenden und sich weiterentwickelnden Linien (bzw. Subpersönlichkeiten) so groß wird, daß der Konflikt vom Individuum nicht mehr intrapsychisch reguliert werden kann, wodurch es zur (heilsamen) *Krise* bzw. zur *Dekompensation* in die Krankheit kommt.

Da sich Quadranten und Entwicklungslinien gegenseitig beeinflussen, sind sehr komplexe Störungsbilder und Komorbiditäten möglich, die alle wichtigen Entwicklungsbereiche wie die körperliche, emotionale, kognitive, soziale oder spirituelle Entwicklung umfassen können. Durch die Korrespondenz der Entwicklungslinien untereinander kommt es zu Auswirkungen, die oft weit über das Bewußtsein des Individuums hinausreichen. So führt z.B. eine gestörte emotionale Entwicklung ...

<sup>130</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 204, 211 ff, 223; Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 27

- a) in der Folge im individuell-inneren Quadranten zu falschen Selbstkognitionen („Ich bin nichts wert!“) und damit zu Störungen in der Entwicklung der nachfolgenden Ebenen des Selbst.
  - b) im individuell-äußeren Quadranten zu Veränderungen in der Hormonproduktion und zu unangemessenem Verhalten (z.B. Alkoholmißbrauch)
  - c) im kollektiv-äußeren Quadranten zu sozialen Konsequenzen (z.B. Arbeitsplatzverlust etc.)
  - d) im kollektiv-inneren Quadranten zu gestörten sozialen Beziehungen<sup>131</sup>, was sich als Vereinsamung, Scheidung etc. ausdrücken kann.
- Dieses Beispiel mag verdeutlichen, daß auch jeder andere Quadrant der Ausgangspunkt der Störung (bzw. Teil eines multifaktoriellen Ursachenbündels) sein könnte: der Arbeitsplatzverlust, die veränderte Hormonproduktion, die Alkoholsucht oder auch die gestörten sozialen Beziehungen.<sup>132</sup>

<sup>131</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 131

<sup>132</sup> Da die Quadranten heterarchische Aspekte eines Holons sind, scheinen von Quadrant zu Quadrant – also auf einer Ebene – rekursiv-kreisförmige Ursache-Wirkungs-Beziehungen möglich zu sein, wie sie die Systemtheorie beschreibt, im Gegensatz zu den linearen Kausalketten auf den hierarchisch gestaffelten Ebenen. Doch kennt auch die Systemtheorie den Umschlag (Phasenübergang) in völlig neue Zustände, nämlich dann, wenn sich die minimalen Abweichungen (Iterationen) in den sich selbsterhaltenden Prozessen (Homöostase) genügend summiert haben: Wenn die Füchse es einmal schaffen, alle Hasen zu erlegen, ist das Gleichgewicht dahin ... Viele Systemtheoretiker übersehen aber, daß diese veränderten Zustände / Prozesse nicht nur quantitativ sind, sondern auch die Emergenz völlig neuer Qualitäten beinhalten können und daß es eine Komplexitätszunahme über die Zeit gibt. Deshalb ist ihnen meist sowohl der Evolutionsbegriff als auch eine sich daraus ableitende Bewertung fremd. Doch ergibt sich daraus, daß sich zirkuläre (systemtheoretische) und lineare (evolutionäre) Kausalität nicht ausschließen, sondern ergänzen können. In der Praxis äußert sich das bsw. als aufrechterhaltende Mechanismen psychischer Störungen, die z.B. bei ihrer Unterbrechung durch eine Psychotherapie dazu führen können, daß die Person / das familiäre System eine neue Entwicklungsebene erreicht.

Weil individuelle und kollektive Quadranten untrennbar miteinander verbunden sind und wechselwirken, ist jede Pathologie des Selbst grundsätzlich auch eine Störung des Austausches in Beziehung mit Anderen, also mit den kollektiven Quadranten.<sup>133</sup> Nachfolgend einige Beispiele für die Auswirkungen einer gestörten psychischen Entwicklung in den einzelnen Quadranten:

	<i>innen</i>	<i>außen</i>
<i>individuell</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verzerrte Körperwahrnehmung (<i>Undifferenziertheit, Selbstablehnung, Körperkult, Transidentität</i>)</li> <li>• emotionale Störungen (<i>Depressionen, Alexithymie etc.</i>)</li> <li>• verzerrte Kognitionen (<i>Zwangsgedanken, Wahn, irrationale Überzeugungen etc.</i>)</li> <li>• verzerrte Selbstwahrnehmung (<i>Depersonalisation, multiple PSK</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperstörungen (<i>Stagnation der körperl. Entwicklung, cerebrale Dysfunktionen, psychosomatische Erkrankungen, sexuelle Funktionsstörungen etc.</i>)</li> <li>• individuelle Verhaltensstörungen (<i>Zwangshandlungen, Enuresis, Sucht, Essstörungen, Selbstverletzung, Schlafstörungen, Somnambulismus, Tics, Hyperaktivität etc.</i>)</li> </ul>
<i>kollektiv</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sozioemotionale Störungen (<i>Beziehungs- und Liebesunfähigkeit, emot. Unbeständigkeit etc.</i>)</li> <li>• verzerrte Umweltwahrnehmung (<i>Derealisation, Beziehungswahn, Halluzinationen, Flashbacks etc.</i>)</li> <li>• verzerrte Weltsicht, Moral, Werte,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• soziale Verhaltensstörungen (<i>Dissozialität, Selbstisolation etc.</i>)</li> <li>• Kommunikationsstörungen (<i>Sprachstörungen u.a.</i>)</li> <li>• Störungen des Sexualverhaltens &amp; sexuelle Devianzen (<i>Sadismus, Fetischismus etc.</i>)</li> </ul>

Abb. 1.18: Störungsarten und Einzelsymptome in den Quadranten

Die Praxis zeigt allerdings, daß der soziale Aspekt bei den frühen Störungen bis D-2 (Psychosen und Persönlichkeitsstörungen) wesentlich stärker wahrgenommen wird. Eine Erklärung mag sein, daß das Selbst-System sich noch nicht so stark von der Umwelt differenziert hat und die psychischen Kontrollfunktionen (Abwehr) noch nicht so weit entwickelt sind, als daß der Konflikt primär intrapersonell ausgetragen werden könnte. Außerdem sind diese Entwicklungsphasen in besonderem Maße von der Befriedigung existentieller Bedürfnisse durch die soziale Umwelt geprägt, was sich im Falle einer Beeinträchtigung in deformierter Weise auch in der Erkrankung fortsetzt.

<sup>133</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 138

## 1.3 DETAILLIERTE BETRACHTUNG DER ENTWICKLUNGSEBENEN DES SELBSTES UND DER MÖGLICHEN ENTWICKLUNGSSTÖRUNGEN

Im folgenden gebe ich eine detaillierte Übersicht über die Entwicklung des Selbstes durch die Ebenen sowie die dabei möglichen Pathologien, die entstehen, wenn Differenzierung oder Integration nicht gelingen.<sup>134</sup>

Die angegebenen Altersstufen sind als derzeitige Durchschnittswerte zu begreifen, mit möglichen Abweichungen nach unten und oben. Die Beschleunigung auch der psychischen Individualentwicklung (psychische Akzeleration), die vor allem durch die erhöhten Anforderungen einer immer komplexer werdenden Umwelt an den Einzelnen ausgelöst werden, legen nahe, daß es in einigen Jahrzehnten notwendig sein könnte, diese Angaben besonders bei den mittleren und späten Entwicklungsebenen nach unten zu korrigieren.

### 1.3.1 Die präpersonale Entwicklung und ihre Störungen

Wilber bezieht sich bei der Charakterisierung der frühen Drehpunkte 1 bis 3 vor allem auf die aktuelle psychoanalytische Forschung (z.B. M. Mahler, O. Kernberg, Blanck & Blanck, J. Gedo, M. Masterson u.a.). Lediglich bei der Beschreibung des Drehpunktes 0 (prä- und perinatale Phasen) greift er auf die Arbeiten von S. Grof zurück, der sich aufbauend auf den Erkenntnissen O. Ranks intensiv mit der Entstehung von Schizophrenie im Zusammenhang mit traumatischen Erfahrungen vor und während der Geburt beschäftigt hat.<sup>135</sup>

<sup>134</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 109-127; Wilber, 1997, S. 207-256; Wilber et al, 1988, S. 117-166

<sup>135</sup> Wilber ist sich bewußt, daß Forscher wie Arthur Janov und Stanislav Grof teilweise umstritten sind, ist jedoch der Meinung, daß man ihre Erkenntnisse nicht ignorieren dürfe. (vgl. Wilber, 2001a, S. 114) An verschiedenen anderen Stellen setzt er sich ausführlich kritisch mit Grof auseinander. (z.B. Wilber, 2000, Kap. 7)

## DREHPUNKT 0: Entwicklung im und Lösung vom Mutterleib

Die Zeit vor der Geburt des Menschen ist schwerpunktmäßig durch das physische Wachstum vom Zellhaufen über die Organbildung zum reifen Fötus gekennzeichnet. Doch parallel entwickeln sich die ersten Fähigkeiten des Bewußtseins, wie protoplasmische Reizbarkeit, Körperempfindungen und Sinneswahrnehmungen, z.B. die Wahrnehmung von Geräuschen, Helligkeit, Druck, Wärme etc.

Das Ungeborene durchläuft nach Stanislav Grof in dieser Zeit 4 deutlich unterscheidbare Phasen, die er *perinatale Grundmatrizen* nennt<sup>136</sup>:

- a) *symbiotische Einheit*: grenzenlose Geborgenheit, völlige Undifferenziertheit; dauert von der Empfängnis bis zum Beginn einer deutlichen Enge für den inzwischen gewachsenen Embryo
- b) *Einengung*, gekennzeichnet durch Gebärmutter spasmen, wodurch Empfindungen der Stagnation, Ausweglosigkeit und Angst hervorgerufen werden
- c) *Austreibung* als Fortbewegung durch den Geburtskanal, gekennzeichnet vom Überlebenskampf des Fötus, mit extremer Lust-Schmerz-Kopplung
- d) *Austritt*, gekennzeichnet durch plötzliche Befreiung und Trennung von der Mutter

Die Art der Bewältigung dieser Phasen führt zu grundlegenden Prägungen des Menschen, die einen fundamentalen Einfluß darauf haben, wie er alle spätere Erfahrungen erlebt und (emotional) bewertet. Am bekanntesten ist in diesem Zusammenhang das Maß an sogenanntem »Urvertrauen«. Während die klassische Medizin den Menschen durchaus zugesteht, daß schwere körperliche Erkrankungen im Erwachsenenalter mit starken psychischen Beeinträchtigungen einhergehen und sie auch den empirisch nachgewiesenen Zusammenhang von Geburtskomplikationen und späteren psychotischen Erkrankungen<sup>137</sup> akzeptiert, werden als Ursache dafür vor allem – weitgehend hypothetisch – minimale zerebrale Dysfunktionen verantwortlich gemacht, der psychische Aspekt

<sup>136</sup> vgl. Grof, 1985, S. 108-124

<sup>137</sup> vgl. Freyberger et al, 2002, S. 87; Ammon, 1971, S. 343

des gestörten Geburtsvorgangs wird jedoch überwiegend ignoriert. Doch erscheint es nur logisch, daß komplizierte Schwangerschaften und Geburten nicht nur mit körperlichen Beeinträchtigungen, sondern auch mit starken psychischen Belastungen einhergehen. Auch wenn der psychische Apparat noch wenig differenziert ist, so ist der Fötus doch in hohem Maße sensibel und gleichzeitig schutzlos. So geht denn Grof davon aus, daß negative Einflüsse und Erfahrungen in den Phasen der Geburt gleichfalls über ihre psychische Wirkung Ursache von Psychosen sein können. Diese lassen sich ihm zufolge nach ihrem Charakter der perinatalen Grundmatrize, in der sie entstanden, zuordnen: Symptome wie somatisch-mystische Verschmelzung mit der Umwelt deuten auf eine nichtgelungene Differenzierung (Phase b und c), messianischer Wahn auf eine gestörte Integration (Phase d) hin. Doch auch leichtere Psychopathologien können aufgrund einer generellen Prägung in dieser Zeit angelegt sein, da diese Prägung wie ein Kristallisationskern wirkt, der sich durch die Zuordnung emotional ähnlich bewerteter Erlebnisse im späteren Leben zu einem Komplex stabiler Wahrnehmungs- Bewertungs- und Reaktionsmuster (COEX-Systeme) verdichtet.<sup>138</sup> So können Involutionen Depressionen und sadomasochistische Devianzen<sup>139</sup> dort ihre Ursache haben, genauso wie ein Grundgefühl „nicht auf diese Welt zu gehören“ oder ein Gefühl genereller Hilflosigkeit.<sup>140</sup>

## DREHPUNKT 1: Das »Ausschlüpfen« des physischen Selbst

In den ersten Monaten lebt das Neugeborene völlig undifferenziert-autistisch in einer »primären Indissoziation«. Im Bereich des Bewußt-

<sup>138</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 157 f; Grof, 1985, S. 249-279; Die COEX-Systeme können analog den Jungschen Komplexen als Konglomerate verdichteter Erfahrungen betrachtet werden.

<sup>139</sup> Viele Sexualpsychologen halten schwere sexuelle Devianzen grundsätzlich für nicht therapierbar und leiten daraus nichtpsychische Ursachen ab. Das ist sicher eine Möglichkeit. Eine andere wäre, daß konventionelle Psychotherapie aufgrund ungeeigneter Interventionsmodi einfach nicht die psychogenen Ursachen erfaßt.

<sup>140</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 662 f

seins stehen ihm nur Sinneswahrnehmungen, Impulse, Protoemotionen in Form von Lust und Unlust und (vom 7. Monat an) erste Bilder zur Verfügung. Die physiologischen Bedürfnisse nach Nahrung, Wärme und Schlaf stehen im Vordergrund. Das Baby hat eine archaische Weltsicht und noch keine Vorstellung von Zeit.<sup>141</sup> Durch sensomotorische Interaktion mit seiner Umwelt beginnt es, sich als sensoriphysisches Selbst zu differenzieren. Es macht z.B. die Erfahrung, daß es eine bestimmte Körperempfindung hat, wenn es in seine Finger, nicht jedoch, wenn es in das Kissen beißt. Dadurch lernt es, den eigenen (gefühlten) Körper von der Umwelt zu unterscheiden. Außerdem begreift es zwischen dem 5. und 9. Monat zum ersten Mal seine körperliche Selbstständigkeit im Verhältnis zu seiner Mutter. Diese Phase des »Ausschlüpfens« als die eigentliche Geburt des physischen Selbst ist mit der Erreichung der physischen Objekt Konstanz zwischen dem 12. und 18. Monat abgeschlossen. Wenn dieser Drehpunkt nicht bewältigt wird, bleibt dem Individuum eine Unsicherheit hinsichtlich seiner körperlichen Grenzen: es weiß nicht, wo sein Körper aufhört und die Umwelt anfängt und lebt daraus folgend in einem Gefühl der A dualität bzw. einer dissoziierten Körperlichkeit bis hin zur Depersonalisation: das Bewußtsein findet keinen Platz im eigenen Körper. In der Folge kommt es zu Verzerrungen der Wirklichkeitswahrnehmung, zu Halluzinationen, Wahn-Projektionen, schweren logischen Denkstörungen, narzißtischen Bezugstäuschungen; die unsagbaren Traumata äußern sich in apokalyptischen Vorstellungen und Sterbephantasien – alles Symptome für eine schizophrene Psychose.<sup>142</sup> Sechehaye sieht in den Äußerungsformen der Psychose einen Indikator dafür, inwieweit es dem Erkrankten gelingt, das ursprüngliche Trauma zu kompensieren: von der Angst, Aggression, Depression und Verwirrtheit beim Wiedererleben des Traumas in symbolisierter Form bis zur seligen Entrückung in eine vortraumatische, autistisch-undifferenzierte Traumwelt. Soziale Beziehungen werden weitestgehend vermieden, aus Angst vor einer Reaktivierung des Traumas bzw.

<sup>141</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 117

<sup>142</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 213 f; Wilber, 1996a, S. 661; Ammon, 1971, S. 338, 383-398

eines äußeren Einbruchs in die Traumwelt.<sup>143</sup> Die zweite Art von Entwicklungsstörungen auf diesem Drehpunkt sind die affektiven Psychosen, die sich insbesondere als schwerste Depressionen und bipolare Störungen äußern. Sie sind Wilber zufolge der Ausdruck nichtgelter Integration.<sup>144</sup>

Aufgrund der rudimentären Struktur seines frontalen Selbstes (ICH) verfügt der Betroffene nach Wilber lediglich über sehr einfache Abwehrmechanismen (z.B. Verschmelzen mit der Umwelt, halluzinatorische Wunscherfüllung, verzerrte Wahrnehmung), um sich gegen Umwelteinflüsse zu verteidigen zu können.<sup>145</sup> Sechehaye beschreibt eine Reihe weiterer Abwehrformen wie vorsymbolisch-magische Teilhabe<sup>146</sup>, radikale Assimilation<sup>147</sup>, Omnipotenz<sup>148</sup> und Animismus<sup>149</sup>, aber auch Projektion, Verschiebung und Verdichtung und führt eine Reihe Beispiele dafür an sowie ihren Einfluß auf das prälogische Denken. All diese Abwehrmechanismen erhalten Sechehaye zufolge jedoch durch die Grundstörungen, als da sind A dualität und Autismus<sup>150</sup>, ihren eigenen Charakter.<sup>151</sup>

In der Literatur ist häufig auf eine gewisse Parallelität in der Weltwahrnehmung und -verarbeitung von Kindern, indigenen Kulturen, Träumenden und Schizophrenen hingewiesen worden, wobei es anderer-

<sup>143</sup> vgl. Sechehaye, 1992, S. 6, 9, 86 ff

<sup>144</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 118

<sup>145</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 112

<sup>146</sup> Symbole und Bilder verweisen nicht auf einen Gegenstand in der Realität, sondern SIND das dargestellte Objekt

<sup>147</sup> ohne Akkomodation, d.h. die totale Anpassung der Realität an das eigene Bewußtsein. Die Realität wird demnach dem eigenen Wissen, den eigenen Emotionen und den eigenen moralischen Vorstellungen entsprechend verzerrt wahrgenommen und interpretiert.

<sup>148</sup> Glaube an die eigenen Allmacht

<sup>149</sup> Glaube, daß unbeseelte Dinge Leben und Absichten haben

<sup>150</sup> sich selbst als den Mittelpunkt des Universums sehen

<sup>151</sup> vgl. Sechehaye, 1992, S. 202-217

seits auch deutliche Unterschiede gibt.<sup>152</sup> Wilber zufolge ist das allen gemeinsame Element, daß das tiefer-psychische Selbst (Seele) die Persönlichkeit dominiert und das frontale Selbst (ICH) nur eine untergeordnete Rolle spielt bzw. (noch) nicht vorhanden ist. Die psychotische Erkrankung hebt sich aber dadurch ab, daß es aufgrund der traumatischen Erfahrungen und der oben beschriebenen Versuche, diese zu bewältigen, zusätzlich zu einer *Deformierung* der Ebene kommt. Das schließt nicht aus, daß sich einzelne Persönlichkeitsbereiche durchaus normal weiterentwickeln bzw. dem durchschnittlichen Stand der sozialen Umwelt entsprechen und damit die Persönlichkeit noch zerrissener erscheinen lassen.

Der Streit um die Ursachen solcher Entwicklungen hält bis heute unvermindert an. Dörner beschreibt detailliert, wie psychische Krankheiten im Zuge der Durchsetzung des naturwissenschaftlichen Weltbildes auf somatische Ursachen eingegrenzt wurden: „Geisteskrankheiten sind Gehirnkrankheiten!“. Damit wurde die Psychiatrie Domäne der Medizin und alle ätiologisch unklaren Psychosen erhielten das Etikett »endogen« als Hinweis darauf, daß auch sie letztendlich auf körperliche Ursachen zurückzuführen seien, die man eines Tages werde nachweisen können.<sup>153</sup> Derzeit werden von medizinischen Kreisen die größten Hoffnungen auf die Neurowissenschaften gesetzt, die detailliert wie nie die Korrelation von Gehirn und Bewußtseinsfunktionen beschreiben, aber in Bezug auf die Ursachen gleichfalls auf die Zukunft vertrösten. Andererseits gibt es viele Vertreter z.B. der dynamischen Psychiatrie und der gemeindenahen Sozialpsychiatrie, die diese These ablehnen. Sie gestehen solcherart erkrankten Menschen sehr wohl eine somatische Vulnerabilität zu, glauben aber nicht daran, daß man ähnlich wie beim Downsyndrom eines Tages z.B. ein Psychose-Gen finden wird. Statt dessen sehen sie die Ursachen viel eher im Zusammenspiel eines biopsychosozialen Faktorenkomplexes. Einer der Faktoren könnte bsw. eine pathologische soziale Umwelt sein, die in Form extremer Vernachlässi-

<sup>152</sup> vgl. Sechehaye, S. 191 ff, 218-223

<sup>153</sup> vgl. Dörner & Plog, 1988, S. 470 ff

gung und Feindseligkeit durch die Mutter bzw. totaler Vereinnahmung oder pathologischer Symbiose<sup>154</sup> dazu führt, daß existentielle Grundbedürfnisse des Babys nicht befriedigt werden, was wiederum eine Stagnation der Selbstentwicklung in frühester Zeit hervorrufen kann. Natürlich können auch Traumata in Form einschneidender Lebensereignisse verhindern, daß das Kind beginnt, sich von der Umwelt zu differenzieren und die Ansätze eines ICHs zu entwickeln bzw. daß es aus Gründen des Selbstschutzes wieder in einen undifferenzierten Zustand regrediert.<sup>155</sup> Da im allgemeinen nicht die gesamte Persönlichkeit betroffen ist, entwickeln sich die anderen Bereiche weiter.<sup>156</sup> Auch wenn sich die Entwicklungsstörung oft schon im Kindesalter durch psychische Auffälligkeiten ausdrückt, kommt sie gemeinhin erst im Jugend- oder frühen Erwachsenenalter zum Ausbruch, wenn durch ein auslösendes Ereignis das sensible Verhältnis zwischen stagnierten und normal entwickelten Selbstanteilen kollabiert. Da der psychotisch Erkrankte lediglich seine Selbstidentifikation auf eine sehr frühe Entwicklungsebene verlagert, ist es möglich, daß er in Bereichen, die nicht mit seinem Trauma assoziiert sind und daher keine emotionale Ladung haben, durchaus auch weiterhin seinem Alter angemessen auf die Realität reagiert.<sup>157</sup> Neben den innerpsychischen Spannungen spielt im äußeren Quadranten sicher auch die Erwartungshaltung seiner Mitmenschen an den inzwischen »Erwachsenen« eine Rolle – Erwartungen, die der Betroffene aufgrund der stagnierten bzw. deformierten Selbstentwicklung nicht erfüllen kann. Während er bisher noch »So-Tun-Als-Ob« konnte, kann er die sozialen Ansprüche, die er als Druck erlebt, nun nicht mehr kompensieren. Vor diesem Hintergrund ist die psychotische Episode auch als ein Versuch der Selbstheilung zu betrachten, um die stagnierten Selbstlinien durch

<sup>154</sup> Feindseligkeit und Vereinnahmung können natürlich in Form der Doppelbindung (Double Bind) auch zusammen auftreten.

<sup>155</sup> Urban sieht in der Entstehung von Psychosen starke Parallelen zur posttraumatischen Belastungsstörung. (vgl. Urban, 2000, S. 405 f)

<sup>156</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 204, 211 ff

<sup>157</sup> vgl. z.B. Sechehaye, 1992, S. 192



ein Wiedererleben des Traumas zur Weiterentwicklung zu bewegen.<sup>158</sup> In den gelungenen Fällen führt dies zu den manchmal zu beobachtenden Spontanremissionen.

Die – durch erfolgreiche Psychotherapie naheliegende – Annahme, daß zumindest ein Teil der Psychosen nicht organischen Ursprungs ist, sondern auch durch frühe traumatische Lebenserfahrungen maßgeblich mitverursacht werden können, rechtfertigt die Suche nach den Gesetzmäßigkeiten einer angemessenen Psychotherapie für diese Störungen.<sup>159</sup>

#### DREHPUNKT 2: Entstehung des emotionalen Selbst

Zu Beginn dieser Phase erfährt sich das Kleinkind zwar schon physisch von seiner Umwelt getrennt, ist phantasmisch-emotional aber noch mit ihr verschmolzen, besonders mit seiner Mutter. „... deshalb glaubt es, daß die Welt fühlt, was es selbst fühlt, daß sie will, was es selbst will, daß sie sieht, was es selbst sieht...“<sup>160</sup> Aufgrund seiner egozentrischen Weltsicht bezieht es das ganze Universum auf sich selbst: „Die Wolken donnern, weil sie auf mich böse sind.“<sup>161</sup> Die vorherige archaische Weltsicht hat es gegen eine magisch-animistische eingetauscht: Da Bilder und Symbole noch nicht deutlich von den dazugehörigen Objekten getrennt sind, meint es, über die Repräsentationen direkten Einfluß auf die Dinge ausüben zu können (Wortmagie) bzw. daß die Umwelt den eigenen Wünschen gehorcht.<sup>162</sup>

Zwischen dem 16. und 25. Monat beginnt das Kind zu erkennen, „... daß es ein getrenntes Selbst in einer getrennten Welt ist. ... (es) erwacht eine echte Empfindung des getrennten Selbst mit allem damit verbun-

<sup>158</sup> vgl. Sechehaye, 1992, S. 6

<sup>159</sup> vgl. z.B. Sechehaye, 1992; Grof 1983 und Grof 1985; Ammon, 1971, S. 327-338, 389; er würdigt hier vor allem die Forschungen von H. S. Sullivan, L. Bellah, P. Federn u.a. (Trotz der Ersterscheinung 1971 war der Artikel offenbar inhaltlich aktuell genug, um 1998 erneut veröffentlicht zu werden.)

<sup>160</sup> Wilber, 1997b, S. 215

<sup>161</sup> Wilber, 1997b, S. 227; vgl. auch Wilber, 1996a, S. 266-269

<sup>162</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 43

denen Jubel und Schrecken.“<sup>163</sup> Das Kind beginnt, seine Gefühlspalette, die vorher nur aus Lust und Unlust bestand, immer stärker zu differenzieren und sich mit dieser individuellen Gefühlswelt zu identifizieren, wodurch sich das emotionale Selbst konsolidiert. Dazu gehört auch die Integration partieller »guter« und »böser« Selbstrepräsentationen sowie partieller »guter« und »böser« Objektrepräsentationen.<sup>164</sup> Die Vorstellungen von sich selbst und anderen sind jetzt überwiegend emotional geprägt. Zeit wird als vergehende Gegenwart wahrgenommen. Mit der Stabilisierung der emotional-libidinösen Objektkonstanz im Alter von 24 – 36 Monaten ist dieser Drehpunkt bewältigt.<sup>165</sup>

Während die erste Lebensphase durch die Befriedigung physischer Bedürfnisse dominiert wurde, liegt beim Drehpunkt 2 der Schwerpunkt auf der Sicherheit der emotionalen Bindung zu den Eltern, insbesondere zur Mutter.<sup>166</sup> Eine Erklärung pathologischer Phänomene in dieser Entwicklungsphase könnte daher am ehesten John Bowlbys Bindungstheorie liefern.

Wenn der Zustand der emotionalen Verschmelzung auf D-2 nicht aufgegeben wird, kommt es zur narzißtischen Persönlichkeitsstörung; andere Personen werden als Verlängerung des eigenen emotionalen Selbst betrachtet und benutzt. Die zentrale Vorstellung eines solcherart Erkrankten besteht in der Einheit seines grandiosen Selbst mit allmächtigen Objekten (projektive Identifikation). Alle Objekte, die nicht bereit sind, ihm seine Grandiosität zu spiegeln, werden entwertet, abgespalten

<sup>163</sup> Wilber, 1997b, S. 216

<sup>164</sup> Die psychoanalytische Entwicklungspsychologie meint mit »Objekt« in erster Linie nahe Bezugspersonen und keine physikalischen Objekte. Eine Objektrepräsentation ist in diesem Sinne also eine emotionale, bildliche oder sprachliche innere Vorstellung/Abbildung eines Menschen; Objektkonstanz beschreibt eine dauerhafte innere Bindung an einen solchen Menschen, auch in Zeiten seiner Abwesenheit.

<sup>165</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 117, Wilber, 1996a, S. 661

<sup>166</sup> So kann z.B. erklärt werden, warum das Baby in den ersten Wochen nicht wählerisch ist hinsichtlich der Person, die seine Bedürfnisse stillt, jedoch ab dem 6. Monat klare Personenunterscheidungen trifft. (vgl. Oerter & Montada, 1987, S. 192-197)

oder verleugnet. Weitere Abwehrmechanismen auf dieser Ebene sind Idealisierung und Ausagieren.<sup>167</sup> Es ist anzunehmen, daß diese Störung insbesondere aus einer Überbehütung und Vereinnahmung des Kindes durch die Mutter erwachsen kann, wodurch eine pathologische Symbiose entsteht, doch sind auch andere pathogene Einflüsse möglich.

Als zweite Möglichkeit hat der Differenzierungsprozeß begonnen, ist aber nicht beendet und integriert worden. In diesem Falle kommt es zu einer Dissoziation, die sich als Borderline-Störung äußert: andere Menschen durchbrechen ständig die Grenzen des äußerst fragilen ICHs. Da der Betroffene noch nicht über höhere Abwehrmechanismen verfügt, muß er auf primitive Formen wie Leugnung, Abspaltung, Projektion und Introjektion zurückgreifen – zu Abwehrleistungen wie Verdrängung ist dieses rudimentäre Selbst noch nicht fähig. Die Unfähigkeit, bei sich selbst und anderen sowohl positive als auch negative Eigenschaften gleichzeitig zu akzeptieren, führt zu der typischen Spaltung von sich selbst in ein hilfloses, »braves« und in ein »böses« Partialselbst. GleichermäÙen wird die Welt in korrespondierende »vollkommen gute« und »vollkommen schlechte« Objekte eingeteilt, um ein möglichst sauberes Schwarz-Weiß-Bild zu erhalten. Zwischen diesen Polen schwankt der Borderliner in Willfährigkeit oder Rachsucht beständig hin und her.<sup>168</sup> Die Ursachen für solche Reaktionen können am ehesten in einem ablehnenden oder ambivalenten Verhalten der Bezugspersonen gefunden werden – bei gleichzeitiger Sehnsucht des Kindes nach stabiler emotionaler Nähe. Weiterhin können auch traumatische Einzelerlebnisse für die Auslösung einer Borderline-Störung infrage kommen. Aufgrund der präverbalen Speicherung von Erfahrungen in dieser und früheren Entwicklungsphasen läuft jedoch eine mentale Rekonstruktion von Ereignissen immer Gefahr, eine Pseudoerinnerung zu sein, so daß sich lediglich die emotionale Wirkung einigermaßen zweifelsfrei nachweisen läßt.

Kernberg verwendet an verschiedenen Stellen Borderline als Synonym für *Persönlichkeitsstörungen* allgemein, oftmals in Verbindung mit ver-

<sup>167</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 118 ff

<sup>168</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 661; Wilber, 1997b, S. 219; Wilber et al, 1988, S. 101, 120

schiedenen Suchterkrankungen.<sup>169</sup> Aufgrund der hohen Komorbidität verschiedener spezifischer Einzelstörungen (Sucht, Essstörungen, Angst, Depression etc.) mit den Persönlichkeitsstörungen<sup>170</sup> stellt sich die Frage, ob diese nicht die *Ausdrucksart* der gleichen Störungsebene in den verschiedenen Quadranten / Linien sind. So könnte sich eine Persönlichkeitsstörung u.a. sozial als emotionale Instabilität (Borderline), emotional als depressive Symptome und körperlich als Eßstörung äußern.

Um Persönlichkeitsstörungen deutlich von anderen Störungsebenen abgrenzen zu können, seien hier die Kriterien genannt: Von den Psychosen unterscheiden sie sich dadurch, daß die Realitätskontrolle erhalten bleibt bzw. schnell wieder herstellbar ist. Von den neurotischen Störungen sind sie durch die starken Schwankungen der neurotischen Symptome in Intensität und Ausgestaltung abgrenzbar, auch durch die mangelnde Krankheitseinsicht (ich-synton)<sup>171</sup> sowie dadurch, daß sie gleichermaßen die gesamte Persönlichkeit und die sozialen Beziehungen prägen. Doch ist der Gedanke naheliegend, daß erst mit der klaren Herausbildung eines frontalen Selbstes (ICH) überhaupt die Alternative besteht, ob sich eine Psychopathologie eher als soziale oder als selbstbezogene Störung äußert. Hier könnte auch die Schwelle für die Ich-Dystonie liegen: Erst wenn das Individuum sich klar von der Umwelt differenziert hat, kann es durch den Vergleich mit der Umwelt das eigene Verhalten als »unnormale« wahrnehmen und dadurch zu einer Krankheitseinsicht gelangen.

### DREHPUNKT 3: Entstehung des mental-begrifflichen Selbst (Selbst-Konzept)

Auf der kognitiven Entwicklungslinie hat das Kind in den letzten 3 Jahren gelernt, mit der inneren Repräsentation der Welt in Form von Bil-

<sup>169</sup> z.B. Kernberg, 1988, S. 38; Wilber et al, 1988, S. 111; Für Freyberger et al (2002, S. 79, S. 186) ist stofflicher Mißbrauch überwiegend eine *Folge* der Persönlichkeitsstörungen, Casriel sieht es umgekehrt: dissoziales Verhalten ist für ihn Folge von Beschaffungskriminalität und Verheimlichungszwang (vgl. Casriel, 1995, S. 49, 152).

<sup>170</sup> vgl. z.B. Reinecker, 1998, S. 265

<sup>171</sup> vgl. Reinecker, 1998, S. 252, S. 256 f

dem umzugehen. Weiterhin beherrscht es die ersten Symbole, kann also den Dingen Namen zuordnen. Doch mit zunehmender Sprachentwicklung und dem Einsetzen des konzeptuell-präoperationalen Denkens wächst seine Fähigkeit zur Abstraktion weiter: es beginnt, auch die nichtmaterielle Welt mit Symbolen zu bezeichnen und wird fähig, eine Serie von Ereignissen darzustellen, was zu einer linearen Zeitvorstellung führt. Es kann über die Vergangenheit reflektieren (und z.B. Reue empfinden), für die Zukunft planen (und sich Sorgen darüber machen). Ab ca. dem 5. Lebensjahr kann es Symbole (Wörter) zu Begriffen (Kategorien) zusammenfassen. Es weiß jetzt also nicht nur, daß sein »Fiffi« ein Hund ist, sondern daß alle Tiere, die ungefähr genauso groß sind und »wau wau« machen, Hunde sind.<sup>172</sup> „Durch Sprache, Grammatik und Syntax verinnerlicht es eine bestimmte Beschreibung der Welt, die es als Wirklichkeit zu bezeichnen lernt.“<sup>173</sup> Nachdem es die Physiosphäre und die Biosphäre gemeistert hat, betritt es damit die Noosphäre.

Während das Kind sich auf den letzten Drehpunkten von der äußeren Umwelt differenziert hatte, waren der emotionale und kognitive Bereich innerhalb seines Bewußtseins noch nicht voneinander geschieden. Mit der Fähigkeit zur Begriffsbildung kann das Kind zum ersten Mal ein komplexes kognitives Selbst-Konzept entwickeln, das weit über das Wissen um den eigenen Namen hinausgeht und sich anschließend mit diesem identifizieren. Damit hat sich das mental-begriffliche Selbst vom emotionalen Bereich differenziert und kann diesen als distales Selbst (Es) integrieren, womit die Fähigkeit einhergeht, Gefühle und Körper mental zu beherrschen.

Das Kind kann aufgrund von Reaktionen aus der Umwelt auch eine interne moralische Instanz (Über-Ich) aufbauen.<sup>174</sup> Außerdem erkennt es, daß es seine Umwelt nicht magisch ordnen kann, weshalb es sie mit vielen unsichtbaren Mächten in Form von Feen, Göttern und Dämonen bevölkert, die, wenn man nur richtig mit ihnen verhandelt, fähig sind,

<sup>172</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 45 f; Wilber, 1997b, S. 220

<sup>173</sup> Wilber, 2001b, S. 44

<sup>174</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 122

die Welt im eigenen Sinne zu verändern: „Wenn ich meine Suppe aufesse, wird die liebe Kraft meine Zahnschmerzen verschwinden lassen.“<sup>175</sup> Damit ist die mythische Weltsicht geboren, immer noch sehr egozentrisch und begleitet von einer präkonventionellen Moral, die auf Gehorsam und Strafe beruht. Bei einem störungsfreien Verlauf ist diese Entwicklung ungefähr mit der Erreichung des 6./7. Lebensjahres abgeschlossen.

Abhängig von äußeren Einflüssen, besonders vom belohnenden und strafenden Verhalten seiner Bezugspersonen, welches im Über-Ich seinen Niederschlag gefunden hat, ist das Kind nicht nur fähig, seine körperlichen Bedürfnisse, Impulse und Gefühle zu beherrschen, sondern diese – vorrangig die unerwünschten sexuellen und aggressiven – auch in pathologischer Weise zu unterdrücken und zu verdrängen. Statt zur Integration des emotionalen Selbst kommt es zu einer Dissoziation in Form der klassischen Psychoneurose: Die verdrängten Bedürfnisse, Impulse und Gefühle äußern sich als neurotische Symptome verschiedenster Art (Angstneurose, Zwangsneurose, Phobie, neurotische Depression, Hypochondrie, exzessive Schuldgefühle etc.).<sup>176</sup> Das begriffliche Selbst hat aber auch die Möglichkeit, seine unterdrückten Bedürfnisse und Gefühle völlig in den Körper zu verlagern: es kommt zur psychosomatischen Erkrankung – um den Gewinn eines weitgehend angepaßten emotionalen und kognitiven Funktionierens. Wenn das Selbst jedoch schon bei der vorher stattfindenden Differenzierung versagt, kommt es zur Ausbildung einer hysterischen Störung: Das begriffliche Selbst ist nicht stark genug, Körper und Gefühl zu beherrschen, so daß es immer wieder von heftigen Impulsen und Gefühlen überschwemmt wird.

Damit spielen sich die möglichen Konflikte zum ersten Mal innerhalb des Individuums ab, wodurch die Störung nicht mehr primär als eine soziale wahrgenommen wird. Wilber beschreibt es unter Benutzung des psychoanalytischen Vokabulars folgendermaßen: „Wo Differenzierung und Integration nicht klar oder vollständig sind, kommt es zum Krieg: Über-Ich gegen Es (Hemmung), Es gegen ICH (Angst, Besessenheit),

<sup>175</sup> Wilber, 1997b, S. 227

<sup>176</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 220 ff; Wilber et al, 1988, S. 121

Über-Ich gegen ICH (Schuld, Depression).<sup>177</sup> Ein auffälliger Unterschied zu den Störungen der vorgenannten Drehpunkte ist, das die neurotischen Störungen ich-dyston sind: Der Betroffene ist sich der Erkrankung bewußt und leidet darunter.

### 1.3.2 Die personale Entwicklung und ihre Störungen

Wenn die Entwicklung durch die vorherigen Drehpunkte ohne größere Störungen verlaufen ist, hat das Kind eine stabile Identität entwickelt, weshalb Wilber die nächsten Drehpunkte die personalen bzw. rationalen nennt. Während die präpersonale Entwicklung des Menschen von der psychoanalytisch fundierten Forschung recht gut untersucht und beschrieben worden ist, stehen diese mittleren Drehpunkte und ihre Pathologien wesentlich weniger im allgemeinen Interesse. Das hat verschiedene Ursachen. Nach dem oben erwähnten Grundsatz „Je früher die Störung der Entwicklung, desto schwerer die Auswirkungen“ mag die geringere Krankheitswertigkeit der Symptome dazu geführt haben, daß diese Erkrankungen in der Öffentlichkeit nicht die ihnen gebührende Aufmerksamkeit erhalten und daß auch die Betroffenen häufiger zur Selbsthilfe greifen. Ein weiterer Grund mag sein, daß die folgenden Pathologien in erster Linie kognitive und keine psychodynamischen sind und insofern der jüngeren Entwicklung der kognitiven Psychologie bedurften, um überhaupt faßbar zu werden. Außerdem muß berücksichtigt werden, daß der Schwerpunkt der Bewußtseinsentwicklung der erwachsenen Bevölkerung in unserer Gesellschaft zur Zeit zwischen Drehpunkt 4 und 5 liegt, mit Abweichungen nach oben und unten.<sup>178</sup> Daraus folgen meines Erachtens mehrere Dinge: Wenn die Selbstentwicklung eines Menschen bei D-4 stagniert, vertritt er damit durchaus noch einen gesellschaftlich akzeptierten Bewußtseinsstand, wird also, solange die Deformation der Ebene in Form von Symptomen nicht stark genug

<sup>177</sup> Wilber et al, 1988, S. 122 f

<sup>178</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 66 ff; in Zahlen weltweit: D-4 40%, D-5 30%, spätes D-5 10%, D-6 und darüber 1% der Weltbevölkerung (Wilber, 2001a, S. 66 ff)

ist, kaum in Konflikt mit seiner sozialen Umwelt geraten. Weiterhin nimmt, wie eingangs beschrieben wurde, die Anzahl der Holone mit zunehmender Tiefe ab, d.h. es gibt immer weniger Menschen, die die höheren Ebenen des Bewußtseins realisiert haben. Damit wird einerseits die Spanne derer, die auf diesen Ebenen Entwicklungsstörungen erleiden, immer kleiner, andererseits auch die Anzahl derer, die sie diagnostizieren und behandeln können, da es einen vergleichbaren Entwicklungsstand auf Seiten der professionellen Helfer erfordert, der oftmals nicht gegeben ist. So werden heute noch personale Pathologien überwiegend behandelt, als ob sie präpersonalen Ursprungs wären – mit zweifelhaftem Erfolg.

Wilbers Beschreibung der Drehpunkte 4 bis 5 beruht auf den Erkenntnissen verschiedener kognitiver Schulen (E. Berne, A. Ellis, A. Beck, G. Kelly, R. Selman, G. Mead, A. Bandura, P. Watzlawick etc.). Für den Drehpunkt 6 beruft er sich vorrangig auf humanistische und existentialistische Ansätze (C. Rogers, F. Perls, K. Jaspers, M. Boss, L. Binswanger, R. May, I. Yalom u.a.).

#### DREHPUNKT 4: Entwicklung des Regel/Rollen-Selbst (Persona)

Mit der Entwicklung des konkret-operationalen Denkens ungefähr im 7. Lebensjahr wird das Kind fähig, geistige Regeln und Rollen nicht nur zu imitieren, sondern wirklich zu übernehmen. Diese Rollen (die den oben besprochenen Subpersönlichkeiten entsprechen) sind durch soziales Lernen erworben und deutlich voneinander abgegrenzt, mithin nicht mehr auf libidinöse Dimensionen reduzierbar.<sup>179</sup> Das Kind lernt auch, sich in andere Menschen hineinzusetzen (Dezentrierung), wodurch es seine bisherige egozentrische Haltung zugunsten einer sozientrischen aufgeben kann, eine Haltung, die vorerst aber nur die Mitglieder seiner eigenen Familie, später auch die seiner sozialen Gruppe, Nation bzw. Religion umfaßt. So ist es nun also sein Wunsch, seinen Platz und seine Rolle im sozialen Gefüge zu finden (Maslow: Bedürfnis nach Zugehörigkeit) und die Regeln desselben zu verstehen – und es ist seine größte Angst, sein Gesicht oder seine Rolle zu verlieren bzw. die Regeln von »erwünscht« und »unerwünscht« zu brechen. Seine moralischen

<sup>179</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 142

Vorstellungen wandeln sich vom präkonventionellen zum konventionellen: Durch die Einsicht in soziale Regeln wird das Kind auf eine noch sehr wörtliche, konformistische Weise fähig, Recht und Ordnung zu akzeptieren. Seine Weltsicht ist immer noch eine mythische, die erst gegen Ende der Phase von einer mythisch-rationalen abgelöst wird. Die Entwicklung des Regel/Rollen-Selbst ist zwischen dem 12. und 15. Lebensjahr abgeschlossen.<sup>180</sup> Für viele Menschen auch in unserer Gesellschaft endet damit allerdings die qualitative Entwicklung (Transformation) des Selbst, wie weiter oben angedeutet wurde, so daß es lediglich zu einer quantitativen Weiterentwicklung (Translation) in Form der weiteren Aneignung von Wissen und Fähigkeiten kommt.

Störungen in dieser Phase der Entwicklung, z.B. durch falsche Vorbilder innerhalb der Familie (Rollenkonfusion, Abwertung sowie anderen Formen negativer Kommunikation und Information), führen zu Skriptpathologien: Das Kind übernimmt aus seiner Umwelt dysfunktionale Geschichten, Skripte und Mythen, oft in Form von entstellten, herabsetzenden und unfairen Vorstellungen über sich und andere. Es identifiziert sich so sehr mit ihnen, daß sie zu »transparenten Überzeugungen« werden, die unhinterfragt bleiben. So glaubt das Kind z.B., daß Mädchen weniger wert sind, weil es nie etwas anderes gehört hat – und handelt dementsprechend. Und wenn es nur oft genug hört, daß aus ihm „nie etwas werden würde...“, glaubt es auch das irgendwann und gibt jede Anstrengung auf.<sup>181</sup> Wilber schreibt dazu: „... die kognitiven Schemata, Konfigurationen oder Regeln eines Individuums sind eine wichtige Determinante seiner Gefühle und Handlungen. Verworrene, verzerrte oder selbsteinengende Regeln können sich in klinischen Symptomen manifestieren, umgekehrt kann »ein Patient sich durch psychologische Therapie seiner Verzerrungen bewußt werden«, und »Korrekturen dieser falschen, dysfunktionalen Konstrukte können zu klinischer Besserung führen«.<sup>182</sup>

<sup>180</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 124 f; Wilber, 1997b, S. 228 f

<sup>181</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 115 f; Wilber, 1996a, S. 281

<sup>182</sup> Wilber et al, 1988, S. 143, mit Bezug auf A. Beck

Die Rollenpathologie im besonderen wurde ausführlich von der Transaktionsanalyse und verschiedenen Familientherapeuten beschrieben. Das Individuum kommuniziert aus einer Rolle heraus, die dem Kommunikationsgegenstand nicht angemessen ist, verwechselt also die Rollen bzw. grenzt sie nicht genügend voneinander ab (z.B. Erwachsenen- und Kind-Persona), was auch als Rollenkonfusion bezeichnet wird. Die zentrale Abwehr dahinter ist die doppelte Transaktion: in einem mehrdeutigen Verhalten werden verdeckte Absichten transportiert, die das Individuum jedoch konsequent abstreitet – bis hin zur Dissoziation. So will es beispielsweise nicht wahrhaben, daß hinter seiner Hilfsbereitschaft einem anderen gegenüber eigentlich der Wunsch nach Anerkennung oder Nähe steckt.<sup>183</sup> Ein anderes Syndrom, das durch die Dissoziation verschiedener Rollen entsteht, ist die Rollendominanz, die auftritt, wenn eine Rolle alle anderen verdrängt. Dies äußert sich in unserer arbeitsorientierten Gesellschaft bsw. häufig als übersteigerte Berufsidentifikation: Die Subpersona »Beruf« dominiert selbst in außerberuflichen Situationen den Menschen und führt so zu Störungen des Soziallebens und anderer Lebensbereiche.

#### DREHPUNKT 5: Entwicklung des reifen Egos

Im allgemeinen Sprachgebrauch werden Ego und egozentrisch oft gleichgesetzt. Wilber bezeichnet mit Ego das reife Subjekt, das frontale Selbst auf dem Höhepunkt seiner Entwicklung, „... ein rationales, individuiertes ICH, das von seiner Außenwelt, von seinen sozialen Rollen und von seiner biosphärischen Grundlage differenziert ist“. Doch ist dieses reife Ego aufgrund seiner Fähigkeit zur Dezentrierung stärker als auf allen Ebenen vorher in der Lage, andere Menschen in seinen Entscheidungen zu berücksichtigen.<sup>184</sup>

Dieser Drehpunkt ist stark mit der Entwicklung des formal-operationalen Denkens ab dem 12. Lebensjahr assoziiert und sollte sich mit dem 21.

<sup>183</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 125

<sup>184</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 284 ff; Man erinnere, daß je weiter sich das Selbst differenziert und je stärker das ICH wird, desto geringer ist das Maß der Egozentrik.

Lebensjahr konsolidiert haben. Das Individuum kann nun über sich selbst und sein Denken reflektieren (Introspektion). Damit wird es fähig, auch die Regeln und Rollen zu bewerten, die es vorher von seiner Umwelt unhinterfragt übernommen hat. Das führt konsequent zur Frage nach der eigenen Individualität: „Wer bin ich eigentlich jenseits meiner mir von den Eltern und der Gesellschaft zugeordneten Rollen?“ Die Selbstachtung wird wichtiger als das Bedürfnis nach Zugehörigkeit. Gleichzeitig wird der Jugendliche zum ersten Mal zu echten Utopien fähig: Er kann sich eine völlig andere Welt als die gerade existierende vorstellen, er kann die Frage stellen: „Was wäre wenn ...?“<sup>185</sup> Weiterhin entwickelt er eine postkonventionelle Moral, indem er nicht mehr in Buchstabengläubigkeit den Regeln seiner Gruppe folgt, sondern seine Urteile aus seiner eigenen Vernunft und seinem individuellen Gewissen begründet, abhängig von seinen erworbenen Werten wie Mitgefühl, Wahrheit und Gerechtigkeit. Indem er erkennt, daß seine Gruppe nicht die einzige Gruppe und seine Ideologie nicht die einzige Ideologie auf der Erde ist – also anfängt, seine eigene Perspektive zu relativieren – verändert er seine Haltung vom sozio- zum weltzentrischen. Seine reifste Ausprägung findet diese Haltung in einem wertfreien Multikulturalismus, der allen Menschen, unabhängig von Rasse, Geschlecht oder Glaubensbekenntnis, die gleiche Achtung und gleiche Rechte einräumt.<sup>186</sup> Philosophische Probleme sind ein integraler Bestandteil der Entwicklung in dieser Phase. Das Denken auf dieser Ebene kann Gesetze, innere Muster und Wechselwirkungen zwischen den Teilen eines Systems erkennen, ist also zum erstenmal fähig, sich über die rein phänomenologische Wahrnehmung der konkreten Welt zu erheben und in

<sup>185</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 243 f

<sup>186</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 246 f; Wilber ist sich sehr genau des immanenten Widerspruches dieser Haltung bewußt: Auch wenn die Forderung seit der französischen Revolution (»Freiheit! Gleichheit! Brüderlichkeit!«) Teil des modernen Denkens ist, ist eine wertfreie Haltung etwas sehr elitäres – und damit alles andere als wertfrei! Nach Wilber erreichen nur 10% der Bevölkerung in den Industrienationen diese Ebene. (vgl. Wilber, 2001a, S. 66 ff)

Beziehungen zu denken (ökologisches Bewußtsein). Jedoch ist es immer noch linear und dichotomisierend: gut oder schlecht; entweder-oder; etwas, was so ist, ist so und kann nicht anders sein! Seinen typischen Ausdruck findet diese Phase im Sturm und Drang der Pubertät, in der Rebellion und dem Wunsch nach Weltveränderung der Jugend.<sup>187</sup> Die Werte und Regeln aller Autoritäten – von den Eltern bis zur Gesellschaft – werden häufig in einer egozentrisch anmutenden Opposition radikal infrage gestellt. Das kann bis dahin gehen, daß der Jugendliche sich einer extremen Gruppe politischer oder spiritueller Natur anschließt, die im völligen Kontrast zu dem steht, was er in seinem Elternhaus gelernt hat. Neben der durchaus berechtigten Suche nach Alternativen für gesellschaftliche oder spirituelle Mißstände – die jedoch nur zu einem geringen Prozentsatz in progressiver, transrationaler Richtung, sondern überwiegend prä-rational-regressiv erfolgt – sieht Wilber darin aber vor allem den Versuch der Differenzierung eines reifen Egos von den übernommenen Rollen und Regeln der Gesellschaft.<sup>188</sup>

Auch in unserer hochentwickelten Gesellschaft gelingt die Bewältigung dieses Drehpunktes längst nicht allen Menschen, so daß die häufigste – wenn auch oft nicht als krankheitswertig wahrgenommene – Pathologie im Verharren auf D-4 besteht. Sie findet ihren typischen Ausdruck in der Identitätskrise, wie E. H. Erikson sie beschrieben hat. Die Person leidet daran, daß sie in ihren Rollen gefangen ist und es nicht schafft, ein eigenes, individuelles Selbst zu entwickeln bzw. daß die Identität zu schwach ist, so daß Rollen und Identität verwechselt werden. Als Beispiel möge eine Frau dienen, die Mutter, Partnerin, Arbeitskollegin ist und unter dem Gefühl leidet, daß sie bei allen sozialen Funktionen, denen sie gerecht wird, niemals sie selbst ist. Oft ist der Mensch aus »Furcht vor der Freiheit« (E. Fromm) nicht bereit, eine sichere, liebge-wordene Rolle aufzugeben, also sich zu differenzieren. Statt dessen bleibt er lieber in der Verschmelzung: tun, was die Masse tut; denken,

<sup>187</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 126; Wilber, 1996a, S. 288 f, 322, 293

<sup>188</sup> vgl. Wilber, 1988, S. 126-134

was die Masse denkt.<sup>189</sup> Zum anderen kann das Selbst auf dieser Ebene auch dissoziieren: Die Selbstverliebtheit, mit der ein Jugendlicher seine frisch entdeckte Individualität im »Andersein« zelebriert, kann zu einer fortdauernden Egozentrik gerinnen, indem sich das Ego in Form elitärer Intoleranz oder Besserwisserei aufbläht.<sup>190</sup> Durch den gleichfalls vorhandenen sozialen Aspekt (»Weltverbesserer«) hebt sich diese Störung recht deutlich vom Narzißmus auf D-2 ab. In der Spätphase der Ebene 5 äußert sich die nichtgelungene Integration in einer Form subtiler Egozentrik, wie sie an früherer Stelle als Boomeritis beschrieben worden ist.

#### DREHPUNKT 6: der Zentaur / das existentielle Selbst.

Diese Selbstebene ist die letzte, die von den meisten Vertretern der westlichen Wissenschaft anerkannt wird und ist von ihnen mit Adjektiven wie dialektisch, integrativ, kreativ-synthetisch oder integral-aperspektivisch belegt worden. Wilber bezeichnet diese Ebene als *Schau-Logik* und das sich damit identifizierende Selbst als Zentaur<sup>191</sup>, weil es von einer höheren Warte aus die Bereiche von Körper, Gefühl und Vernunft gleichberechtigt zu einem harmonischen Ganzen integriert hat, einschließlich innerpsychischer Substrukturen wie Subpersönlichkeiten, Schatten und Selbstkonzepte. Um dazu fähig zu sein, mußte es sich von der Ebene der rationalen Vernunft, die das Selbst auf den letzten beiden Drehpunkten dominierte, differenzieren. Deshalb ist diese Ebene zwar noch personal, aber – und das ist Voraussetzung – schon transrational. Wilber beschreibt es so:

„Die Fähigkeit, sich weiter nach innen zu wenden und die Rationalität zu betrachten, führt zum Überschreiten der Rationalität, und die erste Stufe dieses Überschreitens ist das, was ich Schau-Logik nenne. Wenn Ihnen bewußt wird, daß Sie rational

<sup>189</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 245, Wilber, 2001a, S. 67; Wilber et al, 1988, S. 144 f

<sup>190</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 248 f

<sup>191</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 319 f; Das mythologische Mischwesen aus Mensch und Pferd wurde zuerst von Erik H. Erikson als Sinnbild für die Integration Körper, Gefühl und Vernunft gewählt.

sind, von welcher Art ist dann dieses Bewußtsein, das ja größer sein muß als die Rationalität? Sich der eigenen Rationalität bewußt zu sein muß doch wohl heißen, daß man nicht länger nur rational ist.“<sup>192</sup>

Das Individuum wird sich bewußt, daß es selbst aus zwei Aspekten besteht: einem empirischen, beobachtbaren Teil und einem transzendenten, wahrnehmenden Aspekt, dem »Zeugen«.<sup>193</sup> Mit dem Erwachen des Zeugen wird es fähig, seine Selbstkonzepte einschließlich seiner individuellen Geschichte, mit denen es sich früher identifizierte, als Objekte wahrzunehmen.

Der spezielle Erkenntnismodus der schau-logischen Ebene besteht Wilber zufolge in der inneren, nonverbalen Wahrnehmung (Intuition, Imagination, Visualisierung) von Phänomenen, die vorher noch nie existierten und welche Objekte der Noosphäre repräsentieren. Bilder haben z.B. nun eine völlig andere Qualität als die bildlichen Wahrnehmungen auf den frühkindlichen Drehpunkten: Die Phantasien auf letzteren waren körperbezogen und dienten der Erfüllung instinktiver, objektbezogener, elementarer Wünsche (von der Psychoanalyse auch Primärprozeß genannt), wogegen die schau-logischen bildlichen Wahrnehmungen abstrakte Sachverhalte verdeutlichen können.<sup>194</sup> Die *Netzwerk-Logik*, wie Wilber die Schau-Logik auch nennt, ermöglicht die intuitive Erkenntnis komplexer nichtlinearer Zusammenhänge, Muster und Gesetze, das Erfassen von Systemen in Systemen. Eine Reihe – auf den ersten Blick unlogischer – wissenschaftlicher Erkenntnisse beruht

<sup>192</sup> Wilber, 1996a, S. 319 f

<sup>193</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 324 f, 672; Der klassischen Wissenschaftstheorie zufolge beobachten Subjekte Objekte. Jedoch kann ein Teil von etwas nie das Ganze wahrnehmen, ein Faden im Gewebe nie das ganze Gewebe, woraus sich die Notwendigkeit eines umfassenderen, transzendenten Aspektes ergibt, da die prinzipielle Möglichkeit der Wahrnehmung des Ganzen, also die gleichzeitige Wahrnehmung von Subjekt und Objekt, eine unmittelbare Erfahrungsmöglichkeit jedes Menschen ist.

<sup>194</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 81 f

auf solchen Visionen, z.B. die Ordnung des Periodensystems durch Mendelejew, quantenphysikalische Gesetze etc. Erkenntnis ist nicht mehr absolut, sondern in starkem Maße relativistisch und kontextualistisch, was es möglich macht, sich offenbar widersprechende Wahrheiten nebeneinander in einem dialektischen »Sowohl-als-auch« existieren zu lassen. Während die vorherigen Entwicklungsebenen einen eher ausschließenden Charakter haben, weil ihre Vertreter ihre eigene Bewußtseins Ebene als die einzig richtige betrachten und alle anderen Ebenen daher offen oder verdeckt ablehnen, ist es auf dem Höhepunkt der Schau-Logik erstmalig möglich, die Bedeutung jeder Ebenen für die eigene Entwicklung anzuerkennen und sie daher wertzuschätzen. Die damit verbundene tiefe Integration der bewältigten Ebenen ermöglicht es gleichfalls, willkürlich und der Situation angemessen über ihre verschiedenen Qualitäten verfügen zu können: verspielt zu sein wie ein Kind, verliebt zu sein wie ein Jugendlicher, verantwortlich zu handeln wie ein Erwachsener. Während der frühe Zentaur sich nur in den Quadranten frei bewegen konnte, kommt beim späten also die Fähigkeit hinzu, sich auch über die Ebenen zu bewegen. Außerdem kann er zum erstenmal einen Überblick über die holarchische Evolution des ihn umgebenden Kósmos erlangen und die Notwendigkeit und Bedeutung eines jeden Entwicklungsschrittes erkennen. Mit diesem Quantensprung in der Fähigkeit der integrativen Schau, die auch allen kommenden Bewußtseins Ebenen zu eigen ist, beginnt Wilber zufolge daher das »Denken des 2. Ranges«.<sup>195</sup>

Eine weitere Fähigkeit des Zentauren ist es – unter Einschließung linearer Zeitkonzepte – im »Hier und Jetzt« zu leben. Er erlangt also die Fähigkeit, „... Gedanken von Gestern als gegenwärtige Erscheinung zu sehen, und Vorwegnahmen der Zukunft als gegenwärtige Aktivitäten ...“ – wiederum im Gegensatz zu den frühen Drehpunkten, die nur eine vergehende Gegenwart kannten.<sup>196</sup> Durch die Transzendierung der Vernunft und ihre Integration in ein umfassenderes Selbst wird die Ver-

<sup>195</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 68 ff

<sup>196</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 92

drängungsschranke, die seit Drehpunkt 3 aufgebaut wurde, auf dieser Ebene wieder gelockert.<sup>197</sup>

Der Mensch hat nun endgültig die Verhaftung an eine Gruppe transzendiert und ist zu einer integrierten, autonomen Persönlichkeit (Loevinger) geworden, mit dem grundlegenden Bedürfnis nach Authentizität (Kierkegaard, Heidegger) und Selbstverwirklichung (Maslow, Rogers). Diese autonome Persönlichkeit ist jedoch kein isoliertes, egozentrisches Individuum, sondern durch seine erweiterten Fähigkeiten zur Dezentrierung immer stärker in eine Verantwortlichkeit für die ganze Welt eingebunden. Die Weltsicht hat sich zu einem integral-holistischen Pluralismus gewandelt, der rechtliche, moralische und politische Freiheit für alle Menschen als Mitglieder einer Weltgesellschaft fordert.<sup>198</sup> Aus einer nur noch dem eigenen Gewissen verpflichteten, postkonventionellen Moral wird nun das Wohl aller Menschen beachtet und – am Ende dieser Phase – auch die Biosphäre berücksichtigt.<sup>199</sup>

Die autonome, nach Authentizität strebende Persönlichkeit wird zwangsläufig mit den existentiellen Fragen konfrontiert, deren Beantwortung ihr weiteres Leben bestimmen wird: Die Frage nach dem Sinn des Daseins<sup>200</sup>, nach existentieller Einsamkeit und nach dem sicheren Tod. Diese Frage stellt sich weder dem Vertreter des magischen Bewußtseins auf D-2, der glaubt, die ganze Welt drehe sich nur um ihn; noch dem Mythengläubigen auf D-3 und D-4, der überzeugt ist, daß sein Gott seine Seele schon retten werde; noch dem Rationalisten auf D-5, der beschlossen hat, nie wieder solche Fragen zu stellen und sich

<sup>197</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 262 f, 482

<sup>198</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 127; Wilber, 1996a, S. 321 f

<sup>199</sup> Als Beispiele seien die Forderung nach Gleichberechtigung von Randgruppen und das Ökobewußtsein der Grünen genannt sowie als individuelle Vertreter dieser Ebene Nelson Mandela und Mahatma Gandhi.

<sup>200</sup> Das Erleben und Verhalten des Individuums hat grundsätzlich auch eine teleologische Komponente: Es wird neben Ursachen/Konditionierungen (Vergangenheit) und Funktion/Bedeutung (Gegenwart) auch von Lebenssinn und -zielen (angestrebte Zukunft) beeinflusst.



über jeden, der sie dennoch stellt, lustig macht. Doch der Zentaur – auf dem Höhepunkt der personalen Entwicklung und im Vollgefühl seiner Autarkie, der in und durch sich selbst sein eigener Abgott ist – kann diese Fragen, wenn er ehrlich ist, nur negativ beantworten: Das individuelle Leben ist nur ein kurzes Aufblitzen in der kosmischen Leere!<sup>201</sup> Damit beginnt der Absturz in das Leiden, welches E. H. Erikson als existentielle Verzweiflung bezeichnete. Jedoch erreichen nicht viele Menschen überhaupt diesen Drehpunkt, dessen Entwicklung ab dem frühen Erwachsenenalter möglich ist.

Während das Selbst auf D-5 sich noch in den Möglichkeiten und Freiheiten des Lebens erging, hat der Zentaur eine niederschmetternde Bilanz seiner existentiellen Einsamkeit und Endlichkeit gezogen. Dies geschieht bei Menschen, die bis zu diesem Drehpunkt gelangen, häufig in der Lebensmitte (Midlife-Crisis), wenn sie alles erreicht haben, was sie in der Gesellschaft erreichen konnten und sich nun die Fragen stellen: „Wofür das alles?“ und „Was jetzt?“. Das daraus resultierende tiefe Leiden kann sich zu verschiedenen Pathologien, die Wilber existentielle Krisen nennt, steigern<sup>202</sup>:

- a) *Inauthentizität*: Aus Mangel an Bewußtwerdung und Akzeptanz der eigenen Sterblichkeit kommt es zu einem Gefühl der Allmacht, der Zentaur wird zum großtuerischen Helden. Wilber sieht darin den letzten Versuch des vereinzelt Subjektes, ein „... vereinzelt Subjekt zu bleiben – indem es seine Isolierungstendenzen ausspielt, seine begrenzten Potentiale aufbläht und in seinem vergänglichen Charakter annimmt, es sei der Allmächtige und Autonome Gott ...“<sup>203</sup>

Dieser Pathologie geht oftmals einher mit einer *aperspektivischen Verwirrtheit*: Die Fähigkeit, verschiedene Perspektiven wahrnehmen und in ihrem Kontext wertschätzen zu können, kann übertrieben werden zu einer totalen Wertfreiheit, in der keiner Perspektive mehr der Vorzug gegeben wird, was zu einer Lähmung von Willen und Urteilskraft führt

<sup>201</sup> vgl. Wilber, 1996a, S. 327; Wilber et al, 1988, S. 128

<sup>202</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 128

<sup>203</sup> Wilber, 2001b, S. 216

und letztlich in *Zynismus* endet: „Alles ist relativ – es gibt also kein Besseres und kein Schlechteres, und keine Haltung ist besser als eine andere – also kann ich auch gleich meine subjektive Sicht auf die Welt zum einzig gültigen Maßstab machen.“ Diese subtile Egozentrik nennt Wilber auch Boomeritis. Ihre Vertreter übersehen zum einen die Kontextbezogenheit der Perspektiven und negieren andererseits die grundsätzliche Richtung der Evolution von mehr Spanne/weniger Tiefe zu weniger Spanne/mehr Tiefe, die sehr wohl eine Bewertung im Sinne einer mehr oder weniger umfassenden und besseren Wirklichkeitsabbildung möglich macht.<sup>204</sup>

- b) *Unterdrückte Selbstverwirklichung*: „Ich warne Dich; wenn Du absichtlich weniger sein willst, als Du zu werden fähig bist, dann wirst Du für den Rest Deines Lebens zutiefst unglücklich sein.“<sup>205</sup> Während die vorherige Pathologie durch Überschätzung gekennzeichnet war, ist diese m.E. durch Unterschätzung gekennzeichnet: Der Betroffene nimmt die Herausforderung nicht an, das zu leben, was er eigentlich schon ist; er verweigert es, sein Potential auszuschöpfen.
- c) *Existentielle Depression*: Lebensstillstand angesichts der wahrgenommenen Sinnlosigkeit des individuellen endlichen Lebens.
- d) *Existentielle Isolierung*: das Selbst ist stark genug, fühlt sich auf dieser Welt jedoch nicht zu Hause.
- e) *Existentielle Angst*: vor dem drohenden Tod, vor dem Verlöschen des individuellen »In-der-Welt-Seins« (Kierkegaard).

Bei den unter (b) bis (e) genannten Pathologien wird die eigene Endlichkeit akzeptiert – was notwendigerweise zur Verzweiflung führt, im Extremfall auch zum *Nihilismus*, solange der Betroffene nicht fähig ist, sein individuelles Sein zugunsten einer transpersonalen Identifikation aufzugeben. Wilber betont, daß es auch auf anderen Ebenen zu depressiven Zuständen kommen kann, daß diese aber eine völlig andere Charakteristik haben als das existentielle Verzweifeln des Zentauren an

<sup>204</sup> vgl. Wilber, 1997b, S. 251 f

<sup>205</sup> A. Maslow, zitiert von Wilber in: Wilber et al, 1988, S. 128

der (scheinbaren) Sinnlosigkeit des Lebens – einen Zustand, den V. Frankl auch treffend als »noogene Neurose« bezeichnet hat.<sup>206</sup>

### 1.3.3 Die transpersonale Entwicklung und ihre Störungen

*„Es ist der Sachverhalt, daß unser normales waches Bewußtsein, das rationale Bewußtsein, wie wir es nennen, nur ein besonderer Typ von Bewußtsein ist, während überall jenseits seiner, von ihm durch den dünnsten Schirm getrennt, mögliche Bewußtseinsformen liegen, die ganz andersartig sind. Wir können durchs Leben gehen, ohne ihre Existenz zu vermuten, aber man setze den erforderlichen Reiz ein, und bei der bloßen Berührung sind sie in ihrer ganzen Vollständigkeit da. ... Keine Betrachtung des Universums kann abschließend sein, die diese anderen Bewußtseinsformen ganz außer Betracht läßt. ... Auf jeden Fall verbieten sie einen voreiligen Abschluß unserer Rechnung mit der Realität.“*

(William James)

Die folgenden Bewußtseinsebenen sind nicht Gegenstand der konventionellen Psychologie und die Anzahl derer, die von Entwicklungsstörungen in diesen Phasen betroffen werden, ist eher gering. Nichtsdestotrotz kommt es vor, daß Psychotherapeuten mit den Auswirkungen konfrontiert werden. Außerdem ist davon auszugehen, daß dieser Bereich durch die sich immer mehr beschleunigende Bewußtseinsentwicklung der Menschheit an Relevanz gewinnen wird, weshalb ich eine – wenn auch nur kurze und summarische – Beschreibung durchaus für angebracht halte.

Wilber ist sich sicher, daß die heute dominierenden personalen Ebenen des Selbst nicht die Spitze der möglichen Entwicklung sind. Dem widerspricht einfach die Entwicklung des menschlichen Bewußtseins von den ersten Hominiden bis zum Homo sapiens der Gegenwart, die nahelegt, daß in Zu-

<sup>206</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 128

kunft noch komplexere Formen des Bewußtseins zu erwarten sind.<sup>207</sup> Diese kommenden Ebenen sieht er in den Bewußtseinszuständen, die bisher nur von wenigen Menschen vor allem durch spirituelle Praxis dauerhaft erreicht worden sind. Er nennt sie Drehpunkte 7 bis 9 sowie das nonduale Bewußtsein und ist aufgrund der transpersonalen Natur dieser Ebenen in ihrer Beschreibung überwiegend auf die Erfahrungen der östlichen spirituellen Traditionen (transzendentaler Yoga, Advaita Vedanta, Zen, Tibetischer Buddhismus u.a.) angewiesen. Nur vereinzelt kann er auf Vertreter der westlichen Hemisphäre zurückgreifen, hier vor allem der jüdischen und christlichen Mystik<sup>208</sup> sowie der Transpersonalen Psychologie (z.B. A. Maslow, J. Engler, C. Tart, A. Assagioli, R. Walsh, S. Grof u.a.).

Seiner Meinung nach sind die zukünftigen Ebenen gekennzeichnet von einer Ausweitung des Selbst über das individuelle ICH (frontales Selbst) hinaus, letztendlich also einer Integration des ICH in ein noch umfassenderes Bewußtsein, wie man es als *veränderten Bewußtseinszustand* in der Meditation oder mittels einiger psychedelischer Substanzen bzw. bestimmter Selbsterfahrungsmethoden erleben kann.<sup>209</sup> Dabei werden alle Funktionen und Fä-

<sup>207</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 101; Wilber, 2001a, S. 165 f

<sup>208</sup> Während die exoterischen Zweige der Weltreligionen sich in Form des kulturell geprägten Volksglaubens in Islam, Hinduismus, Christentum und Buddhismus inhaltlich deutlich unterscheiden und überwiegend Ausdruck prärationalmystischer Bewußtseinsebenen sind, so stimmen doch die mystischen Zweige dieser Religionen in ihren transpersonalen Grundaussagen weitgehend überein, was darauf schließen läßt, daß die von ihren Stiftern gemachten transrationalen Erfahrungen universeller Natur sind. (vgl. Wilber, 2001b, S. 102)

<sup>209</sup> Nach den Gesetzen der Logik läßt es sich so ausdrücken: Wenn alles, was beobachtet werden kann, *Objekte* sind (also Nicht-Ich) und wenn ich meine Gefühle, Gedanken, Selbstkonzepte beobachten kann (also alles, womit ich mich normalerweise identifiziere) – dann sind auch diese notwendigerweise *Objekte/Nicht-Ich*. Doch wer ist dann das beobachtende *Subjekt*, der das alles wahrnimmt, der »Zeuge« hinter all dem? Dieser Gedanke wurde meines Wissens zuerst von dem Philosophen B. Russel formuliert und wird auch von Wilber (1996a, S. 346) be-

higkeiten (soziale Funktionsfähigkeit, rationales Denken, differenzierte Gefühlswelt etc.), die sich das Individuum auf den früheren Ebenen erworben hat, integriert und beibehalten! Es geht also um die Transzendierung des individuellen ICH, nicht um seine Negierung oder Verdrängung – wie Spiritualität immer wieder mißverstanden wird. Eingedenk der Tatsache, daß sich transrationale Phänomene nur bedingt rational beschreiben lassen, geht es dabei kurz gefaßt um folgende Entwicklung: Der Mensch macht in veränderten Bewußtseinszuständen die Erfahrung subtiler Bewußtseins Ebenen. Sein aktuelles Selbst beginnt, sich mit diesen transpersonalen Ebenen und der Entwicklungslinie des tiefer-psychischen Selbst (Seele) zu identifizieren, wogegen das ICH (frontales Selbst) nun zum Objekt (distales Selbst) wird. Während dieser Entwicklung tritt der Zeuge (ursprüngliches Selbst) als gleichmütige, distanzierte Aufmerksamkeit immer stärker hervor. Dies ermöglicht dem Individuum durch unmittelbares Gewahrsein die Erfahrung des »Bewußtseins an sich«, das jenseits aller Bewußtseinsformen und -inhalte sowie unabhängig von seiner Person existiert. Es erkennt, daß dieser reine GEIST nicht an die Ausdehnung eines Körpers gebunden ist, sondern allem, was existiert, immanent ist und das der Zeuge nichts anderes als sein individueller Anteil am GEIST ist.<sup>210</sup> Indem es sich in einem letzten Schritt mit diesem »Bewußtsein an sich« identifiziert, erreicht es die nonduale Ebene, die durch eine dauerhafte Transzendenz der Subjekt-Objekt-Dualität gekennzeichnet ist.

Dieser Prozeß stellt die bis dahin dauernde Herrschaft des rational-individuellen ICH in Frage und ist von daher natürlicherweise mit Todesäng-

---

nutzt. Dies auch als praktische Erfahrung zu vermitteln ist exakt das Anliegen vieler meditativer Techniken.

<sup>210</sup> Der Kritik, daß ein transpersonales Bewußtsein mit den Grenzen des physischen Körpers nicht vereinbar ist, begegnet Wilber mit dem Argument, daß jenseits von D-2 kein Ichgefühl an den Körpergrenzen halt macht. (vgl. Wilber, 1996a, S. 697 f) Auch McGinn (2001), als ausgesprochen materialistischer Denker, räumt z.B. ein, daß die Erfahrung unseres individuellen Bewußtseins keinen Raum hat und daß die Annahme, es säße in unserem Gehirn, zwar plausibel erscheint, aber durch das Leib-Seele-Problem bis heute eine nicht beweisbare Behauptung ist.

sten verbunden. Doch war die Angst des Zentauren noch auf den irgendwann kommenden körperlichen Tod gerichtet, dem niemand ausweichen kann, geht es nun um den freiwilligen und vorzeitigen »Tod« des ICH zugunsten der Identifikation mit transpersonalen Selbstlinien. Indem der Mensch wiederholt die *existentielle Erfahrung* macht, ein untrennbarer Bestandteil der kósmischen Bewegung von der Materie zum GEIST zu sein, kann er sich von diesem mühsam aufgebauten Selbstkonzept mit seiner Vorstellung einer vom übrigen Kósmos getrennten individuellen Existenz (bestehend aus Lebensgeschichte, Erfahrungen, Zielen, Verdiensten, Charakter etc.) differenzieren und es schrittweise transzendieren.<sup>211</sup> Bei der anschließenden Identifikation mit der Seele (tiefer-psychisches Selbst) bzw. später dem Zeugen (ursprüngliches Selbst) wird das ICH nun als Funktion in ein überindividuelles Bewußtsein integriert, das in der ewigen Gegenwart existiert und allem Sein zugrundeliegt.<sup>212</sup> Auch Körper, soziale Rollen, Gefühle, Gedanken, Sinneswahrnehmungen, Bedürfnisse und Impulse werden als wahrnehmbare Objekte erkannt und damit zum distalen Selbst. Diese schrittweise Desidentifikation vom ICH ist die Richtung der weiteren Entwicklung und die einzige Möglichkeit des Zentauren, der Last seines Seins zu entkommen. Damit wird beispielsweise nicht die Erfahrung von Gefühlen, Bedürfnissen etc. hinfällig, sondern die Vorstellung, daß es ein individuelles ICH gibt, das diese Gefühle erfährt – sie kommen und gehen vor dem Hintergrund der gleichmütigen, distanzierten Aufmerksamkeit des Zeugen. Dieser erkennt, welche von ihnen aktiv gelebt werden müssen, um die Lebensfunktionen des assoziierten Individuums in seiner Umwelt aufrechtzuerhalten, und welche lediglich wahrgenommen werden müssen. Hier geht es also nicht um die Unterdrückung oder Verdrängung individueller Gefühle

---

<sup>211</sup> Diese Erfahrung läßt sich bildlich vergleichen mit einem menschlichen Körperorgan, welches sich, solange es seine Einbettung in größere Zusammenhänge noch nicht erkannt hat, nur mit sich selbst identifiziert: „Ich bin die Niere!“ – um plötzlich festzustellen, daß sie ohne den sie umgebenden Körper nichts wäre und daher ihren Selbstanspruch reduziert auf: „Ich bin die Entgiftungsfunktion des Menschen!“.

<sup>212</sup> vgl. Wilber, 2001b, S.151-160; Wilber, 2001b, S. 117

und Bedürfnisse, sondern diese relativieren sich, wenn der Mensch mit einem überindividuellen Bewußtsein identifiziert ist.<sup>213</sup> Die existentielle Erfahrung, in der Quintessenz »Bewußtsein an sich« zu sein und die Erkenntnis, daß dieses nicht sterben kann, auch wenn der eigene Körper und das individuelle Selbstkonzept sterben, führt letztendlich auch zu einer Überwindung der Todesangst.

Das Erreichen der transpersonalen Bewußtseinsebenen erfordert gemeinhin eine kontinuierliche spirituelle Praxis in Form verschiedener Arten der Meditation unter möglichst erfahrener Anleitung. Deshalb sind diese Bereiche ureigentlich die Domäne der kontemplativen Wissenschaften<sup>214</sup> und der Mystik. Doch haben diese Drehpunkte aus verschiedenen Gründen eine wachsende Bedeutung für die Psychologie und Psychotherapie:

Grundsätzlich beginnt die spirituelle Entwicklung nicht erst nach Bewältigung der personalen Bewußtseinsebenen durch das frontale Selbst (ICH), sondern – durch die kreuzweise Verschränkung – auch mit einer eigenen Entwicklungslinie, dem tiefer-psychischen Selbst (Seele) ab dem Beginn des individuellen Lebens. Auch wenn die Seele und das ursprüngliche Selbst (Zeuge) in den Phasen, in denen sich das aktuelle Selbst stärker mit den kognitiv geprägten Ebenen identifiziert, in den Hintergrund treten, so sind sie

---

<sup>213</sup> vgl. Wilber, 1999a, S. 371 ff; Natürlich ist dies wieder der Versuch der Beschreibung eines Bereiches, für den die Sprache nicht ausreicht und der daher nur angedeutet werden kann.

<sup>214</sup> Wilber definiert Meditation als *experimentelle Methode*, deren Ergebnisse erst dann als wahr gelten können, wenn sie anhand rationaler Kriterien im Konsens mit anderen Fachleuten verifiziert worden sind. Damit grenzt er sich von prä-rationalen Haltungen ab: Nicht der ist Buddhist, der an Buddha glaubt und dessen Erkenntnisse seiner eigenen Entwicklungsebene entsprechend magisch, mythisch oder egoisch umdeutet, sondern der, der auf Basis eines stabilen rationalen Selbstes zu meditieren beginnt, dadurch wiederholt eigene transpersonale Erfahrungen macht und so transpersonale Erkenntnisse sammelt. Insofern hält er auch den Begriff »Wissenschaft« in diesem Zusammenhang für berechtigt. (vgl. Wilber, 1996a, S. 328-333)

dennoch immer vorhanden.<sup>215</sup> Deshalb kann es, unabhängig von der Entwicklungsebene des Selbst, auf allen Drehpunkten immer auch zu Krisen mit religiösen bzw. spirituellen<sup>216</sup> Inhalten kommen, z.B. in Form von spontanen transpersonalen Zuständen, Psychosen mit religiösem Inhalt und in Form von spirituellen Krisen im engeren Sinne. Davon Betroffene sehen sich mit der Situation konfrontiert, daß unsere Kultur überwiegend keine Erfahrung im Umgang mit diesen Zuständen hat. Vertreter der prä-rational geprägten Großkirchen sind dazu oft nicht in der Lage und die Wissenschaft ignoriert das Thema. Transrational orientierte meditative Schulen<sup>217</sup>, die eventuell eine Hilfe sein könnten, sind vom öffentlichen Verruf aller nicht-christlichen Religionen als »Sekten« diskreditiert. So bieten sich als anerkannte öffentliche Instanz Psychologen und Psychotherapeuten an, die jedoch durch ihre oftmals reduktionistische Sicht des menschlichen Bewußtseins häufig keine angemessene Hilfe geben können: Durch mangelnde

---

<sup>215</sup> Für Wilber ist die Seele (tiefer-psychisches Selbst) aus Mangel an einem individuellen frontalen Selbst (ICH) auf den frühen prä-personalen Drehpunkten präsent und ermöglicht dadurch z.B. den bedingten Zugang zu transpersonalen Inhalten bei Kindern, indigenen Kulturen und während einer schizophrenen Psychose. Mit der Entwicklung des rationalen ICH wird sie von diesem verdrängt und tritt erst während der transpersonalen Entwicklung als Bindeglied zwischen ICH und Zeuge (ursprüngliches Selbst) wieder in den Vordergrund. (vgl. Wilber, 2001a, S. 125)

<sup>216</sup> Religiös und spirituell wird als nichtsynonym betrachtet: »Spirituell« bezeichnet die *individuelle Erfahrung* transpersonaler Phänomene, relativ losgelöst von einer Konfession. »Religiös« entspricht dagegen eher der Übernahme von durch religiöse Institutionen vermittelten *kognitiven Vorstellungen*, Einstellungen und Interpretationen. (vgl. www.dktp.org, 2.3.2004) Durch das prä-rationale Bewußtsein vieler Religionsvertreter kommt es häufig zu prä-personalen Interpretationen der meist spirituell-transpersonalen Erfahrungen der Religionsstifter (bsw. die Interpretation von Jesus Erfahrungen durch Paulus). Doch haben viele Religionen auch Freiräume bsw. in Form von mystischen Zweigen, so daß man sich auf jeder Entwicklungsebene in ihnen bewegen kann.

<sup>217</sup> Allerdings sind nicht alle meditativen Gruppierungen per se transrational – auch hier gibt es viele prä-rationale Orientierungen bzw. eine Vermischung von beidem.

Unterscheidung kommt es immer wieder zur Diagnostik transpersonalen Krisen als prärationale Störungen und in der Folge zu völlig inadäquaten Behandlungsversuchen. Plastisches Beispiel ist Suzanne Segals Odyssee durch psychotherapeutische und psychiatrische Institutionen.<sup>218</sup> Doch inzwischen wächst auch in Deutschland die diagnostische und therapeutische Kompetenz in diesem Bereich. So ist das von S. Grof gegründete S.E.N., ein Nothilfenetzwerk transpersonal orientierter Ärzte und Psychologen, auch im deutschsprachigen Raum präsent. Außerdem gibt es erste Kliniken, die die Behandlung spiritueller Krisen in ihr Angebot einbeziehen.<sup>219</sup>

Nachfolgend ein kurzer Überblick über scheinbare und wirkliche transpersonale Störungen. Auch wenn die Therapiemethoden erst im 2. Teil detailliert beschrieben werden, erscheint es aus Gründen der Übersichtlichkeit angebracht, schon hier kurze Therapiehinweise einzufügen. Die ersten Pathologien a-c sind eigentlich Störungen der Entwicklung auf den Drehpunkten 0 bis 6. Sie tauchen hier nur auf, weil sie transpersonale Inhalte haben und daher öfter für transpersonale Störungen gehalten werden.

- a) *Ekklesiogene Neurosen* sind meist das Ergebnis der Zugehörigkeit zu einer stark dogmatischen Glaubensgemeinschaft. Die Internalisierung eines übermächtigen, strafenden und einengenden mythischen Gottesbildes als Über-Ich führt zur Verdrängung von Gefühlen und Impulsen bzw. zu dysfunktionalen Skripten und läßt die Selbstentwicklung des Individuums auf den Drehpunkten 3 oder 4 stagnieren, weshalb diese Störungen am besten mit den dort angegebenen Therapiemethoden behandelbar sind.
- b) *Gipfelerfahrungen* (außergewöhnliche Bewußtseinszustände) sind das spontane, zeitlich begrenzte Erleben einer zukünftig zu erreichenden höheren Bewußtseinsebene. Da das Selbst jederzeit veränderte Bewußtseinszustände annehmen kann, ist das die häufigste Form transpersonaler Erfahrungen. Sie treten besonders in extremen Situationen und bei kritischen Lebensereignissen auf, z.B. beim Verlust naher Menschen, Nahtodsituationen, Geburt eines Kindes etc., aber auch nach Einnahme

<sup>218</sup> vgl. Segal, 1997

<sup>219</sup> siehe Kapitel »Adressen«

spezieller psychedelischer Substanzen (besonders Entheogene) und als spontane Folge bestimmter Settings (Fasten, Schlafentzug, sensorische Isolierung oder Reizüberflutung, spezielle akustische und visuelle Reize u.ä.), die Einfluß auf den Bewußtseinszustand haben. Das Wissen darum wurde in der Meditation und anderen spirituellen Praktiken (Kontemplation, Trancetechniken, (Initiations-) Rituale, Yogatechniken, Kampfkünste u.ä.) kultiviert, um bewußt transpersonale Erfahrungen zu induzieren und findet auch in einigen transpersonalen Therapietechniken (Enlightment Intensive, Transzendenz-Prozeß, holotropes Atmen<sup>220</sup> u.ä.) Anwendung. Erfahrungen dieser Art können die weitere Entwicklung des Bewußtseins außerordentlich befördern. Hier kommt es nur zu Komplikationen, wenn ein Mensch ein Weltbild hat, das eine Integration der Erfahrung nicht zuläßt. Die Aufgabe eines Therapeuten ist es dann, dem Klienten eine Stütze bei der Integration zu sein, indem er ihm ein Erklärungsmodell anbietet, das sowohl die Ebene der Erfahrung (astral-psychisch, subtil, kausal, nondual) als auch die Ebene der Selbstidentifikation des Klienten berücksichtigt, von der aus dieser die Erfahrung gemacht hat (magisch, mythisch, rational, schau-logisch etc.).<sup>221</sup>

- c) *Psychotische / psychoseähnliche Episoden* mit transpersonalen Bewußtseinsinhalten: Die Dekompensation in die Psychose (genauer: auf die Drehpunkte 0 bis 2) setzt die Filter- und Editierfunktionen des Selbst außer Kraft, wodurch es außer der Regression auf eine frühe präpersonale Bewußtseinsebene zum Überfluten mit Phänomenen aus den tran-

<sup>220</sup> Im Gegensatz zu Grof ist Wilber allerdings der Meinung, daß intensiv-regressive Techniken wie das holotrope Atmen nicht als dauerhafte spirituelle Praxis geeignet sind. Während des Atmens erlebte transpersonale Erfahrungen sind eher Nebenprodukte, die dadurch zustande kommen, daß durch die Regression das frontale Selbst (ICH) ausgeschaltet wird, was dem Klienten Erinnerungen an das tiefer-psychische Selbst (Seele) ermöglicht. Dauerhaft ist Spiritualität aber nicht durch Regression auf immer frühere, körperlich dominierte Bewußtseinsebenen zu erreichen, sondern nur durch Progression auf immer höhere Ebenen mithilfe immer subtilerer Methoden, wie z.B. Meditation. (vgl. Wilber, 2000, S. 251-272)

<sup>221</sup> Wilber, 2001a, S. 125 f

spersonalen Bewußtseinsebenen kommen kann. Trotzdem ist ein psychotischer Schub weit von einer reifen transpersonalen Entwicklung entfernt und führt im günstigsten Falle nach seinem Abschluß zu einem stabileren Selbst auf der nächsthöheren Ebene, kann also eine spontane »Regression im Dienste des ICH« sein. Vor allem fehlen dem Psychotiker alle Eigenschaften, die einen Menschen auf transpersonaler Ebene auszeichnen: Altruismus, universelle Verantwortung, Mitgefühl, rationales Denken, unverzerrte Umweltwahrnehmung, soziale Funktionsfähigkeit etc. Stattdessen ist er extrem autistisch und nimmt aufgrund seiner Regression nicht nur seine Umwelt, sondern auch die Phänomene der transpersonalen Ebenen verzerrt wahr.<sup>222</sup> Als Behandlung eignen sich hier die unter den Drehpunkten 0 bis 2 besprochenen Methoden (intensiv-regressiv und strukturbildende). Zu einem früheren Zeitpunkt empfahl Wilber zum besseren Verständnis der transpersonalen Inhalte die Jungianische Therapie<sup>223</sup>, doch ist aufgrund der C. G. Jung häufig unterlaufenden Prä/Trans-Verwechslung aus heutiger Sicht Vorsicht geboten.

Da prä- und transrationale Bewußtseinsebenen aufgrund ihrer Nichtrationalität ähnlich erscheinen – was sich oftmals dadurch verstärkt, daß das fehlende ICH (frontales Selbst) der präpersonalen Drehpunkte mit der ICH-Transzendenz in den transpersonalen Phasen verwechselt wird – fühlen sich Personen mit latenten Strukturdefiziten auf den Drehpunkten 0 bis 2 oft besonders von den verschiedensten spirituellen Gruppierungen angezogen. Wenn sie dann eine spirituelle Praxis beginnen, kann diese der Auslöser für die Dekompensation werden. Deshalb werden besonders die verschiedenen Formen der Achtsamkeitsmeditation aufgrund ihrer aufdeckenden (Neben-) Wirkung für Menschen mit schwacher Selbststruktur nicht empfohlen. Da andererseits die spirituelle Entwicklung ein Grundbedürfnis jedes Menschen ist, können nach überstandener Episode weniger intensive kontemplative Pfade eingeschlagen werden (z.B. Mantra-Meditation).<sup>224</sup>

<sup>222</sup> vgl. Wilber, 2001b, S. 220-231

<sup>223</sup> Wilber et al, 1988, S. 149

<sup>224</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 45 ff, 164, 149; Siehe auch den »Exkurs: Meditation«

Weiterhin gibt es Möglichkeiten der pathologischen Entwicklung am Übergang von den personalen zu den transpersonalen Ebenen des Bewußtseins, die allgemein unter dem Begriff der spirituellen Krise zusammengefaßt werden:

- a) *Astral-psychische Inflation*: Wie oben erwähnt, beginnt sich mit der Entidentifizierung des Zentauren vom rationalen Bewußtsein auch die Verdrängungsschranke zu lockern. Gleiches leisten – eher als Nebeneffekt – auch verschiedene meditative Techniken. Das kann dazu führen, daß nicht bewältigte Aspekte früherer Entwicklungsebenen (D-0 bis D-2), die bis dato unbewußt waren, an die Oberfläche kommen. Im Gegensatz zur vorgenannten psychotischen Episode handelt es sich hier lediglich um Überreste bei einer ansonsten intakten Selbststruktur. Diese müssen mit denen ihnen adäquaten Methoden (intensiv-regressiv, strukturbildend) behandelt werden, bevor die weitere Entwicklung zum transpersonalen Bewußtsein möglich ist. Eine kontemplative Praxis ist in dieser Zeit auszusetzen, kann aber nach der Integration der Erfahrung in das Bewußtsein und der damit einhergehenden Stabilisierung wieder aufgenommen werden.<sup>225</sup>
- b) *Spontanes Erwachen*: In wenigen Fällen kommt es auch vor, daß ein Mensch eine Gipfelerfahrung macht, die nicht temporär begrenzt ist, daß er also einen sehr plötzlichen Sprung auf eine transpersonale Bewußtseinsstufe macht und dort dauerhaft verbleibt.<sup>226</sup> Dieser Sprung führt oftmals zu extremen physischen und psychischen Veränderungen, die auf den ersten Blick einer Psychose ähneln können. Wilber empfiehlt für diese Situation einen geschützten Raum, eventuell in Obhut eines konventionellen Psychiaters, in dem der Klient diesen Einbruch des Transpersonalen durchstehen kann. Eine andere Möglichkeit ist das bewußte Einlassen auf diesen Vorgang durch das Aufnehmen einer spirituellen Praxis unter Leitung eines erfahrenen Meditationslehrers.<sup>227</sup>

<sup>225</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 148 f

<sup>226</sup> Beispiele bei Segal, 1997; Helg (2000, S. 29-42) beschreibt ausführlich das psychotisch anmutende Verhalten Ramana Maharshis im Zuge seines spontanen Übergangs in das nonduale Bewußtsein.

<sup>227</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 148 f

c) *Leichtere temporäre Phänomene:* Bei der Aufnahme einer regelmäßigen spirituellen Praxis kommt es recht häufig für eine Zeit zu Symptomen wie Angst, Unruhe, Rastlosigkeit, aber auch Euphorie, Depersonalisation und Derealisation. Deshalb wird Anfängern die Anleitung durch einen erfahrenen Meditationslehrer empfohlen, der ihnen bei der Bewältigung dieser temporären Zustände behilflich ist.<sup>228</sup>

Jenseits der Übergangsphase vom Personalen zum Transpersonalen gibt es auch auf den höheren transpersonalen Ebenen mögliche Fehlentwicklungen. Da diese überaus selten vorkommen und eigentlich nicht Gegenstand von Psychotherapie, sondern von spiritueller Begleitung sind, seien sie hier nur summarisch mit einem Zitat von Wilber vorgestellt:

„Jenseits nichtgewöhnlicher Zustände und vorübergehender Gipfelerfahrungen liegt permanente Verwirklichung, und wenn die Anpassung an die Bereiche der Seele beginnt, kann sich eine unbegrenzte Zahl von Pathologien entwickeln. Das Selbst kann vom Licht überwältigt werden, schmerzhaft in der Liebe verloren, überflutet von einer Verschwendung, die seine Grenzen nicht halten können. Umgekehrt kann es sein Ego einfach zu grenzenlosen Proportionen aufblähen (besonders wenn es D-2- oder narzißtische oder Borderline-Anteile gibt). Es kann eine Spaltung zwischen oberen und unteren Bereichen (besonders zwischen Seele und Körper) entwickeln. Es kann Aspekte der Seele selbst unterdrücken und dissoziieren (und Subpersönlichkeiten um D-7 und D-8 erzeugen; nicht niedrigere Impulse, die versuchen, nach oben zu kommen, sondern höhere Impulse, die versuchen, nach unten zu kommen). Es kann mit der Seele verschmolzen bleiben, wenn es beginnen sollte, sie loszulassen. Und die früheste, einfachste Pathologie von allen: die Verleugnung der Existenz der eigenen Seele.“<sup>229</sup>

<sup>228</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 67 f

<sup>229</sup> Wilber, 2001a, S. 126; detailliert auch in Wilber et al, 1988, S. 149-154

Durchschnittsalter	Hauptselbstlinien	Drehpunkte	Metabolisierungsmodi	Abwehrmechanismen	Störungsebenen	optimale Therapiemethoden
<b>GEIST</b> ab 49-		<b>nichtdual</b>				
ab 42-		<b>D 9</b> (kausales Selbst)				unmittelbares Gewahrsein
<b>Seele</b> ab 35-		<b>D 8</b> (subtiles Selbst)	transrationale Formen Inspiration	mißlungene Integration	spirituelle Krise	subtil (meditative)
ab 28-		<b>D 7</b> (astral-psych. Selbst)	Intuition	psychische Inflation		seelisch (schamanisch- yogische)
<b>Vernunft</b> ab 21-	Seele (tiefer-psychisches Selbst; subtil) Zeuge (ursprüngliches Selbst; kausal) Ich (frontales Selbst; grobstofflich)	<b>D 6</b> (Zentaur)	dialektisch-systemisches Denken	Resignation, Inauthentizität, aufgegebene Selbstverwirklichung	existentielle Krise	existentielle Therapie
19-21		<b>D 5</b> (reifes Ego)	reflexives Denken	Sublimierung, Antizipation, Unterdrückung von Impulsen		Identitäts- krise
15-19		<b>D 4</b> (Rollen-Selbst)	konkretes Denken	verdeckte Absichten, mehreutiges Verhalten	Skript- pathologie	Skriptanalyse
13-14		<b>D 3</b> (Selbst-Konzept)	Symbole, Begriffe	Verschiebung, Reaktionsbildung, Verdrängung, Isolation		
9-10	<b>D 2</b> (emotionales Selbst)	Emotionen, Bilder	Selbstobjekt- verschmelzung, Projektion, Abspalten	Persönlich- keitsstör- gung	stützend danach intensiv- emotional	
7-8	<b>D 1</b> (physisches Selbst)	Körperempfindungen	Verzerrung, Halluzination, halluzinatorische Wunscherfüllung, Wahn-Projektion			Psychose
<b>Leben</b> 0-1,5		<b>D 0</b> (Perinatale Grundmatrizen)				
<b>Geburt</b>						

Abb. 1.19: Die Drehpunkte, ihre Pathologien und die Charakteristik ihrer Therapie in Abhängigkeit vom Metabolisierungsmodus (nach Wilber, 2001a)

Durchschnittsalter	Drehpunkte	J. Piaget	kognitive Entwicklung nach Wilber	moralische Entwicklung L. Kohlberg	wer moralisch berücksichtigt wird
<b>ab 49-</b>			<b>nichtdual</b>		„Alles Manifeste und Nichtmanifeste“ <small>buddhisch</small>
<b>ab 42-</b>	D 9		<b>kausal (formlos)</b>		„Alle Lebewesen“ <small>panentheistisch</small>
<b>ab 35-</b>	D 8		<b>subtil (Archetyp)</b>		in allen Bereichen ohne Ausnahme <small>panenhenisch</small>
<b>ab 28-</b>	D 7		<b>astral-psychisch (Vision)</b>	universell-spirituell ohne Ausnahme	„Alle irdischen Lebewesen“ ohne Ausnahme <small>panenhenisch</small>
<b>ab 21-</b>	D 6	postformal	<b>Schau-Logik (Systeme)</b>	universell-ethisch	„Wir alle“ alle Menschen ohne Ausnahme <small>weltzentrisch</small>
<b>19-21</b>				individuelle Gewissensgrundsätze	
<b>15-19</b>	D 5	formal-operational	<b>Formales Denken</b>	individuelle Rechte Sozialvertrag	„Wir“ Staat, Nation <small>weltzentrisch</small>
<b>13-14</b>				Recht und Ordnung	
<b>11-12</b>				Billigung durch andere	Clan, Familie <small>soziozentrisch</small>
<b>9-10</b>	D 4	konkret-operational	<b>Regel/Rolle</b>		
<b>7-8</b>					
<b>3-6</b>	D 3	konzeptuell-präoperational	<b>Begriff Endozept Symbol</b>	naiver Hedonismus	„Ich“ <small>egozentrisch</small>
<b>1-3</b>	D 2	präkonzeptuell-präoperational	<b>Bild Impuls/Emotion</b>	Strafe/Gehorsam	narzißtisch <small>egozentrisch</small>
<b>0-1,5</b>	D 1	sensomotorisch	<b>Exozept</b>	magischer Wunsch	autistisch <small>egozentrisch</small>
<b>Geburt</b>	D 0		<b>Sinneswahrnehmung</b>		

Abb. 1.20: kognitive und moralische Entwicklungslinien (nach Wilber, 2001a)

Durchschnittsalter	Drehpunkte	Entwicklungsaufgaben Erik H. Erikson	A. Maslow	Weltsichten nach Don Beck (Spiral Dynamics)	spirituelle Entwicklung nach Wilber
<b>ab 49-</b>					<b>nichtdual</b>
<b>ab 42-</b>	D 9				<b>kausal (formlos)</b>
<b>ab 35-</b>	D 8		Selbsttranszendenz		<b>subtil (Gottheismystik)</b>
<b>ab 28-</b>	D 7				<b>astral-psychisch (Naturmystik)</b>
<b>ab 21-</b>	D 6	Integrität vs. existenzielle Verzweiflung Schöpferkraft versus Stagnation Intimität vs. Isolation	Selbstverwirklichung	8. global-holistisch 7. systematisch-integrativ	<b>integral-holistisch</b>
<b>19-21</b>				6. relativistisch	<b>rational-universell (Wissenschaft)</b>
<b>15-19</b>	D 5	Identität versus Rollenkonfusion	Selbstachtung	5. rational-individualistisch	mythisch-rational
<b>13-14</b>					
<b>11-12</b>					
<b>9-10</b>	D 4	Kompetenz versus Minderwertigkeit	Zugehörigkeit	4. religiös-absolutistisch	<b>mythisch-wörtlich (Hochreligionen)</b>
<b>7-8</b>					
<b>3-6</b>	D 3	Initiative versus Schuld & Angst	Sicherheit	3. Machtgötter	magisch-mythisch
<b>1-3</b>	D 2	Autonomie versus Scham & Zweifel		2. magisch-animistisch	(wort-) <b>magisch (Naturreligionen)</b>
<b>0-1,5</b>	D 1	Vertrauen versus Mißtrauen	physiologische Bedürfnisse	1. instinktiv	archaisch-magisch
<b>Geburt</b>	D 0				<b>archaisch (undifferenziert)</b>

Abb. 1.21: Entwicklungsaufgaben, Bedürfnisse, Weltsichten und Spiritualität (nach Wilber, 2001a)



## 1.4 INTEGRALE LEBENSPRAXIS

Wilber betont immer wieder, daß alle Quadranten wechselseitig voneinander abhängen. Deshalb könne die Wahrheit eines Quadranten immer nur eine Teilwahrheit sein. Die Veränderung des Bewußtseins im individuell-inneren Quadranten des Holon »Mensch« stehe immer in Wechselwirkung mit dem Körper (besonders Vorgänge im Gehirn, insbesondere auf Neurotransmitterebene und in den Mustern der Gehirnströme) sowie der Kultur und den sozialen Strukturen in den kollektiven Quadranten. Eine harmonische Entwicklung des Menschen könne daher nicht in der Konzentration auf einen Aspekt erreicht werden, sondern nur in der Ausübung einer integralen Praxis, die so vielen Bereiche wie möglich berücksichtigt. Nachfolgend eine Übersicht über die wichtigsten Bereiche einer umfassenden integralen Lebenspraxis:

	<i>innen</i>	<i>außen</i>
<i>individuell</i>	<p><b>individuelles frontales Selbst (Ich)</b> Atem – Tai Chi, Bioenergetik, Yoga Sexualität – bewußter Umgang, selbsttranszendierende Sexualität Psychotherapie, Beratung Vision – bewußte Lebensphilosophie</p> <p><b>tiefer psychisches Selbst (Seele)</b> astral-psychisch – Naturmystik Schamanistische Methoden, Trance subtil – gegenständliche Meditation Kontemplation, Mantrenmeditation,</p> <p><b>ursprüngliches Selbst (Zeuge)</b> kausal – Achtsamkeitsmeditation, Zeugenschaft, formlose Mystik nichtdual – nichtduale Mystik</p>	<p><b>physisch:</b> Ernährung – Vitamine, Hormone, gesunde Ernährung strukturell – Sport jeder Art, Massage, Sauna etc. Hygiene</p> <p><b>neurologisch:</b> pharmakologisch – angemessene Verwendung von Medikamenten MindMachines, BioFeedback – zur Herbeiführung von Theta- und Delta-Bewußtseinszuständen</p>
<i>kollektiv</i>	<p><b>soziale Beziehungen</b> Freundeskreis, Familie, Kollegen, Nachbarn u.a.</p> <p><b>öffentlichen Meinung und Werte</b> Teilnahme und Einbringen eigener Standpunkte</p> <p><b>Moral</b> praktiziertes Mitgefühl gegenüber allen Lebewesen, z.B. in ehrenamtlicher Arbeit</p>	<p><b>institutionell</b> geregeltere Verhältnisse in Bezug auf Wohnung, Arbeit und Finanzen Engagement in Vereinen und anderen festen Gruppen</p> <p><b>Systeme</b> Wahrnehmung von Verantwortung, Pflichten und Rechten gegenüber Natur und Gesellschaft auf allen Ebenen</p>

Abb. 1.22: Integrale Praxis in allen Quadranten (nach Wilber, 2001a)

Eine integrale Lebenspraxis umfaßt Wilber zufolge die Pflege des Körpers mittels Sport und Ernährung genauso, wie die Pflege des Verstandes durch Weiterbildung und Diskussion, oder die Pflege der Seele durch Meditation und Kunst. Auch könne es nicht sein, daß der Einzelne sich nur auf sich selbst konzentriere, da er als Teil eines kollektiven Holons auch soziale Verantwortung trage. So gehören für ihn zu einer integralen Praxis im umfassenden Sinne viele Bereiche, die letztendlich auch von einem integralen Therapiekonzept beachtet werden müßten.<sup>230</sup> Die Wechselwirkung der Quadranten schließt für ihn auch politische Konsequenzen ein. Er schreibt:

„Was nützt es, das Selbst an eine Kultur anzupassen und es in sie zu integrieren, die selbst krank ist? Was nützt es, ein angepaßter Nazi zu sein? Ist das psychische Gesundheit? ... Deshalb wird eine Gesellschaft mit entfremdenden Produktionsweisen (kollektiv-außen) – wie Sklavenlöhne für unmenschliche Arbeit – sich in niedrigem Selbstwertgefühl bei Arbeitern (individuell-inneren) spiegeln und in einer desolaten Chemie des Gehirns, die zum Beispiel Alkoholmißbrauch als Selbstmedikation institutionalisieren könnte. ... Individuelle Therapie ist auf keinen Fall unwichtig, aber in vieler Hinsicht nur ein schmaler Ausschnitt aus einer dysfunktionalen (noch nicht integralen) Welt. Deshalb ist eine wahrhaft integrale Therapie nicht nur individuell, sondern auch kulturell, sozial, spirituell und politisch.“<sup>231</sup>

<sup>230</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 132 f

<sup>231</sup> Wilber, 2001a, S. 131 f

TEIL 2

Vorläufiges Modell  
einer Integralen Psychotherapie

*Der Elefant*

*Ein Fürst ließ einmal einen Elefanten in einen dunklen Raum bringen. Danach bat er seine hervorragendsten Wissenschaftler, das große unbekannte Ding zu untersuchen, was sich in dem Raum befände.*

*Einer betastete das Bein und sagte, dieses Wesen sei wie ein Baum. Ein anderer betastete das Ohr und sagte, es sei wie das große Blatt einer Lotusblüte. Der dritte beschäftigte sich mit dem Schwanz und kam zu dem Schluss, das Ding wäre doch am ehesten ein ausgefranzter Quast. Der, der den Rücken betastete, meinte, daß es ihn an einen Walfisch erinnere. Für den Erforscher des Rüssels war klar, dass das Wesen einer Schlange gleich sei. Der letzte Weise, der den Stoßzahn in der Hand hatte, stellte voll Trauer über die Dummheit seiner Kollegen fest, daß das Unbekannte eindeutig einem glatten krummen Stock gliche.*

*Der Fürst amüsierte sich köstlich. Doch auch nachdem er ein Licht hatte bringen lassen, ließen die Gelehrten nicht ab von ihrem Streit....*

(Indische Fabel)

Im folgenden werde ich versuchen, aus den vorgenannten Grundsätzen und Details das Modell einer umfassenden Psychotherapie zu erstellen. Dabei gehe ich davon aus, daß Psychotherapie die wichtigste Form der Intervention für Erkrankungen ist, die bei aller zusätzlich vorhandenen somatischen Vulnerabilität oder sozialen Faktoren ihren Ursachenschwerpunkt im Psychischen haben, also im individuell-inneren Quadranten, und sei es nur dadurch, daß physische oder soziale Einflüsse nicht angemessen verarbeitet werden können. Anderenfalls wäre eine medizinische oder soziale Intervention das erste Mittel der Wahl und Psychotherapie lediglich eine begleitende Maßnahme. Allerdings sind Ursachen und Bedingungen manchmal so komplex, daß eine Unterscheidung schwer möglich ist. Durch die Korrelation der Quadranten miteinander dürfte genau genommen nie das Eine ohne das Andere betrachtet werden – zuzüglich entsprechender Interventionen in den kollektiven Quadranten. So haben nachgewiesenermaßen auch gesellschaftliche Änderungen einen Einfluß auf die körperliche und psychische Gesundheit des Einzelnen (und bestätigen damit das AQAL-Konzept) können aber nicht Gegenstand eines Buches über die Psychotherapie sein. Doch finden spezielle Interventionen in den anderen Quadranten im Kapitel »Modell einer allgemeinen Integralen Therapie« zumindest eine kurze Erwähnung.

## 2.1. GRUNDLAGEN EINER INTEGRALEN PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapie kann man definieren als Intervention mit psychologischen Methoden auf der Grundlage von psychologischen Erkenntnissen mit dem Ziel, die Psyche<sup>232</sup> eines Menschen konstruktiv zu beeinflussen. Wie in den letzten Kapiteln dargestellt wurde, kann eine Psychologie nur umfassend sein, wenn sie die holarchische Struktur des Menschen berücksichtigt. Gleich-

<sup>232</sup> Da bei Wilber der Begriff »Seele« einer bestimmten Selbstlinie und einer bestimmten Entwicklungsebene vorbehalten ist, wird er im Kontext mit der Psychologie vermieden. Stattdessen werden die Begriffe Psyche, psychisch bzw. psychologisch verwendet.

ches gilt natürlich für eine Psychotherapie, wenn sie der Bezeichnung »integral« gerecht werden will.

Die klassische Psychotherapie legt den Schwerpunkt auf die individuellen Quadranten des Holon »Mensch« und hier speziell auf das Bündel von Entwicklungslinien, das Wilber als ICH (frontales Selbst) bezeichnet. Dabei geht es ihr vorrangig um die umgrenzte Heilung von neurotischen oder Persönlichkeitsstörungen, also um die Reduzierung von Symptomen, sowie die Wiederherstellung der sozialen Funktionsfähigkeit. Aufgrund des linearen Verständnisses von Krankheitsursache und Wirkung in Form von Symptomen wird hauptsächlich mit Interventionen gearbeitet, die auf die Behebung des konkreten Problems fokussieren. Dem Therapieprozess liegt – oft nur implizit – eine mehr oder weniger normative Vorstellung von einer »gesunden«, funktionsfähigen, sozial verantwortlichen und zufriedenen Persönlichkeit zugrunde, woraus vielfach das Therapieziel abgeleitet wird, den Klienten diesem Ideal anzupassen.<sup>233</sup> Die direktive Orientierung auf ein solches Menschenbild mag bei der Behandlung von Störungen der präpersonalen Drehpunkte bedingt angemessen sein, repräsentiert es doch in gewissem Maße die durchschnittliche Bewußtseinsentwicklung des sozialen Umfeldes. Doch sollte aus integraler Sicht berücksichtigt werden, daß keine Entwicklungsebene übersprungen werden kann und es mehrere Jahre zu ihrer Konsolidierung bedarf, so daß ein erkrankter Mensch sich von seiner jetzigen Ebene diesem Ideal vielleicht nur annähern, es in absehbarer Zeit aber nicht voll realisieren kann. Mit jeder neu erreichten Ebene wird das sich entwickelnde Individuum jedoch fähiger, seine Entwicklung selbstverantwortlich zu steuern und damit auch seiner zunehmenden Individualität gerecht zu werden – sozusagen Empowerment im Persönlichkeitswachstum. So zeigt sich bei der Durchsicht der Literatur zur Psychotherapie der Trend, daß Direktivität in der Intervention mit jeder neuen Bewußtseinsebene weniger nötig zu sein scheint und im Selbsterfahrungsbereich die Kontrolle des Therapieprozesses fast völlig in den Händen des Klienten liegt.

Viele sogenannte »ganzheitliche« bzw. »integrative« Ansätze differenzieren wohl die verschiedenen Quadranten, indem sie versuchen, Körper, Psyche

<sup>233</sup> vgl. Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 11 f

und soziales Umfeld in die Therapie zu integrieren, doch kommt den Entwicklungsebenen gemeinhin wenig Aufmerksamkeit zu. Als Musterbeispiel mag das Lehrbuch der Psychiatrie und Psychotherapie »Irren ist menschlich« von Klaus Dörner und Ursula Plog dienen. In für den deutschen Sprachraum wohl einmaliger Weise werden hier die Bereiche, die Wilber als Quadranten bezeichnet, berücksichtigt – jedoch findet Entwicklung kaum Erwähnung. Das Modell Erik H. Eriksons wird mit seiner Bedeutung für die Entwicklung im Kindes- und Jugendalter zwar kurz zitiert<sup>234</sup>, doch werden die einzelnen Psychopathologien ansonsten als eher zufällig entstandene Bewältigungsstrategien für Konflikte in der Beziehung zu sich selbst bzw. zur Umwelt dargestellt, deren Ursache lediglich durch bio-psycho-soziale Faktoren determiniert ist.

Demgegenüber sehen die Psychoanalyse, die humanistischen und die transpersonalen Schulen neben der Heilung im Sinne von Symptombeseitigung ihr Anliegen auch in der Persönlichkeitsentwicklung. Sie anerkennen also eine qualitative Evolution, vernachlässigen oftmals aber alle anderen außer dem individuell-inneren Quadranten.

Durch Wilbers Grundannahme, daß psychische Erkrankungen immer auch Entwicklungsstörungen sind, die sich in allen Bereichen des Holon »Mensch« niederschlagen, sind in seinem integralen Ansatz Quadranten, Linien und Ebenen untrennbar miteinander verbunden. Anliegen einer Integralen Psychotherapie kann es demnach nur sein, den stagnierenden Entwicklungsprozeß in *allen* Bereichen wieder in Gang zu setzen (AQAL-Konzept). Das Minimalziel ist es dabei, daß der Klient, dessen Selbstentwicklung auf einem präpersonalen Drehpunkt stagniert bzw. dahin regrediert ist, eine Ebene der Selbstidentifikation erreicht, die dem von der Gesellschaft definierten durchschnittlichen Entwicklungsstand für dieses Alter nahekommt – für einen Erwachsenen also mindestens Drehpunkt 4! Die Hauptaufgabe eines Psychotherapeuten ist es demnach, dem Klienten bei der Differenzierung des aktuellen Selbst vom derzeitigen altersunangemessenen Drehpunkt und seiner Identifikation mit der nächsten Selbstebene zu helfen. Da Psychopathologien immer aus mindestens zwei Komponenten

<sup>234</sup> Dörner & Plog, 1988, S. 100-107

bestehen – innen (Ursache / Bedeutung) und außen (Funktion / Konditionierung) – geht es im ersten Schritt also um die Veränderung der inneren Anteile durch Problemlösung. Allein durch die Selbstidentifikation mit einer höheren Entwicklungsebene und deren erweiterten Möglichkeiten kommen oftmals gravierende Änderungen im Erleben und Verhalten zustande. Doch spielt auch das Verhaltenstraining eine wichtige Rolle, um in einem zweiten Schritt frühere Konditionierungen zu kompensieren und Lerndefizite auszugleichen, die durch die Stagnation auf der Störungsebene entstanden sind.

Aus der Sicht des hier vorgestellten Bewußtseinsmodells wird die Selbstentwicklung so zur Grundlage für die Symptomheilung. Dies schließt zwar die Anwendung problemfokussierender Therapiemethoden mit ein, geht aber darüber hinaus indem auch Methoden berücksichtigt werden, die ganz allgemein auf die Bewußtseinsentwicklung der Persönlichkeit abzielen. Lebensbewältigung hängt direkt mit der Integration einer immer größeren Anzahl von Bewußtseinssebenen und Entwicklungslinien in das individuelle Bewußtsein zusammen, wodurch die Persönlichkeit immer umfassender und »heiler« im ursprünglichen Sinne von »Ganzwerdung« wird.<sup>235</sup> Damit liegt der Grad der angestrebten Gesundheit nicht in der Rückkehr zum Ausgangszustand vor der Ausbildung der Symptome, sondern eindeutig darüber.

Wie oben erwähnt, beeinträchtigt die Störung der Entwicklung auf einer Bewußtseinssebene in einem Quadranten immer auch die Entwicklung sowohl auf den nachfolgenden Ebenen als auch in den anderen 3 Quadranten. Wilbers Auffassung nach setzen die einzelnen Therapiemethoden oft exklusiv auf einer bestimmten Entwicklungsebene an einer bestimmten Bewußtseinslinie in einem bestimmten Quadranten an, womit sich sowohl ihre Erfolge als auch ihr Versagen erklären lassen. Therapiemethoden, die sich auf eine Ebene konzentrieren, verlieren an Wirksamkeit, wenn sie auf entferntere Ebenen angewendet werden. Viele Therapieschulen verfügen jedoch über mehrere Methoden, so daß sie auf mehreren Ebenen wirken können. Wilber bemerkt in diesem Zusammenhang, daß viele Schulen die

<sup>235</sup> Mögliche Ausnahme wäre eine kranke soziale Umwelt bzw. ein individueller Entwicklungsstand weit über dem der sozialen Umwelt, da dann individuelle Gesundheit zum Lebenshindernis werden kann (vgl. Wilber, 2001a, S. 131)

Bedeutung der Therapie der vorhergehenden Ebenen anerkennen, die der nachfolgenden jedoch oft ignorieren oder leugnen.<sup>236</sup> Adäquat ist die Wirkung auf den Linien in den Quadranten: Eine Methode, die sich auf eine Linie / einen Quadranten konzentriert, wird hier die größte Wirkung haben und in den anderen nur indirekt wirken. Andererseits können Methoden, die nicht die ursächlich gestörte Entwicklungslinie in ihrem Quadranten auf der ursächlich gestörten Ebene erreichen, sehr wohl nützlich sein, um die Folgeschäden der Störung in den anderen Bereichen zu lindern bzw. um den Klienten soweit zu stabilisieren, daß eine gezielte Intervention im ursprünglich beeinträchtigten Entwicklungsbereich überhaupt erst möglich wird. Außerdem ist ein Individuum kein homogenes Wesen: sein aktuelles Selbst, dessen Subpersönlichkeiten, sowie all seine Entwicklungslinien können sich auf je unterschiedlichen Ebenen befinden, „... so daß der Mensch zahlreiche Typen und Ebenen von Bedürfnissen, Abwehrmechanismen und Pathologien besitzt ... und deshalb auf ein breites Spektrum von therapeutischen Interventionen reagieren wird.“<sup>237</sup>

Psychotherapie gelingt im Sinne des AQAL-Konzeptes um so besser, je mehr sie die Bewußtseins Ebenen, und die verschiedenen Entwicklungslinien in allen Quadranten berücksichtigt und auch die Symptome und Abwehrme-

<sup>236</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 116; Letztendlich spiegelt auch die Reihenfolge der Entstehung der großen psychotherapeutischen Schulen die große Kette des Seins wieder: Die Psychoanalyse als wissenschaftliche Methode mit mythischen Elementen und der Betonung des individuell-inneren Quadranten auf der Schwelle zu D-5, die klassische Verhaltenstherapie als radikaler Ausdruck des rational-naturwissenschaftlichen Weltbildes der Moderne (D-5), die Humanistische Psychologie und die systemische Therapie am Übergang zu D-6 als Bemühen, die Einschränkungen der beiden Vorgenannten zu überwinden, die Transpersonale Psychologie, soweit sie nicht der Prä/Trans-Verwechslung erliegt, als reife D-6. Die Integrale Psychologie als ein Versuch der Vereinigung aller vorgenannten Erkenntnisse markiert den Übergang zu D-7 / Denken des 2. Ranges. Jenseits dessen beginnt das Reich der kontemplativen Wissenschaften und der spirituellen Praxis.

<sup>237</sup> Wilber, 2001a, S. 119

chanismen nicht außer Acht läßt.<sup>238</sup> Das heißt mit anderen Worten, daß der Erfolg von Psychotherapie maßgeblich von einer differentiellen Indikation abhängig ist. Mit dieser Ansicht widerspricht Wilber der Auffassung, man könne mit ein oder zwei Therapiemethoden alle Psychopathologien heilen<sup>239</sup> sondern hält im Gegenteil eine Methodenvielfalt für notwendig, die von einem Therapeuten allein nie geleistet werden kann und deshalb ein *multiprofessionelles Team* notwendig macht.<sup>240</sup> Dabei ist zu berücksichtigen, daß – wenn sich Wilbers Modell der menschlichen Entwicklung als das angemessenere erweisen sollte – die verschiedenen psychotherapeutischen Schulen in erster Linie als *praktische Methoden* weiterexistieren, ihre *spezifischen Theorien* psychologischer Prozesse jedoch höchstwahrscheinlich als *Teilwahrheiten* in einer umfassenden Integralen Psychologie aufgehen werden.

Den Quadranten entsprechend kann man Therapie in 4 Bereichen betrachten:

- a) individuell-innen: Ursache, Bedeutung / Sinn und Ziel (als vergangene, gegenwärtige und zukünftige Aspekte des Bewußtseins)
- b) individuell-außen: konditioniertes Verhalten und körperliche Auswirkungen
- c) kollektiv-außen: soziale Funktion und soziales Verhalten
- d) kollektiv-innen: kultureller Kontext und soziale Bedeutung

Diese 4 Bereiche werden mehr oder weniger gut durch die großen Therapieschulen abgedeckt: der erste durch psychodynamische, humanistische

<sup>238</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 116; Für einige Entwicklungslinien gibt es spezielle Formen jenseits der Psychotherapie im engeren Sinne, z.B. Förderprogramme zur kognitiven Entwicklung oder Kunsttherapie zur Förderung der Kreativität.

<sup>239</sup> Die undifferenzierte und gleichwertige Behandlung aller psychotherapeutischen Methoden – unter Ausschluß der Erkenntnis, daß sie jeweils für die Intervention auf speziellen Ebenen/Quadranten/Linien besonders geeignet sind – verbunden mit der subtilen Überzeugung, daß die eigene Methode (oder der eigene Methodenmix) eigentlich doch das Beste für alle Klienten wäre – ist nichts anderes als die Auswirkung von Boomeritis in der Psychotherapie.

<sup>240</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 116

und transpersonale Richtungen, der zweite durch die Verhaltenstherapie und die letzten beiden durch verschiedene systemische Ansätze.

Davon ausgehend, daß auch bei der Berücksichtigung der anderen Quadranten der Schwerpunkt von Psychotherapie per Definition im individuell-inneren (individuelles Bewußtsein) liegt, definiert Wilber als wichtigstes Therapieziel, daß durch Bewußtheit der gestörte Differenzierungs- und Integrationsprozeß des Selbst-Systems fortgesetzt bzw. eine dissoziierte Subpersönlichkeit integriert wird und dadurch zur nächsthöheren Bewußtseinssebene fortgeschritten werden kann:

„Bewußtheit an und für sich ist heilend. Jede therapeutische Schule, die wir erwähnt haben, versucht auf ihre eigenen Weise, dem Bewußtsein zu erlauben, Facetten von Erfahrungen zu begegnen (oder wiederzubegegnen), die früher entfremdet, mißgestaltet, entstellt oder ignoriert waren. Das ist aus einem fundamentalen Grunde heilend: Durch die volle Erfahrung dieser Facetten kann das Bewußtsein diese Elemente auf eine authentische Weise anerkennen und sie dadurch loslassen: sie als ein Objekt sehen und sich so von ihnen differenzieren, sich aus der Einbettung in sie lösen, sie transzendieren – und sie dann in einer umfassenderen, mitfühlenden Aufnahme integrieren.“<sup>241</sup>

Fuhr et al drücken sinngemäß dasselbe aus, wenn sie in ihrem Handbuch der Gestalttherapie schreiben: „Der Wert einer Entwicklungskrise liegt zu einem großen Teil im Verständnis derselben.“<sup>242</sup>

Da die Ursachen der Störung durch ebenenspezifische Abwehrmechanismen oftmals verdrängt oder deformiert sind, bedarf der Bewußtwerdungsprozeß einer temporären Regression auf die Ebene, in der die Störung ihren Anfang nahm. Diese Problemaktualisierung nennt Wilber auch die »Archäologie des Selbst«. Dazu sind prinzipiell immer die Methoden am erfolgversprechendsten, die den Wahrnehmungs- und Verarbeitungsmodus der ursprünglich betroffenen Bewußtseinssebene in der Intervention berücksichtigen. Dies sind für den individuell-inneren Quadranten grob zusammenge-

<sup>241</sup> Wilber, 2001a, S. 117 f

<sup>242</sup> Fuhr et al, 2001, S. 595

faßt körperlich und emotional intervenierende Therapiemethoden für die frühen Drehpunkte und kognitive Methoden für die verschiedenen mental geprägten personalen Ebenen.<sup>243</sup>

Wilber betont, daß am Ursprung angelangt, die Regression<sup>244</sup> in eine Progression umschlagen müsse, was gemeinsam die heilende Spirale ergibt:

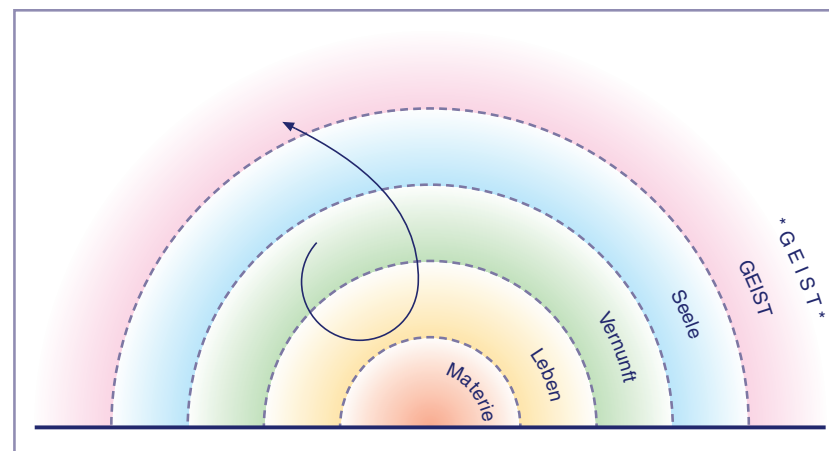


Abb. 2.1: Die heilende Spirale (nach Wilber, 2001a)

Diese Chronologie in der Bearbeitung von Ebenen wird grundsätzlich von Grof bestätigt, der in der Auswertung der Therapieprotokolle von ca. 5000 Klienten, die im psychotherapeutischen Rahmen mit LSD behandelt wurden, feststellen konnte, daß die Klienten sich immer in derselben Reihenfolge mit bestimmten Bewußtseinssebenen auseinandersetzen: Einer ersten Phase, in der traumatische Erfahrungen der Kindheit aufgearbeitet wurden, folgte das Wiedererleben der eigenen Geburt, um am Schluß nach einem symbolischen Tod des frontalen Selbst (ICH) in transpersonalen Erfahrungen

<sup>243</sup> vgl. Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 34

<sup>244</sup> Hier geht es nicht vorrangig um eine generelle, länger anhaltende Regression der Gesamtpersönlichkeit, obwohl auch das möglich ist. Oftmals genügt die zeitlich begrenzte Reaktivierung einer nichtverarbeiteten früheren Erfahrungen, um eine nachträgliche Integration in das Selbst-System in Gang zu setzen.

zu gipfeln.<sup>245</sup> Die gleiche Reihenfolge fand er später auch bei der Anwendung thematisch ungerichteter, intensiv-regressiver Therapiemethoden, z.B. Sitzungen mit Holotropen Atmen.<sup>246</sup> Daher ist anzunehmen, daß die inhaltliche Abfolge universell im Menschen angelegt ist und die Methoden lediglich als unspezifische Katalysatoren wirken. Weil die transpersonalen Phänomene im therapeutischen Rückwärtsschreiten im allgemeinen erst NACH der Bearbeitung frühkindlicher und perinataler Traumata auftauchen, vermutet Grof allerdings, daß sie pränataler Natur seien, also zeitlich noch davor liegen. Wilber widerspricht dieser Prä/Trans-Verwechslung rigoros<sup>247</sup>, indem er deutlich macht, daß die Integration von frühen Verletzungen lediglich die transpersonale Entwicklung begünstigt, daß es also nicht linear in die Vergangenheit geht, sondern spiralförmig in die Zukunft.

Wenn man es nach der Aufarbeitung der Vergangenheit unterläßt, sich nach vorn zu wenden, erhält man Wilber zufolge eine spezielle Form der Prä/Trans-Verwechslung, die er unter dem Begriff »Bodyism« zusammenfaßt:

„Das Problem mit vielen Therapieformen und den meisten Formen alternativer Spiritualität liegt nun darin, daß man sich auf den Weg dieser heilenden Spirale begibt und aufgrund der Prä/Trans-Verwechslung in der prä-rationalen, sinnlichen, physischen Phase stecken bleibt. Man regrediert auf Gefühle, Emotionen, Empfindungen, physische Wahrnehmungen, was zunächst völlig in Ordnung und die notwendige erste Hälfte der Reise ist; dann aber bleibt man dabei stehen und nennt dies transrationalen Geist, was aber mit diesem überhaupt nichts zu tun hat. Man versucht, Transrationalität zu erreichen, und endet in der Prä-rationalität, und das nennt man dann Befreiung. Es ist ein Albtraum. ...

... wenn man auf dieser Ebene bleibt, ist dies eine schwere Regression auf einen präkonventionellen Bewußtseinsmodus. Natürlich ist dies ein herrliches Gefühl – zunächst einmal – weil man sich von den Zwängen des soziozentrischen Bewußtseins und des gegenseitigen

<sup>245</sup> Grof, 1983, S. 85, 184, 266 f, 271 f

<sup>246</sup> Grof, 1985, S. 103-126, 133-136

<sup>247</sup> Wilber, 2000, S. 251-272

gen Verständnisses befreit hat. Man schwelgt in sich selbst, indem man dauernd seine Gefühle »verarbeitet« und in seinen Trieben wühlt; dies fühlt sich eine Weile gut an, bis es – wie Kierkegaard aufzeigte – unvermeidlich in Verzweiflung umschlägt, weil man von dem Kreis des Miteinander abgeschnitten ist, der außerhalb von einem selbst existiert.<sup>248</sup>

Die Prä/Trans-Verwechslung zeigt sich im Bereich der Psychotherapie in verschiedenen Gewändern: So teilen viele Psychotherapeuten mit den Reformpädagogen in der Nachfolge Rousseaus die Vorstellung, daß die Kindheit ein Zustand wahrer psychischer Gesundheit sei, zu dem es gälte, zurückzukehren: „Werdet wie die Kinder!“. Dabei werden die – aufgrund des noch unentwickelten frontalen Selbst (ICH) – noch zugänglichen tieferpsychischen Fähigkeiten des Kindes idealisiert, aber die eben dadurch gleichfalls vorhandene Unmöglichkeit, die Umwelt und sich selbst unverzerrt wahrzunehmen und verantwortlich in ihr zu agieren, völlig übersehen. Die Unfähigkeit des Kindes, seine Getrenntheit zu erkennen, wird zu einer erst spirituell hochentwickelten Personen zugänglichen All-Einheit uminterpretiert. Die durch die Abwesenheit eines mental geprägten ICHs ungesteuert fließende Emotionalität des Kindes wird mit der Fähigkeit eines sehr reifen Menschen verwechselt, in freier Wahl bewußt über das ganze Spektrum der Emotionen verfügen zu können – eine Freiheit, die voraussetzt, daß er sich mit einem weit umfassenderen Selbst (Seele oder Zeuge) identifiziert, welches Körper, Gefühle und Vernunft transzendiert und als gleichberechtigte Funktionen integriert hat.<sup>249</sup>

Therapeutisch äußert sich die Prä/Trans-Verwechslung in der einseitigen Bevorzugung körperlich und emotional intervenierender Techniken, wie bsw. Holotropes Atmen, Bioenergetik etc. Diese sind nach Wilber sehr wohl geeignet, die relativ grobe Erfahrungswelt prä-rationaler Ebenen zu reaktivieren, taugen aber nicht für die dauerhafte Erreichung viel feinerer transrationaler Ebenen, wie es z.B. durch meditative Techniken möglich ist.<sup>250</sup>

<sup>248</sup> Wilber, 1999a, S. 273 f

<sup>249</sup> vgl. Wilber, 2000, S. 231-236; Wilber, 2001a, S. 161 ff

<sup>250</sup> vgl. Wilber, 2001 a, S. 276; Wilber, 2000, S. 257 f, 269 f; Wilber, 1999a, S. 273

Aus dem Konzept der »heilenden Spirale« läßt sich ableiten, daß ein integrales Therapiekonzept nach dem Aufbau der therapeutischen Beziehung und einer eventuell notwendigen Stabilisierung des Klienten damit beginnen müßte, mit Hilfe verschiedener Interventionsmodi seine Lebensgeschichte vom jetzigen Zeitpunkt aus durch die Ebenen schrittweise rückwärts aufzuarbeiten bis zu dem Zeitpunkt, an dem es zur Entstehung der Psychopathologie kam. Da Erfahrungen auf jeder Entwicklungsebene in einem anderen Modus verarbeitet und verschlüsselt werden (sensomotorisch, emotional-bildlich, verschiedene Formen der kognitiven Verarbeitung etc.), empfehlen sich für ihre Bearbeitung jeweils die Therapiemethoden, die diesen Modus am besten berücksichtigen! Es geht also nicht nur um den Inhalt des jeweiligen Drehpunktes im Sinne der unbewältigten Themen, sondern auch um den Interventionsmodus. Dieser sollte einer Ebene entsprechen, die das aktuelle Selbst schon integriert hat, oder mit der es sich gerade identifiziert oder mit der es beginnt, sich auseinanderzusetzen bzw. eine Kombination derselben. Dagegen scheinen Interventionsmodi höherer Ebenen eine Überforderung darzustellen, wie bsw. bei Psychotikern, die trotz vorhandener mentaler Fähigkeiten oftmals nicht in der Lage sind, kognitive Einsichten auf sich selbst zu beziehen, da ihr beeinträchtigtes frontales Selbst keinen Zugang zu diesem Wahrnehmungsmodus hat.<sup>251</sup> In dem Moment, wo ein Großteil der Ebenen integriert ist, wird das aktuelle Selbst natürlich auf alle mit ihnen assoziierten Interventionsmodi reagieren, so daß die Gefahr der Überforderung in den Hintergrund tritt. Hier kann es höchstens passieren, daß eine Methode wirkungslos bleibt, da sie nicht den richtigen Bereich bearbeitet. Allerdings kann auch hier eine ungeeignete Methode, bsw. der Versuch, eine existentielle Krise mittels aufdeckender Techniken zu bearbeiten, zur Entwicklungsstagnation führen, indem der Betroffene in der falschen Richtung sucht.

In einem zweiten Schritt würde sich der Therapieprozeß der Zukunft zuwenden und dem Klienten durch die Vermittlung neuer Erfahrungen und

<sup>251</sup> Diese lineare Betrachtung vernachlässigt aus Gründen der Verständlichkeit die vielen Variationen, die dadurch entstehen, daß die verschiedenen Selbstanteile sich nicht auf einem homogenen Entwicklungsstand befinden.

Verhaltensweisen helfen, eine Bewußtseinsebene zu realisieren, die sowohl seiner kulturellen Umgebung als auch seinem Alter angemessen ist.<sup>252</sup> Dafür bieten sich vor allem lerntheoretisch fundierte Methoden an. Bewußtheit und Lernen / Konditionierung<sup>253</sup> sind also die Schwerpunkte zweier chronologisch aufeinanderfolgender Phasen. Da Bewußtheit und Lernen gleichzeitig die Kennzeichen von Therapie in den inneren bzw. äußeren Quadranten sind, haben wir es wiederum mit einer kreuzweisen Verschränkung von horizontalen und vertikalen Aspekten zu tun. Hinzu käme die Klärung der sozialen Bedeutung und der sozialen Funktion der Erkrankung sowie das Erlernen alternativer sozialer Verhaltensweisen, also die Bearbeitung der Auswirkungen der Entwicklungsstörung in den kollektiven Quadranten. Weil sich Seele (tiefer-psychisches Selbst) und Zeuge (ursprüngliches Selbst) parallel zum ICH (frontales Selbst) entfalten, würde eine integrale bzw. transpersonale Psychologie natürlich nicht nur mit den verschiedenen Methoden der Psychotherapie an den Störungen des ICHs arbeiten, sondern unter Zuhilfenahme von schamanistischen und meditativen Techniken immer auch die Entwicklung der anderen beiden Hauptselbstlinien mit einbeziehen, da eine unausgewogene Entwicklung dieser 3 Bereiche gleichfalls die Entstehung von Psychopathologien verursachen kann.<sup>254</sup>

<sup>252</sup> Die einzige Psychotherapie, die meines Wissens mit der heilenden Spirale arbeitete – also zuerst die Lebensstufen rückwärts bis zur Geburt bearbeitet, um danach umzuschwenken in eine zukunftsgerichtete Bewegung – und die dafür jeweils der entsprechenden Bewußtseinsebene adäquate Methoden benutzte, ist das von Gerd B. Ziegler entwickelte Selbsterfahrungstraining »Vision der Freude«, ein Konzept, das auch heute noch aktuell ist und es wert wäre, für den klinischen Bereich adaptiert zu werden. (vgl. Ziegler, 1992)

<sup>253</sup> bei Grawe: Problemklärung und Problembewältigung; vgl. das Kapitel »Exkurs: Vergleich der Integralen mit der Allgemeinen Psychotherapie«

<sup>254</sup> vgl. Wilber, 2001a, S. 148, 284; Während schamanistische Techniken (Trance, Rituale, Naturmystik etc.), Kontemplation, gegenständliche und bewegte Meditationen seelisch und subtil auf das tiefer-psychische Selbst wirken, sind Methoden der gegenstandslosen Achtsamkeitsmeditation (z.B. Za-Zen, Vipassana) für die Wahrnehmung des ursprünglichen Selbst (Zeugen) geeignet.



## 2.2 MODELL EINER ALLGEMEINEN INTEGRALEN THERAPIE

Psychotherapie als eine Veränderung des individuellen Bewußtseins kann niemals isoliert betrachtet werden, da das Bewußtsein immer Teil des Holons »Mensch« ist, so daß Psychotherapie besonders im stationären Rahmen in eine *allgemeine* Therapie eingebettet sein muß, um auch die 3 Quadranten jenseits des individuell-inneren zu erfassen:

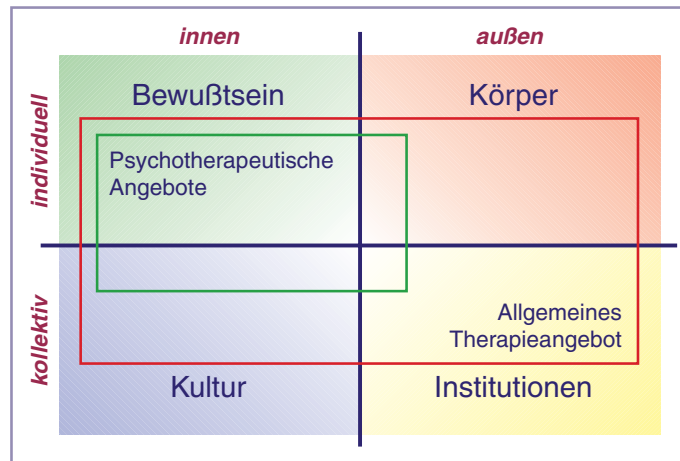


Abb. 2.2: Verhältnis von psychotherapeutischen und allgemeinen Therapieangeboten<sup>255</sup>

Aus Wilbers Grundzügen einer »Integralen Praxis« lassen sich recht einfach die Angebote einer »Allgemeinen Integralen Therapie« im klinischen Rahmen ableiten, die notwendig sind, um den Menschen in allen Quadranten zu erreichen. Damit wird auch das Zusammenspiel der verschiedenen Therapeutengruppen deutlich, von denen ich hier neben den Psychotherapeuten vor allem die Ärzte, die Bewegungstherapeuten / Sporttherapeuten und die Sozialarbeiter / Sozialpädagogen erwähnen möchte. Hinzu kommen Spezialisten für Sondertherapien wie Reittherapie, Ergotherapie, Ernährungsberatung, Meditation etc.

<sup>255</sup> Obwohl die Psychotherapie im engeren Sinne das Holon »Mensch« asymmetrisch abdeckt, werden bei nachfolgenden Darstellungen der besseren Beschriftung wegen gleich große Quadranten verwendet.

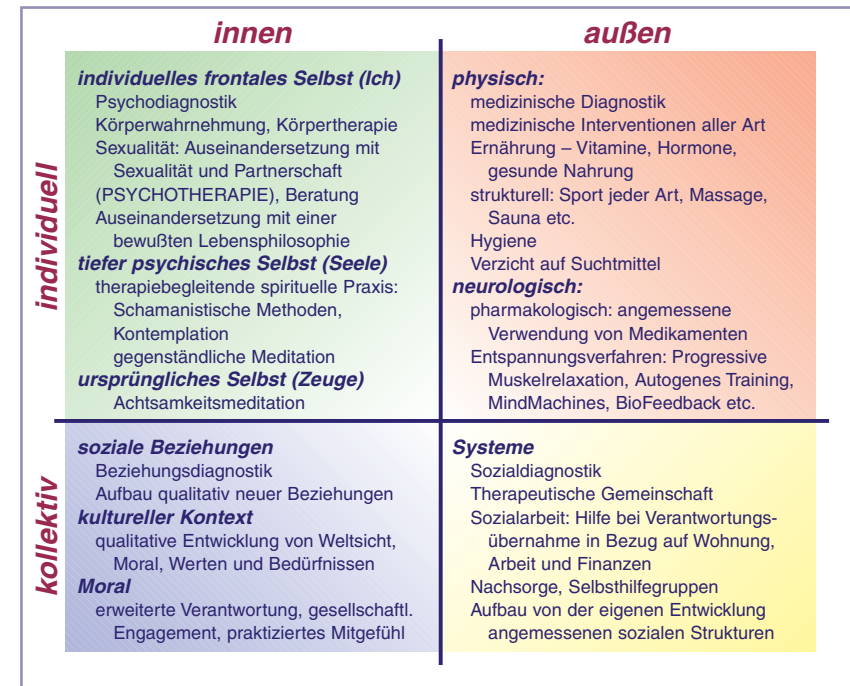


Abb. 2.3: Das allgemeine integrale Therapieangebot

Ein Hinweis zu den Punkten *Lebensphilosophie*, *tiefer-psychisches Selbst* und *ursprüngliches Selbst*: Spätestens seit Antonovskys Forschungen darf es als gesichert gelten, daß der psychische Zustand eines Menschen nicht nur von der Vergangenheit (Ursachen) oder der Gegenwart (aufrechterhaltende Bedingungen, Funktion) bestimmt wird, sondern auch von der Zukunft, nämlich seinen Lebenszielen und der Antwort auf die Frage nach dem Lebensinn. Aus diesem Grunde hat das Thema auch im Rahmen einer Psychotherapie eine immense Bedeutung, kollidiert jedoch augenscheinlich mit der Forderung nach weltanschaulicher Neutralität des Therapeuten. Das Neutralitätsgebot spricht jedoch m.E. nicht dagegen, die Auseinandersetzung mit diesen Themen innerhalb der therapeutischen Gemeinschaft anzuregen bzw. den Klienten durch das Zurverfügungstellen von spirituellen Techniken zu befähigen, eigene Erfahrungen und Erkenntnisse in diesen Bereichen zu sammeln.

## 2.3 GRUNDZÜGE EINER INTEGRALEN PSYCHODIAGNOSTIK

Da Psychodiagnostik der Therapie vorausgeht und maßgeblich für die Auswahl therapeutischer Interventionen im Sinne einer differentiellen Indikation verantwortlich ist, halte ich es für notwendig, an dieser Stelle eine integrale Diagnostik zumindest in ihren Grundzügen zu skizzieren, auch wenn eine detaillierte Entwicklung den Rahmen dieses Buches sprengen würde.

Die herkömmliche Diagnostik nach den Klassifizierungsmaterialien ICD-10 oder DSM-IV ist vorrangig syndromorientiert: Der Klient wird auf verschiedene Symptome untersucht, die in ganz spezifischen Kombinationen gemeinsam ein namentlich faßbares Krankheitsbild (Syndrom) ergeben. Lediglich psychodynamisch orientierte Schulen berücksichtigen dabei bedingt auch die Entstehungszeit im Lebenszyklus (Störungsebene), wobei sie sich aber meist auf die frühe Kindheit beschränken. Wilber betont ausdrücklich die Notwendigkeit einer fundierten Differentialdiagnose nach den Entwicklungsebenen. So sind für ihn astral-psychische Angst, existentielle Angst, psychoneurotische Angst und Borderline-Angst sehr verschiedene Phänomene, die trotz gleicher Symptomatik verschiedene Interventionsmodi erfordern. Weil die meisten Diagnostiker nicht das ganze Spektrum des Bewußtseins berücksichtigen, sondern nur die Ausschnitte, die mit ihrer therapeutischen Ausrichtung vereinbar sind, komme es immer wieder zu Fehldiagnosen. So sei es genauso unsinnig, eine existentielle Krise psychoanalytisch als Trennungstrauma des Kindes von seiner Mutter zu deuten, wie einen messianischen Wahn in einen transrationalen Status im Sinne C. G. Jungs zu erheben.<sup>256</sup>

Aufgrund der Komplexität des Modells und da die Störungsebene (Zeit) und die betroffenen Quadranten (Ort) einer Psychopathologie nur durch den Dialog erkennbar sind, empfiehlt Wilber einen speziell ausgebildeten Psychologen, den er adäquat zum Hausarzt »Hauspsychologen« nennt, dessen vorrangige Aufgabe eine quantitative UND qualitative Diagnostik sowie die Weitervermittlung des Erkrankten an einen Fachtherapeuten wäre, der aufgrund seiner Spezialisierung geeignet ist, auf den entsprechenden Ebenen und Quadranten optimal zu intervenieren.<sup>257</sup> So genügt es seiner Auffassung

nach nicht, nur die Symptome einer Depression zu diagnostizieren, sondern es ist zwingend notwendig, auch den/die Ursachenquadranten und vor allem die Störungsebene festzustellen, um daraus den adäquaten Interventionsmodus abzuleiten: Bei einer Involutionen-Depression, die auf traumatischen Geburtserlebnissen basiert, wird man mit kognitiven Methoden nur Nachfolgerscheinungen auf späteren Ebenen lindern können, da zum Zeitpunkt der Störung die mentalen Fähigkeiten noch nicht so weit entwickelt waren, als daß das Trauma in Symbolen oder Begriffen hätte verarbeitet oder gespeichert werden können.<sup>258</sup> Andererseits werden Depressionen, die auf einer Skriptpathologie oder einer Identitätskrise beruhen – die also durch die Störung der Transformation des Selbstes auf den rationalen Ebenen entstanden – kaum auf körperorientierte Interventionen ansprechen, dafür aber gut mit kognitiven Methoden behandelbar sein. Die Aufgabe eines erfahrenen Diagnostikers wäre es demnach, durch eine sorgfältige Anamnese und die Erfassung der Charakteristik der Erkrankung den Ursprungsbereich der Störung einzugrenzen. Dies läßt sich zum einen über vorhandene symptomorientierte Meßinstrumente (Persönlichkeitstests, Interviews etc.) erreichen, da eine Reihe Symptome und Abwehrmechanismen für bestimmte Bewußtseinsstufen charakteristisch sind, z.B. Wahn für die sehr frühen Ebenen D-0 und D-1, extreme emotionale Instabilität und Selbstverletzungen für D-2 usw. Eine umfassende Zuordnung der in ICD-10 und DSM-IV definierten Leitsymptome und Syndrome zu den einzelnen Entwicklungsebenen, die die Voraussetzung für eine integrale Diagnostik wäre, steht allerdings noch aus. Dies dürfte auch auf einige Schwierigkeiten

<sup>256</sup> vgl. Wilber et al, 1988, S. 156 f

<sup>257</sup> vgl. Wilber, 1999a, S. 160, S. 219

<sup>258</sup> Mentale Erinnerungen an frühkindliche Traumata transportieren sicher die emotionale Qualität des Erlebnisses, sind aber (fast) immer eine kognitive Interpretation / Symbolisierung aus der Gegenwart heraus: Prozesse, die nicht in Worte gefaßt werden konnten, weil es noch keine Worte dafür gab, werden nachträglich bebildert bzw. verbal faßbar gemacht. Deshalb warnt Wilber davor, solche Berichte immer wörtlich zu nehmen. Dazu zählt u.a. die inflationäre Anzahl von Berichten über sexuellen Mißbrauch, satanische Rituale und UFO-Entführungen. (vgl. Wilber, 1997b, S. 230 ff) In die Fachliteratur hat dieses Phänomen als Pseudoerinnerungen bzw. als False-Memory-Syndrom Eingang gefunden.

stoßen, da bei einigen Erkrankungen – bsw. Angststörung oder Depression – eine zweifelsfreie Zuordnung zu den Ebenen nur aufgrund der Leitsymptome nicht möglich ist.<sup>259</sup> Hier ist die Erweiterung um ein strukturiertes oder halbstrukturiertes Interview notwendig, da dieses besser geeignet ist, die Entstehung der Störung innerhalb der Entwicklungsphasen deutlich zu machen.

Als Hilfsmittel für eine integrale Diagnose kann das integrale Psychogramm dienen, da es einen differenzierten Überblick über den individuellen Entwicklungsstand eines Menschen ermöglicht. Im folgenden Beispiel sind die wichtigsten Entwicklungslinien, auf denen sich Entwicklungsstörungen ausdrücken können, eingezeichnet. Es kann jedoch jederzeit um weitere Linien erweitert werden:

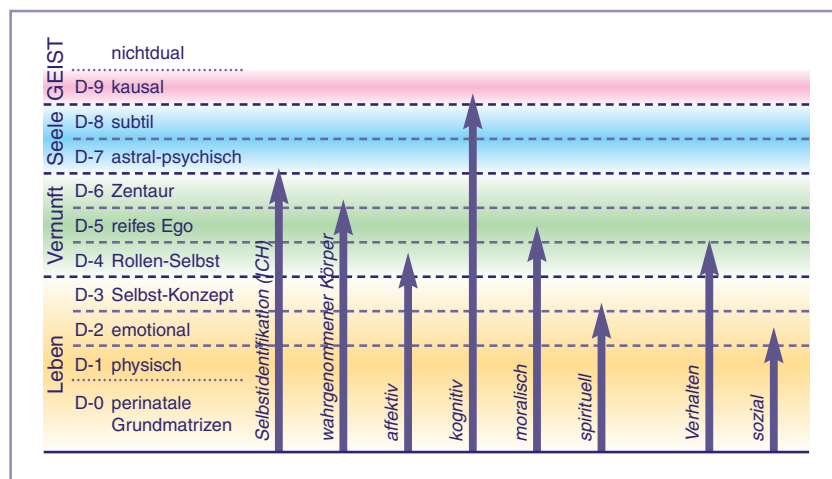


Abb. 2.4: Das integrale Psychogramm (nach Wilber, 2001a)

Dabei scheint die wichtigste Linie für die Praxis das frontale Selbst (ICH) in seiner besonderen Funktion als *Ort der Selbstidentifikation* zu sein, da sie gewissermaßen die Schnittmenge aller selbstbezogenen Entwicklungslinien darstellt. Bei einer regressiven Gesamtentwicklung (z.B. aufgrund einer

<sup>259</sup> Fuhr bemerkt, daß bisher eigentlich nur für die präpersonalen Ebenen objektive Kriterien ausreichend gesichert sind. (vgl. Fuhr et al, 2001, S. 594)

posttraumatischen Belastungsstörung) wäre es auch möglich, die Pfeilspitze dieser Linie wieder gegen den Ursprung zu kehren. Inwieweit noch andere Entwicklungslinien (z.B. psychosexuelle, Kreativität, etc.) Aufnahme finden, mag ein wenig von den Interventionskanälen und der Orientierung des jeweiligen Therapeuten abhängen.

Eine andere, ausführlichere Möglichkeit wäre die kreisförmige Darstellung, weil hier die Quadranten besser berücksichtigt werden könnten. Dadurch ist es möglich, die Linien, die die Beziehung des Individuums zur Umwelt beschreiben (z.B. Moral, soziale Kompetenzen, kommunikative Fähigkeiten etc.), separat darzustellen und so genauer zwischen den Symptomen zu unterscheiden, die das Individuum selbst beeinträchtigen und denen, die seinen Austausch mit der Umwelt beeinflussen:

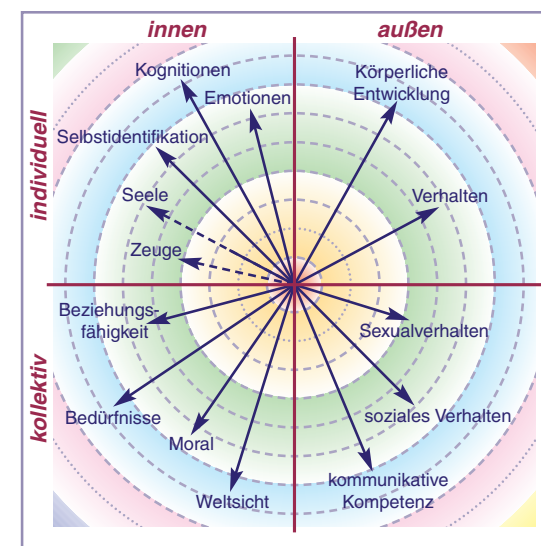


Abb. 2.5: Das kreisförmige integrale Psychogramm in den Quadranten

Um diese Diagramme zu erhalten kann man sich meines Erachtens mehrerer Methoden bedienen. Durch die Anwendung vorhandener klassischer Psychodiagnostik (Leistungstests, Persönlichkeitstests, projektive Tests, Interviews etc.) ließe sich das integrale Psychogramm indirekt ableiten, da – wie

oben beschrieben – die Charakteristik einer Störung meist auch Hinweise auf die Ebene ihrer Entstehung liefert. So sind psychotische Symptome wie z.B. Wahn charakteristisch für eine Entwicklungsstörungen des Selbst auf den Drehpunkten 0 und 1, auch wenn der Mensch sich bis zum Erwachsenenalter augenscheinlich normal entwickelt hat und es erst dort zur ersten psychotischen Episode gekommen ist. ...

... Neben der Defizitdiagnostik hat ein Psychogramm den Vorteil, auch die Ressourcen eines Klienten deutlich zu machen. Diese sind letztendlich nichts anderes als die besonders weit entwickelten Linien des Selbst-Systems. Um auch Entwicklungslinien zu berücksichtigen, die normalerweise nicht im Mittelpunkt des Interesses stehen, empfiehlt sich hier ein angepasstes Vorgehen, z.B. indem der Klient direkt nach Bereichen oder Eigenschaften gefragt wird, in denen er glaubt gut zu sein bzw. die ihm besonders Freude bereiten. Dadurch erhält der Therapeut Hinweise, welche zusätzlichen Ressourcen des Klienten er in die therapeutische Arbeit einbeziehen kann um den Klienten zu stützen bzw. die Entwicklung stagnierender Linien wieder in Gang zu setzen.

Wilber betont mehrfach die Wichtigkeit der Differentialdiagnose von prä-rationalen Störungen und spirituellen Krisen, da es durch die vordergründige Ähnlichkeit prä- und transrationaler Symptome immer wieder zu tragischen Fehleinschätzungen in beide Richtungen kommt, so daß Menschen mit psychotischen oder psychoseähnlichen Störungen zu Mystikern stilisiert und andererseits Menschen mit transpersonalen Erfahrungen als psychotisch eingeordnet werden. Diese Fehldiagnose führt nachfolgend wiederum zur Empfehlung völlig ungeeigneter Therapiemethoden, z.B. zur ungerechtfertigten Psychiatrieeinweisung von Menschen mit spirituellen Krisen.<sup>260</sup> Auch die Anwendung transpersonaler Methoden bei präpersonalen Störungen mit spirituellen Inhalten, wie sie im Kapitel »Die transpersonale Entwicklung und ihre Störungen« beschrieben wurden, wird kaum zur hier notwendigen Entwicklung eines stabilen frontalen Selbstes (ICH) führen. Doch sind von verschiedenen Wissenschaftlern klare Kriterien zur Unterscheidung ausgear-

<sup>260</sup> vgl. z.B. Wilber et al, 1988, S. 156 f, Wilber, 2001b, S. 220 f; Wilber, 2001a, S. 140

beitet worden, so von den Grofs, aber auch von Scharfetter, sowie Saver und Rabin.<sup>261</sup> Stellvertretend letztere hier mit ihrer Übersicht:

KRITERIEN	SPIRITUELL	PSYCHOTISCH
Halluzinationen	meist visuell	meist auditiv, oft anklagend
Vokabular	religiöse Wortwahl, generell harmonisch, Konnotation: Gott, Friede, Geist	häufig Themen von Krankheit und Abweichung
persönliche Rolle	Individuum als selbstneugierendes Geschöpf einer höheren Macht	persönliche Grandiosität und Allmacht
Affekte	meist ekstatisch, freudig	indifferent, verschreckt
Dauer	vorübergehend, gewöhnlich Stunden	persistierend für Monate oder Jahre, residualer Wahn, reduzierte soziale Funktionen
Rückzug	möglich; meist jedoch Rückkehr, um die Erfahrung mit anderen zu teilen	fortschreitende Isolierung ist obligatorisch
Sprachausdruck	Glossolalie, Sprache ist unbekannt und unverständlich, Sprachfluss ist eingeschränkt	bekannte Sprache, Sprache hat Neologismen und bizarre Assoziationen, Denkstörungen und Denkblokkaden können auftreten
kulturelle Vergleichbarkeit	Glaubenssysteme werden von anderen als valide anerkannt	Glaubenssysteme werden durch andere abgelehnt

Tab. 1.1: Kriterien zur Differenzierung spiritueller Krisen (transpersonal) von psychotischen Störungen (präpersonal)

<sup>261</sup> vgl. Grof & Grof, 1990, S. 56-59, S. 362-363; Scharfetter, 1997; Saver & Rabin, 1997

Jenseits des Entwicklungsstandes des Klienten ist es für den Diagnostiker natürlich auch interessant, WIE es zu der Fehlentwicklung kam. Doch wurde an anderer Stelle schon angedeutet, daß der Zusammenhang zwischen Störungsursache und Störungsart sehr komplex ist: Der Zeitpunkt der Störung determiniert zwar die Störungsebene (regressive Identifikationen des Selbst, z.B. bei posttraumatischen Belastungsstörungen, einmal ausgenommen) – die Art der Ursache bestimmt aber nicht unbedingt die Entwicklungslinie, auf der sich die Störung ausdrückt. Dies hängt von verschiedenen Gründen ab: So verkörpern Menschen verschiedene *Typen*, die daher verschieden auf gleiche verursachende Erfahrungen reagieren. Mit dem Alter verändern sich die Möglichkeiten der Integration und Interpretation dieser Erfahrungen (zunehmende Wahlfreiheit). Je weiter sich der Mensch entwickelt, desto komplexer – und damit relativierender – wird zudem der Erfahrungshintergrund (individueller Kontext), in den eine verursachende Erfahrung eingeordnet werden muß. Hinzu kommen körperliche, kulturelle und soziale Kontexte. Oftmals ist die erkennbare Ursache lediglich der *Auslöser*, der ein kulminiertes bio-psycho-soziales Ursachenbündel veranlaßt, sich als Krankheit zu manifestieren. Durch die Korrelation der Quadranten und Linien miteinander kann es weiterhin zu Krankheitsverschiebungen kommen, usw. usf. So ist es nicht verwunderlich, daß verschiedene Ursachen bei verschiedenen Menschen gleiche Symptome hervorrufen können, bzw. gleiche Ursachen bei verschiedenen Menschen verschiedene Symptome. Dem widerspricht nicht, daß es eine gewisse *Wahrscheinlichkeit* gibt, mit der eine bestimmte Ursache zu einer bestimmten Störung führt, doch sind die Zusammenhänge oft nicht linear, sondern sehr komplex.

Aufgrund dieser Komplexität ist bei vorschnellen Ursachenzuschreibungen und Deutungen seitens des Diagnostikers / Therapeuten äußerste Vorsicht geboten. Die Vermutungen gerade auch über die Ursachen psychischer Störungen können immer nur *Hypothesen* sein, die letztendlich durch den Klienten bestätigt werden müssen. Dies ist ihm oftmals erst innerhalb des Therapieverlaufes möglich, indem er Zugang zu Erinnerungen an Lebensereignisse sowie deren subjektiver Bedeutung für seine Entwicklung bekommt. Manches Mal wird die Ursache aber auch im Dunkel bleiben.

Während in den vorhergehenden Absätzen vorrangig die Diagnostik des individuellen Bewußtseins betrachtet wurde, um daraus notwendige psychologische Interventionen ableiten zu können, darf seine Einbettung in das Holon »Mensch« nicht übersehen werden, da psychische Störungen häufig einhergehen mit organischen Erkrankungen und sozialen Problemen. Eine ganzheitliche Diagnostik muß daher immer auch diese Bereiche berücksichtigen, z.B. in Form der medizinischen Diagnostik, der Sozialdiagnostik und der Beziehungsdagnostik. Dies findet zu großen Teilen heute schon statt, z.B. in der Untersuchung des körperlichen Zustandes und in der Sozialanamnese. Wilbers Quadrantenmodell ist hier allerdings als Strukturierungshilfe sehr geeignet, wie die folgende Abbildung zeigt:

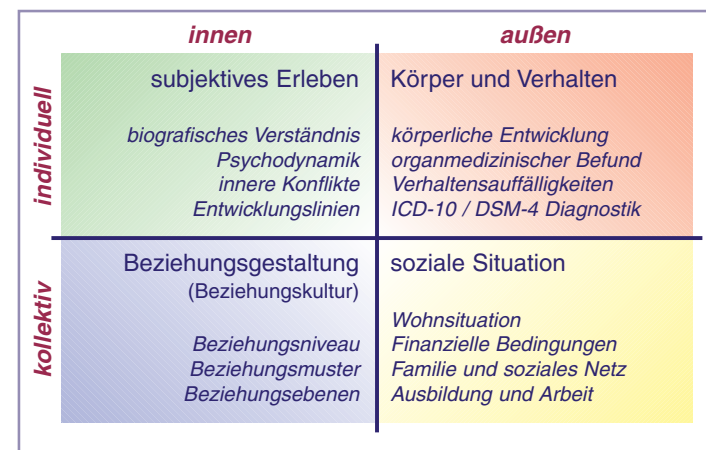


Abb. 2.7: ganzheitliche Diagnostik in allen Quadranten (nach Galuska, 2003)

Die besondere Schwierigkeit einer integralen Diagnose ist, daß der Mensch eben kein homogenes Wesen ist, sondern daß neben den Quadranten und Ebenen die Entwicklungslinien und Subpersönlichkeiten gleichfalls berücksichtigt werden müssen. Dies führt zu einer Komplexität der Diagnostik, die weit über das bisher übliche Maß hinausgeht. Um hier überhaupt noch handlungs- und entscheidungsfähig zu sein, ist der Diagnostiker gezwungen, die Daten zu reduzieren und Schwerpunkte zu setzen. Da eine rein empiri-

sche Gewichtung in diesem Falle fast zwangsläufig zu Verzerrungen führen wird, ist er in hohem Maße auf seine Intuition<sup>262</sup> angewiesen.

Aufbauend auf den hier skizzierten Grundzügen bleibt es eine Aufgabe für die Zukunft, aus schon vorhandenen und noch zu schaffenden Diagnostik-Bausteinen ein valides und vergleichbares System zu entwickeln, das gleichermaßen quantitative und qualitative Erhebungen in den individuellen und kollektiven Quadranten ermöglicht.<sup>263</sup>

<sup>262</sup> Intuition wird hier als auf verinnerlichteten Erfahrungen und Wissen basierende kurzfristige Entscheidungsfindung innerhalb eines komplexen Sachverhaltes gesehen, und nicht romantisierend als impulsive, emotionale »Bauchentscheidung« (vgl. Galuska, 2003, S. 45 ff)

<sup>263</sup> Ein eigenes Thema, welches trotz der möglichen klinischen Dimensionen hier nur erwähnt werden kann um Denkanstöße zu setzen, ist die Eignungsdiagnostik. Bisher wird die Eignung für verschiedene Tätigkeiten hauptsächlich vom Alter, von der körperlichen Verfassung und von bestimmten Fähigkeiten – also überwiegend von Kriterien der äußeren Quadranten – abhängig gemacht. Die derzeitige Diskussion um Soft Skills besonders in Führungspositionen zeigt, daß auch andere Qualitäten wichtig sein können. Wenn Wilber Recht hat mit seiner These, daß erwachsene Menschen sich mit ihrer Selbstentwicklung auf verschiedenen Ebenen befinden – siehe integrales Psychogramm – dann könnte dies durchaus auch ein Kriterium im Sinne einer *unteren Schwelle* für bestimmte Tätigkeiten bzw. gesellschaftliche Positionen sein. Mir sind die Gefahren des Mißbrauchs durchaus bewußt, die darin liegen, daß es schwer ist, zuverlässige Daten für die seelische Reife, die genau genommen ja einem »inneren Alter« entspricht, zu gewinnen, bzw. daß solche Prüfungen auch benutzt werden könnten, um unliebsame Menschen unabhängig von ihrer Reife an der Ausübung bestimmter demokratischer Rechte zu behindern etc. Doch hat z.B. der Faschismus auf grausame Weise gezeigt, was passieren kann, wenn Menschen mit einer prä-rationalen Selbstidentifikation (Blut-und-Boden-Philosophie) in einer bestimmten historischen Situation in die Verfügungsgewalt über die materiell-technische Basis einer hochentwickelten Industriegesellschaft gelangen. (vgl. Wilber, 2001a, S. 174) Dieser Aspekte sollte man sich bei gesellschaftlichen Prozessen zumindest bewußt sein.

## 2.4 DETAILLIERTES MODELL EINER INTEGRALEN PSYCHOTHERAPIE

Nachfolgend will ich versuchen, die am Beginn des 2. Teiles in ihren Grundlagen beschriebene Integrale Psychotherapie im Detail auszuarbeiten. Aufgrund der Komplexität dieses Modells hätte es in erster Linie Bedeutung im Rahmen einer stationären Gruppentherapie innerhalb einer psychotherapeutischen Klinik, da ein derart umfassendes Angebot als ambulante Einzeltherapie kaum realisierbar sein dürfte. Methoden der Einzeltherapie finden daher nur insoweit Aufnahme, als sie sich – wenn schon nicht als Gruppentherapie – wenigstens vor der Gruppe praktizieren lassen, weshalb reine Einzeltherapiemethoden, wie z.B. die Psychoanalyse, hier weitgehend unberücksichtigt bleiben.

Für die Psychotherapie im engeren Sinne, die sich speziell an das Bewußtsein des einzelnen Klienten richtet, lassen sich unter Einbeziehung der Randbereiche in den anderen Quadranten folgende Grundsätze ableiten:

	<i>innen</i>	<i>außen</i>
<i>individuell</i>	<p>alle Methoden, die helfen, gestörte Persönlichkeitsanteile durch Bewußtheit zu integrieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <i>intensiv-regressive Techniken</i></li> <li>· <i>psychodynamische Ansätze</i></li> <li>· <i>kognitive Verhaltenstherapie</i></li> <li>· <i>Humanistische Psychologie</i></li> <li>· <i>Transpersonale Psychologie</i></li> </ul>	<p>alle übenden/lernenden Verfahren, die individuelles Verhalten verändern und entwickeln:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <i>klassische Verhaltenstherapie</i></li> <li>· <i>Entspannungsverfahren</i></li> <li>· <i>NLP</i></li> <li>· <i>Training verschiedener Fähigkeiten</i></li> </ul>
<i>kollektiv</i>	<p>alle Verfahren, die die Beziehungsfähigkeit qualitativ verbessern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <i>Gruppentherapie</i></li> <li>· <i>Encounter</i></li> <li>· <i>tiefenpsychologische, wachstumsorientierte und phänomenologische Familienherapie</i></li> </ul>	<p>alle Methoden, die die Strukturen (Kommunikation, Grenzen etc.) sozialer Systeme ändern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <i>Milieuherapie</i></li> <li>· <i>therapeutische Gemeinschaft</i></li> <li>· <i>Training sozialer Kompetenzen</i></li> <li>· <i>strukturell-systemische Ansätze</i></li> </ul>

Abb. 2.8: Psychotherapie in allen Quadranten<sup>266</sup>

<sup>266</sup> aufbauend auf Vorschlägen von Fuhr & Gremmler-Fuhr, 2000, S. 16

In dieser Darstellung deuten die im individuell-inneren Quadranten aufgeführten Methoden schon die Staffellung entsprechend der Hierarchie der Entwicklungsebenen an. Natürlich haben auch alle anderen Quadranten ihre Ebenen, auf denen Therapiemethoden hierarchisch angeordnet werden können. Allerdings wird die Einordnung dadurch erschwert, daß die meisten psychotherapeutischen Schulen über mehrere Methoden verfügen, die sich verschiedener Interventionsmodi bedienen. Weiterhin muß berücksichtigt werden, daß viele Therapieschulen nicht nur ebenenübergreifend, sondern auch quadrantenübergreifend wirken: ragt doch die Gestalttherapie mit dem »Organismus-Umwelt-Feld« in die kollektiven Quadranten und kann doch auch eine konditionierte Veränderung des Verhaltens (individuell-außen) zu inneren Einsichten führen. Außerdem kann man bestimmte Methoden sowohl zum allgemeinen Therapieangebot als auch zum darin enthaltenden Bereich »Psychotherapie« rechnen (z.B. Entspannungsverfahren, therapeutische Gemeinschaft oder Beziehungsgestaltung). Aufgrund der fließenden Grenzen zwischen den Ebenen und Quadranten lassen sich Überschneidungen und Unschärfen nicht vermeiden.

Die folgende Zuordnung von Therapiemethoden zu Ebenen und Quadranten erfolgte, soweit sie nicht von Wilber vorgegeben und in seinen Büchern begründet ist<sup>267</sup>, nach ihrer Selbstbeschreibung und nach Augenscheinvalidität. Insofern erhebt sie auch keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wichtigstes Kriterium war der durch die Charakteristik der Selbstebenen und Quadranten vorgegebene optimale *Interventionsmodus*: körperlich (sensomotorisch), emotional, bildlich (visuell), kognitiv, übend (konditionierend), seelisch, subtil etc. Sicher bin ich mir insbesondere dort in meiner Auswahl, wo ich sowohl die theoretischen Grundlagen als auch die praktische Durchführung einer Methode aus eigener Erfahrung kenne. In der Zukunft stünde eine Vervollständigung dieses deshalb bewußt »vorläufig« genannten Modells durch Vertreter der einzelnen Therapieschulen und -methoden sowie seine empirische Überprüfung an. Grawe hat auf diesem Gebiet wertvolle Vorarbeit geleistet. Leider richtet seine Metastudie ihr Augenmerk aus-

<sup>267</sup> insbesondere in Wilber et al, 1988, S. 117-147

schließlich auf die Therapieformen, untersucht also die Wirksamkeit der einzelnen Schulen und Methoden relativ störungsunabhängig. Für empirische Aussagen darüber, welche Therapiemethode bei welcher Störung am besten hilft (differenzielle Indikation), hätten die Patientenvariablen im Zentrum stehen müssen – ein Arbeitsaufwand, der die Möglichkeiten der Forschungsgruppe seiner Aussage nach überstieg.<sup>268</sup> Bei einer zukünftigen Untersuchung in dieser Richtung müßte weiterhin berücksichtigt werden, daß gleiche Symptome Ausdruck von Entwicklungsstörungen auf verschiedenen Bewußtseinsebenen sein können, so daß die Störungsebenen differentialdiagnostisch deutlich unterschieden werden müßten (z.B. Depression D-2, Depression D-3 etc.).

Für Grawe war die Symptomreduzierung (quantitativ; äußere Quadranten) das wichtigste Erfolgskriterium, obwohl er bei der Formulierung seiner Allgemeinen Psychotherapie die Notwendigkeit der Intervention in den inneren Quadranten ausdrücklich anerkannte.<sup>269</sup> Nach Wilber müßte der Persönlichkeitsentwicklung (qualitativ; innere Quadranten) ein gleichwertiger Rang eingeräumt werden. Da Therapiemethoden, die in den inneren Quadranten arbeiten, sich in ihrer Charakteristik grundsätzlich von den Methoden der äußeren Quadranten unterscheiden, müßte das sowohl im Setting einer solchen Studie als auch in ihrer Bewertung berücksichtigt werden.

...

<sup>268</sup> vgl. Grawe et al, 1994, S. 72

<sup>269</sup> vgl. Grawe et al, 1994, S. 754-757, 784 f

## 2.5.4 Weitere Aspekte und Ausblick

Eine Voraussetzung für die Verbreitung einer Integralen Psychotherapie im stationären Bereich wäre die allgemeine Anerkennung des Zusammenhanges von individueller Entwicklung und Psychopathologien. Dadurch würde sich schon die Diagnostik dahingehend verändern, daß Ärzte bzw. »Hauspsychologen« nicht nur von Symptomkomplexen ausgingen, sondern Störungsart (Linien und Quadranten) und Störungsebene berücksichtigen und ihre Klienten an dementsprechend ausgerichtete Kliniken überweisen könnten. Adäquates gilt für die ambulante Psychotherapie, nur daß hier höchstwahrscheinlich mehrere (auf bestimmte Ebenen / Quadranten spezialisierte) Therapeuten nach- und nebeneinander notwendig wären.<sup>397</sup> Das wäre ein Fortschritt im Gegensatz zur vielfach gängigen Praxis, einen an psychischen Symptomen Leidenden in die nächstbeste ambulante oder stationäre Einrichtung zu schicken – ohne Berücksichtigung des Zusammenspiels von Symptomen und Selbstentwicklung des Klienten auf der einen und Methodenprofil der behandelnden Therapieeinrichtung auf der anderen Seite. Ausnahmen sind derzeit lediglich Einrichtungen, die sich auf spezielle Symptomgruppen (z.B. Abhängigkeitserkrankungen etc.) spezialisiert haben und diese mit in der Praxis gewachsenen und bewährten Methoden behandeln bzw. Einrichtungen, die mit einem integrativen Ansatz arbeiten – also über ein großes Methodenrepertoire verfügen und daher eher zufällig den Klienten auf der ihm angemessenen Entwicklungsebene und in allen Quadranten erreichen. Durch die Vermeidung von Therapiezuweisungen, die der Störungsebene eines Klienten nicht angemessen sind, könnten die unökonomischen Endlosterapien sogenannter »therapieresistenter« Klienten

---

<sup>397</sup> Eckert (in Reimer et al, 2000, S. 420 ff) bemängelt zurecht, daß adaptive Indikations- und Handlungsmodelle die Kompetenz eines einzelnen Therapeuten überfordern. Diese Optimierung läßt sich tatsächlich nur bewältigen, wenn vor der Therapie aufgrund der Diagnose eine Vorauswahl spezialisierter Therapeuten stattfindet und diese, dem Verlauf der Therapie angepaßt, miteinander kooperieren – unabhängig davon, ob es sich um ein Team in einer Klinik oder um niedergelassene Therapeuten im ambulanten Bereich handelt.

ten oftmals vermieden werden. Das würde natürlich eine vorhergehende Erforschung und Anerkennung von Therapiemethoden bedeuten, denen aufgrund herrschender Lehrmeinungen und Partialinteressen bisher der Status als Richtlinienverfahren verweigert wird.

Ich möchte nicht verhehlen, daß die Akzeptanz des Wilberschen Menschenbildes sicher auch berufspolitische Auswirkungen hätte. Aufgrund eigener schlechter Erfahrungen sei mir hier ein etwas persönlicherer, polemischer Ton erlaubt. Die Polemik richtet sich dabei in erster Linie gegen die Auswüchse von Gesundheits- und Standespolitik und nicht gegen die vielen guten ärztlichen Psychotherapeuten, vor denen ich größte Hochachtung habe: Da die Psychotherapie m.E. die praktische Anwendung der Psychologie ist, ist die Bevorzugung von Ärzten – die ja den Körper, und nicht die Psyche studiert haben – als Psychotherapeuten in den verschiedensten Einrichtungen des Gesundheitswesens heutzutage ungefähr so einleuchtend wie es die Ansicht wäre, daß gelernte KFZ-Mechaniker die besseren Bäcker sind. In der Vergangenheit hatte das Heilungsmonopol der Ärzte eine gewisse Berechtigung aus der geschichtlich gewachsene Teilung von Psychologie und Medizin. Während erstere noch sehr jung ist und sich in ihrem Ursprung vor allem als theoretisch-forschende Wissenschaft verstand und erst am Anfang des 20. Jahrhunderts begann, diagnostische und noch später auch therapeutische Methoden zu erarbeiten, verstand sich die Medizin von Anfang an als praktische Wissenschaft, die ihr Tätigkeitsfeld über ihre Erfahrungen in der Psychiatrie vom Körper immer weiter auch auf die Psyche ausdehnte. Diese Trennung hing eng zusammen mit dem szientistischen Weltbild der Moderne und der danach üblichen materialistisch-mechanistischen Reduktion des Menschen auf eine weitgehend homogene Körper-Bewußtseinsmaschine, da nach diesem Modell der Zustand der Körperbasis einseitig den Zustand des darauf aufbauenden Bewußtseins bestimmt: „In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist!“ Dabei ist es egal, ob man nun die Dampfkesselmetapher, die Computermetapher oder eine kybernetische Metapher bemühte, von denen bei aller partieller Nützlichkeit aus integraler Sicht keine das Verhältnis von Materie und GEIST, Körper und Bewußtsein wirklich erklärt. Doch ist es aufgrund dieses Welt-



bildes nachvollziehbar, daß die Psychologie als eine Teilwissenschaft der Medizin nachgeordnet wurde. Inzwischen erhält durch die evolutionsimmanente kontinuierliche Verschiebung des Entwicklungsschwerpunktes von der Materie zum GEIST die Psychologie eine immer stärkere Eigenbedeutung. Außerdem ist das Wissen in beiden Gebieten so stark angewachsen, das es kaum noch von einem Menschen überblickt werden kann. Da seine Beherrschung jedoch für einen zeitgemäßen kompetenten Umgang mit Erkrankungen notwendig ist und es daher auch innerhalb beider Disziplinen viele Spezialisierungen gibt, ist es kaum glaubhaft, daß das psychologische Wissen von den Ärzten nebenbei bewältigt werden kann. Die Vermittlung psychologischen Wissens innerhalb des Medizinstudiums ist im Verhältnis zum Psychologiestudium derzeit zumindest völlig unzureichend und überwiegend auf medizinische Psychologie sowie psychiatrisches und psychosomatisches Grundwissen begrenzt<sup>398</sup>, so daß einfach die Eignung der theoretischen Grundlage für die Ausübung des Psychotherapeutenberufes durch Ärzte angezweifelt werden muß. Und wenn die Psychologen, die oft gleichfalls dem oben beschriebenen Reduktionismus anhängen, bereit wären anzuerkennen, daß es zwei relativ autonome Bereiche im Holon »Mensch« gibt, die zwar miteinander korreliert sind, sich aber *nicht* aufeinander reduzieren lassen, nämlich Körper UND Bewußtsein, individuell-äußerer UND individuell-innerer Quadrant, würde es ihnen das moralische Fundament geben, ihre Gleichberechtigung einzuklagen, nämlich die theoretische und therapeutische Zuständigkeit für den individuell-inneren Quadranten. Das hätte in der Praxis große Auswirkungen, da es die medizinische Ausbildung als prädestinierte Grundlage für die Ausübung von Psychotherapie grundsätzlich in Frage stellte. Logische Folge wäre, daß werdende Psychotherapeuten sich in Zukunft generell für ein Psychologiestudium als Basisausbildung entscheiden müßten, anstatt, wie zur Zeit üblich, der besseren Berufschancen wegen ein Medizinstudium zu wählen.

Unabhängig von diesen prinzipiellen Überlegungen zum Verhältnis von Medizin und Psychologie möchte ich noch einmal betonen, daß es viele

<sup>398</sup> Diese Beurteilung erfolgt nach mehrjährige Tätigkeit in der psychologischen Ausbildung von Medizinstudenten an einem Universitätsklinikum.

sehr gute ärztliche Psychotherapeuten gibt. Diese verdanken ihre berufliche Qualifikation jedoch nicht ihrer theoretischen Basisausbildung, sondern eher unspezifischen Therapeutenvariablen – nämlich dem Stand ihrer individuellen Persönlichkeitsentwicklung, bestimmten menschlichen Eigenschaften und ihrer Selbst- und Berufserfahrung, was noch einmal den Wert der inneren Quadranten für diesen Beruf deutlich macht. Doch müssen ihnen in diesen menschlichen Qualitäten Vertreter anderer Berufsgruppen, insbesondere der Sozialberufe, nicht nachstehen, so daß dies kein ausreichendes Kriterium für eine *Bevorzugung* bei der Ausübung einer Tätigkeit als Psychotherapeut sein kann. Die Klärung dieser anachronistischen – und letztendlich auch kostspieligen – Situation könnte andererseits Grundlage für eine wirklich ergänzende und gleichberechtigte Zusammenarbeit von Ärzten und Psychotherapeuten in multiprofessionellen Teams sein. Diesen müßten, um eine wirklich umfassende Therapie im integralen Sinne anbieten zu können, selbstverständlich auch andere Spezialisten wie Sozialpädagogen / Sozialarbeiter, Bewegungstherapeuten, Ergotherapeuten etc. angehören.

Abschließend sei noch einmal darauf hingewiesen, daß das gesamte hier vorgeschlagene Modell einer empirischen Überprüfung in der Praxis bedarf. Da es bisher keine Klinik gibt, die explizit »integral« arbeitet, ist es vorerst lediglich möglich, Kliniken inhaltlich danach zu untersuchen, inwieweit sie diesem Modell *nahekommen*, wie ich es im folgenden am Beispiel Bad Herrenalb versuche. Der nächste Schritt wäre es, Kliniken mit gleicher Klientel in ihrer *globalen Effektivität* zu vergleichen – wie es heute gängige Praxis ist – jedoch unter dem Aspekt, inwieweit sie dem Modell einer Integralen Psychotherapie entsprechen oder nicht. Es gälte also herauszuarbeiten, inwieweit der Therapieerfolg durch die Berücksichtigung möglichst vieler Ebenen, Linien und Quadranten (AQAL-Konzept) sowie der heilenden Spirale beeinflusst wird. Dabei ist zu beachten, daß Effektivität hier nicht auf soziale Funktionsfähigkeit oder eine reduzierte Symptomatik zu beschränken ist, sondern die qualitative Entwicklung der verschiedensten Aspekte der Persönlichkeit einbeziehen muß.<sup>399</sup> Ein ausdrückliches Thera-

<sup>399</sup> vgl. Schneider, 1996, S. 61-75, 129 f, 152 ff

pieziell auf Grundlage des Wilberschen Entwicklungsmodells könnte die Identifikation des Selbst des Klienten mit der von der Mehrheit der Gesellschaft geteilten Bewußtseinssebene oder gar mit darüber liegenden Ebenen sein. Auch legen bsw. neuere Untersuchungen nahe, daß die subjektive Bewertung der Therapie durch den Klienten – ausgedrückt in Aspekten wie Zufriedenheit, Zielerreichung, Selbstwerterhöhung, Selbstwirksamkeit und Sinnerleben – für seine Lebenszufriedenheit und die Prognose wichtiger ist, als die objektive Symptomreduktion<sup>400</sup>, was zu einer Aufwertung der inneren Dimensionen in der Evaluierung führen könnte.

Aufgrund der Komplexität des Modells dürfte sich die empirisch-quantitative Überprüfung der einzelnen Therapiebausteine unter Praxisbedingungen<sup>401</sup> am schwierigsten gestalten, da sie durch ihr Ineinandergreifen und Aufeinanderbauen kaum so operationalisierbar sind, daß sie sich separat untersuchen lassen. Für eine an einer Integralen Psychotherapie orientierten Klinik würde es bedeuten, daß sie außer den zusätzlichen Ressourcen, die sie benötigt, um das Konzept umzusetzen, auch noch genügend Kapazitäten besitzen müßte, eine differenzierte Evaluation durchzuführen. Weiterhin erschwerend wären ethische Kriterien, z.B. in dem Sinne, daß keinem Klienten eine als heilsam erachtete Behandlung vorenthalten werden darf, nur um den Forderungen nach einer Kontrollgruppe zu genügen etc. Deshalb würde eine Evaluation auf derart hohem Niveau sowohl verfeinerte Meßinstrumente und Methoden erfordern, als auch ein gesellschaftliches Interesse, um sie materiell abzusichern. Doch all das ist Zukunftsmusik ...

<sup>400</sup> vgl. Michalak et al, S. 101 f

<sup>401</sup> zur Bedeutung der Evaluation unter Praxisbedingungen vgl. J. Kriz ([http://dueker.psycho.uni-osnabrueck.de/faecher/klin\\_ps/kriz/warstein-wiss.htm](http://dueker.psycho.uni-osnabrueck.de/faecher/klin_ps/kriz/warstein-wiss.htm)) und M. B. Buchholz ([www.psychotherapie.org/michael/psa-profess.html](http://www.psychotherapie.org/michael/psa-profess.html))

## ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS

Aufl.	Auflage
bearb.	bearbeitete
bsw.	beispielsweise
bzw.	beziehungsweise
d.h.	das heißt
erw.	erweiterte
et al	und weitere
etc.	et cetera – und weitere
f	(nach einer Seitenzahl) und folgende Seite
FB	Fragebogen
ff	(nach einer Seitenzahl) und folgende Seiten
Hrsg.	Herausgeber
i.S.	im Sinne
Kap.	Kapitel
m.E.	meines Erachtens
o.A.	ohne Autor
o.g.	oben genannte
o.J.	ohne Jahr
o.O.	ohne Ort
o.S.	ohne Seitenzahl
Ps.	Psychologie
PTh.	Psychotherapie
u.a.	und andere
u.v.a.	und viele andere
u.v.a.m.	und viele andere mehr
überarb.	überarbeitete
unv.	unveränderte
usw.	und so weiter
usf.	und so fort
vgl.	vergleiche
vollst.	vollständig
z.B.	zum Beispiel

## GLOSSAR

*Abstinenz* (therapeutische): hier i.S. der Trennung von beruflicher und privater Sphäre auf Seiten des Therapeuten, wie sie für eine professionelle Beziehung notwendig ist, insbesondere die Rücknahme privater Bedürfnisse (geschäftliche, emotionale, sexuelle etc.) dem Klienten gegenüber – bei gleichzeitiger Kongruenz und emotionalem Engagement in der therapeutischen Beziehung.

*Adoleszenz*: Pubertät

*Adualität*: vor jeder Dualität, z.B. aufgrund mangelnder Differenzierung

*Akzeptanz*: i. S. C. Rogers bedingungslose Annahme des Klienten als einmaliges menschliches Wesen

*Ätiologie*: Lehre von den Krankheitsursachen; sie ist Voraussetzung für eine gezielte Psychotherapie

*Alexithymie*: vollkommene Abwesenheit von Gefühlen

*Anamnese*: Erhebung der Vorgeschichte einer Krankheit während der Eingangsuntersuchung

*Anthropisches Prinzip*: Annahme, daß das Universum in seinen physikalischen und chemischen Grundlagen (Raumdimensionen, Naturkonstanten etc.) gesetzmäßig so angelegt ist, daß sich Leben und Bewußtsein entwickeln können, da es beim jetzigen Alter des Universums statistisch unmöglich ist, daß komplexe Lebensformen nur durch Zufall entstanden sind.

*Behaviorismus, behavioral*: aus dem Amerikanischen kommende Bezeichnung für Verhaltenstherapie, verhaltenstherapeutisch

*Bewußtseinszustände* (Wilber): temporäres Verweilen auf einer anderen Entwicklungsebene als der, mit der das gegenwärtige Selbst gerade identifiziert ist. Es gibt natürliche (Wachbewußtsein, Traumschlaf, Tiefschlaf) und außergewöhnliche Bewußtseinszustände (temporäre Regression, Gipfelerlebnisse).

*Boomeritis* (Wilber): Kollektiver Schatten von D-6, der darin besteht, die bedeutende Einsicht des Konstruktivismus, daß jede Erkenntnis des Kósmos immer auch ein subjektives bzw. kontextuelles Element enthält und daß es daher viele gültige Interpretationen gibt, dahingehend zu übertreiben, daß alle diese auch qualitativ gleichwertig seien und man

deshalb auch seine eigene subjektive Sicht zum alleinigen Dreh- und Angelpunkt des Universums machen könne.

*Compliance*: Bereitschaft zur Mitarbeit auf Klientenseite

*Dekompensation*: Ausbruch einer latent vorhandenen psychischen Erkrankung durch den Zusammenbruch der vorher bestehenden scheinbaren Anpassung und die Manifestierung von Symptomen

*Denken des 2. Ranges* (Wilber): Während Vertreter der Ebenen D-1 bis D-6 die Bedeutung vorhergehender Entwicklungsebenen negieren, ist der Mensch ab der späten Ebene D-6 zum erstenmal fähig, die Errungenschaften aller Ebenen anzuerkennen und sich ihrer zu bedienen.

*Depersonalisation*: Entpersönlichung, eigene Handlungen und Erlebnisse werden nicht mehr auf die eigene Person bezogen, Unwirklichkeitsgefühl sich selbst gegenüber

*Derealisation*: die Umwelt erscheint fremd und unwirklich

*Devianz* (sexuelle): sexuelle Abweichung, z.B. Sadomasochismus, Fetischismus etc.

*Dezentrierung*: Die Fähigkeit, einen Sachverhalt aus verschiedenen Perspektiven heraus wahrnehmen zu können, z.B. aus der Sicht eines anderen Menschen.

*Differentialdiagnose*: Abgrenzung einer Krankheit gegenüber ähnlichen Syndromen

*direktiv*: lenkend, mit einer festen Zielvorstellung (z.B. von psychischer Gesundheit, denen der Klient möglichst entsprechen soll)

*Dissoziation, dissoziieren*: Auflösung, auseinanderfallen

*Drehpunkt* (Wilber): genau genommen Übergang von einer Entwicklungsebene zur nächsten, wird hier aber auch für die dazugehörigen Ebenen selbst verwendet.

*Dysfunktionen, cerebrale*: psychische Störungen, bei denen organische Ursachen vermutet, aber bisher nicht nachgewiesen werden können

*elevationistisch* (Wilber): einem Phänomen einen höheren Sinn zuschreiben, als es real verkörpert

*Emergenz, emergieren* (Wilber): plötzliche und unvorhersagbare Entwicklung neuer Qualitäten

*Empathie*: i.S. C. Rogers Einfühlungsvermögen in einen anderen Menschen  
*Empirie, empirisch*: auf sinnlichen Erfahrungen beruhende Erkenntnis; auch für Wissenschaftsbereiche verwendet, die auf der Beobachtung und Meßbarkeit objektiver Erscheinungen beruhen, gilt vor allem für die Naturwissenschaften  
*Entität*: die Seinshaftigkeit einer Erscheinung, seine reale, dingliche Existenz  
*Enuresis*: nächtliches Einnässen  
*Evaluation*: hier speziell Analyse und Bewertung von Psychotherapie unter den Gesichtspunkten von Wirksamkeit, Angemessenheit, finanziellem Aufwand, ethischer Vertretbarkeit, theoretischer Fundierung, etc.  
*Extinktion*: Löschung von dysfunktionalem Verhalten in der Verhaltenstherapie  
*Falsifikation*: Widerlegung einer Hypothese  
*Flashback*: bei posttraumatischen Belastungsstörungen realitätsnahe Rückversetzung in die Schocksituation, oft durch äußere Reize ausgelöst  
*Genese*: Entstehungsgeschichte  
*Grundstrukturen* (Wilber): sind während der Entwicklung erworbene Qualitäten, die in ihrer Form erhalten bleiben und lediglich ergänzt werden (z.B. Sprachfähigkeit)  
*hermeneutisch*: deutend, interpretierend, auslegend  
*heterarchisch* (Wilber): gleichberechtigt nebeneinander existierend  
*Holone* (Wilber): Grundbausteine des Universums, die zugleich Ganzes und Teile sind: Sie sind gleichzeitig in sich geschlossen, doch können mehrere von ihnen als Juniorholone auch ein komplexeres Seniorholon mit neuen Eigenschaften bilden.  
*Holarchie* (Wilber): Eine Hierarchie, die sich aus dem Zusammenschluß einfacher Holone zu immer komplexeren Holonen ergibt  
*holistisch*: ganzheitlich und umfassend; nach Wilber alle Quadranten, Ebenen, Linien, Perspektiven, Typen und Zustände berücksichtigend  
*Homöostase*: »Fließgleichgewicht«, die relative innere Stabilität von Systemen trotz permanenter äußerer Einflüsse  
*iatrogen*: ärztlich verursacht, hier i.S. von therapeutisch verursacht  
*Indexpatient*: Die Systemische Psychologie geht davon aus, das psychische Erkrankungen immer Erkrankungen der ganzen Familie sind – es wird

gewöhnlich nur am schwächsten Familienmitglied offensichtlich, das daher Indexpatient genannt wird.  
*indigene Kulturen*: Völker auf einem stammesgeschichtlich frühen Entwicklungsstand  
*Injunktion* (Wilber): grundsätzliche Herangehensweise an ein Thema, z.B. bei der Erforschung von Phänomenen, synonym zu Paradigma  
*Intelligibilia*: Phänomene aus der Welt der Gedanken (Noosphäre)  
*Intervention*: hier i.S. von psychotherapeutische Beeinflussung eines Menschen zum Zweck seiner Veränderung durch Einsicht und Lernen  
*Katamnese*: Nachuntersuchung, Nachbefragung  
*Kinästhesie*: Bewegungsgefühl  
*Kohärenz, kohärent*: Zusammenhang, zusammenhängend  
*Komorbidität*: die Wahrscheinlichkeit des gemeinsamen Auftretens zweier (psychischer) Krankheiten (z.B. Persönlichkeitsstörung und Sucht), die hoch oder niedrig sein kann  
*konditionieren, Konditionierung*: Gewohnheitslernen, Lernen durch Übung und Wiederholen  
*Kongruenz*: i.S. C. Rogers emotionale Offenheit und Ehrlichkeit des Therapeuten dem Klienten gegenüber  
*Konstruktivismus*: wichtige philosophisch-wissenschaftstheoretische Position in der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts  
*kontemplativ, Kontemplation*: auf einen Gegenstand ausgerichtete transrationale Geistestätigkeit  
*Kontextfaktoren*: indirekte Einflüsse auf ein Phänomen / einen Prozeß durch Wechselwirkungen bzw. die Einbindung in größere Systeme / Kontexte  
*Kontraindikation*: individuelle Gründe, die gegen die Anwendung bestimmter Methoden / Interventionen sprechen  
*Metabolisierung, metabolisieren*: (»verstoffwechseln«), hier i.S. von Wahrnehmung und Verarbeitung von Erfahrungen im Bewußtsein  
*Neuroleptika*: sedierende (beruhigende) Psychopharmaka  
*Noosphäre* (Wilber): von T. de Chardin geprägter Begriff für das mental erfahrbare Weltwissen der Menschheit

*Objektkonstanz* (auch *Objektpermanenz* genannt): die Fähigkeit des Kindes zu begreifen, daß die materielle Umwelt auch unabhängig von seiner Wahrnehmung existiert

*Ontogenese*: Individualentwicklung innerhalb einer Art, z.B. eines einzelnen Menschen

*organisch*: vom Körper ausgehend (in Bezug auf medizinische Sachverhalte)

*Panentheismus*: Lehre von der Einheit von Materie und GEIST, ohne daß sie identisch sind, da GEIST gleichzeitig der Materie zugrunde liegt.

*Paradigma*: vgl. Injunktion

*Pathogenese*: Entstehungsgeschichte von Krankheiten

*pathologisch*: krankheitswertig, krankhaft

*Psychopathologie*: synonym für »psychische Erkrankung«

*perinatal*: während der Geburt

*Perinatale Grundmatrizen*: nach S. Grof grundsätzliche Prägung des Menschen durch den Schwangerschafts- und Geburtsprozeß, wodurch die Bewertung aller nachfolgenden Erfahrungen beeinflusst wird (z.B. Urvertrauen vs. Urmißtrauen)

*Phänomen*: hier i.S. von Erscheinung – etwas, das existiert und beobachtbar ist. Dabei kann es sich sowohl um materielle Objekte, aber auch um nichtmaterielle Prozesse (z.B. Gefühle) handeln.

*Phylogenese*: Stammesgeschichte, Entwicklung der Art, z.B. der Menschheit

*Physiosphäre*: sinnlich erfahrbare, materielle Umwelt

*postnatal*: nach der Geburt

*pränatal*: vor der Geburt

*Psychodynamische Therapiemethoden*: Zusammenfassung aller Psychotherapie, die in ihrem Menschenbild auf Sigmund Freud zurückgreifen, also neben der Psychoanalyse auch Neo-Psychoanalyse, Tiefenpsychologie, Individualpsychologie (Adler) und die Analytische Psychologie (Jung)

*Pneumosphäre* (Wilber): durch spirituelle Praxis erfaßbare transrationale Wirklichkeit

*psychedelische Substanzen*: hier im Sinne von bewußtseinserweiternden Substanzen, wie sie vor allem in einigen spirituellen Kontexten als Kata-

lysatoren zur Realisierung transpersonaler Bewußtseinszustände verwendet werden.

*Psychosyndrom*: charakteristischer Komplex verschiedener Krankheitssymptome, die gemeinsam unter einem Krankheitsnamen (z.B. Borderline-Störung) zusammengefaßt werden.

*Reduktionismus, reduktionistisch*: Vereinfachung – meist durch Weglassen wichtiger Bestandteile, z.B. die isolierte Betrachtung einzelner Elemente oder die Anwendung vereinfachender Modelle und Gesetze auf komplexe Phänomene; i.S. Wilbers vor allem die mangelhafte Berücksichtigung von Ebenen, Quadranten und Linien (sowie Typen, Zuständen und Perspektiven) bei der Betrachtung eines Holons

*Regression*: hier Zurückfallen, Rückschritt durch die Identifikation des Selbst mit einer früher durchlaufenen Bewußtseinsstufe

*Repräsentation*: Abbildung der äußeren Wirklichkeit im Bewußtsein

*Salutogenese*: A. Antonovskys Modell der Entstehung von Gesundheit: Was erhält Menschen gesund?

*Schatten*: verdrängte / abgewehrte Bewußtseinsanteile eines Individuums bzw. einer Gesellschaft (kollektiver Schatten)

*Schau-Logik* (auch *Netzwerk-Logik*): Ebene des Bewußtseins, die sich durch die Erfassung komplexer, abstrakter, nichtlinearer und dialektischer Zusammenhänge auszeichnet

*Sense of Coherence*: von A. Antonovsky postuliertes Kriterium, welches beschreibt, inwieweit ein Mensch sein Leben als sinnhaft, verstehbar und durch eigene Kraft zu bewältigen erlebt. Das Maß des Kohärenzgefühls hat als individuell-innere Komponente Einfluß auf die Entstehung und den Verlauf von Erkrankungen aller Art.

*Sensibilia* (Wilber): wahrnehmbare Objekte der Physiosphäre

*Sharing* (auch *Go Round*): Mitteilen der eigenen Befindlichkeit und innerer Erfahrungen in einer (psychotherapeutischen) Gruppe

*Singularität*: ein Punkt in der Raumzeit, an dem die Naturgesetze divergieren, d.h., die Lösungen streben gegen unendlich, was zu einem Zusammenbrechen (Schwarze Löcher) der Vierdimensionalität von Raum und Zeit bzw. umgekehrt zu ihrer Entstehung (Urknall) führt. Die Anfangs-

singularität des Urknalls legt nahe, daß es eine (wie auch immer geartete) Endsingularität geben muß, auf die sich unser Universum zubewegt.

*somatisch*: körperlich, physisch (in Bezug auf medizinische Sachverhalte)

*Somnambulismus*: Schlafwandeln

*Symbol*: Name, Bezeichnung für Objekte

*szientistisch*: wissenschaftlich; im Zusammenhang mit Weltbild: naturwissenschaftlich-materialistisches Weltbild

*Tetra-Evolution* (Wilber): parallele und wechselseitige Entwicklung in allen 4 Quadranten

*Theosphäre, theistisch*: Bereich Gottes, gottbezogen, von Wilber insbesondere im Zusammenhang mit den mythisch-monotheistischen Großreligionen verwendet

*Tic*: unwillkürliche motorische Reaktion, z.B. Zucken des Augenlids

*Tiefenstruktur* (Wilber): grundlegende Charaktereigenschaften einer Entwicklungsebene, z.B. in Form bestimmter kognitiver Verarbeitungsmodi

*Transformation* (Wilber): Entwicklung von einer Ebene zur nächsten, qualitativ

*Transidentität*: das Gefühl, körperlich zum biologisch anderen Geschlecht zu gehören

*Translation* (Wilber): Veränderungen innerhalb einer Ebene, z.B. durch Anhäufung von Erfahrungen, quantitativ

*Transzendelia* (Wilber): transpersonale Realitäten

*transzendieren*: über etwas hinausgehen, hier die qualitative Entwicklung auf eine neue Ebene

*Übergangsstrukturen* (Wilber): basieren auf den Grundstrukturen und sind ebenenspezifisch, d.h., daß sie beim Übergang auf eine neue Ebene von anderen Strukturen ersetzt werden (z.B. Moral, Weltanschauung etc.).

*Verifikation, verifizieren*: Überprüfung einer Hypothese auf ihre Wahrheit, z.B. durch logische oder empirische Beweise

*Vulnerabilität*: Verwundbarkeit, Anfälligkeit für Krankheiten

*Zentaur* (Wilber): Identifikation des Selbst mit dem Drehpunkt D-6, gekennzeichnet durch eine angemessene Harmonie von Körper, Gefühlen und Vernunft

## LITERATURVERZEICHNIS

- Ammon, Günter (1971): *Auf dem Wege zu einer Psychotherapie der Schizophrenie*. In: *Dynamische Psychiatrie – Internationale Zeitschrift für Psychiatrie und Psychoanalyse*, Heft 172/173 (1998), S. 337-405, Berlin: »Pinel«
- Assagioli, Roberto (1988). *Psychosynthese* (2. Aufl.). Freiburg/Br.: Aurum
- Becker, Vera (1989). *Die Primadonnen der Psychotherapie*. Paderborn: Junfermann
- Belschner, Wilfried (2003). *Ergebnisse der empirischen Forschung zur Transpersonalen Psychotherapie*. In: Galuska, Joachim (Hrsg.). *Den Horizont erweitern – Die transpersonale Dimension in der Psychotherapie*. Berlin: Ulrich Leutner
- Belschner, Wilfried (o.J.). *Die vergessene Dimension in Cragos Allgemeiner Psychotherapie*. o.O.: unveröffentlichtes Manuskript
- Benesch, Hellmuth (1995). *Enzyklopädisches Wörterbuch Klinische Psychologie und Psychotherapie*. Weinheim: Beltz / Psychologie Verlags-Union
- Bengel, Jürgen; Strittmatter, Regine und Willmann, Hildegard (1999). *Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert* (4. Aufl.). Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- Casriel, Dan (1981). *New Identity Process*. In: Corsini, Raimond J. (1994). *Handbuch der Psychotherapie* (4. Aufl.). Weinheim: Beltz / Psychologie Verlags-Union
- Casriel, Dan (1995). *Wiederentdeckung der Gefühle* (keine Auflagenangabe). Oberursel: 12&12
- Corsini, Raimond J. (1994). *Handbuch der Psychotherapie* (4. Aufl.). Weinheim: Beltz / Psychologie Verlags-Union
- Dennler, Jürg (1999). *Dan Casriels New Identity Process mit Bonding*. Wiesbaden: Franz-Bert Müller
- Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (Hrsg.) (2000). *Verhaltenstherapie – Therapien und Methoden* (12. Aufl.). Tübingen: DGVT
- Dilling, Horst; Reimer, Christian & Arolt, Volker (2001). *Basiswissen Psychiatrie und Psychotherapie* (4. Aufl.). Berlin: Springer

- Dörner, Klaus und Plog, Ursula (1988): *Irren ist menschlich*. Leipzig: VEB Georg Thieme
- Dworschak, Monika und Richarz, Bernhard (1998): *Ethische Aspekte in der humanstrukturellen Milieuthérapie*. In: *Dynamische Psychiatrie – Internationale Zeitschrift für Psychiatrie und Psychoanalyse*, Heft 172/173 (1998), S. 411-420, Berlin: »Pinak«
- Faraday, Ann (1980). *Deine Träume – Schlüssel zur Selbsterkenntnis*. Frankfurt/M.: Fischer
- Freyberger, Harald J., Schneider, Wolfgang und Stieglitz, Rolf-Dieter (Hrsg.) (2002). *Kompendium Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin* (11. erw. Aufl.). Basel: Karger
- Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan & Gremmler-Fuhr (Hrsg.) (2001). *Handbuch der Gestalttherapie* (2. unv. Aufl.). Göttingen: Hogrefe
- Fuhr, Reinhard & Gremmler-Fuhr, Martina (2000). *Grundlinien eines integralen Konzeptes der Persönlichkeitsentwicklung im Rahmen von Ken Wilbers Evolutionsphilosophie*. In: *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 1/2000. Petersberg: Via Nova
- Galuska, Joachim (2003). *Grundprinzipien einer transpersonal orientierten Psychotherapie*. In: Galuska, Joachim (Hrsg.). *Den Horizont erweitern – Die transpersonale Dimension in der Psychotherapie*. Berlin: Ulrich Leutner
- Gennep, Arnold van (1999). *Übergangsriten. Les rites de passage*. Frankfurt: Campus
- Gilot, Laura Boggio (1994). *Therapeutische Psychosynthese mit transpersonaler Orientierung nach R. Assagioli und K. Wilber*. In: Zundel, Edith & Loomans, Pieter (Hrsg.) (1994). *Psychotherapie und religiöse Erfahrung*. Freiburg: Herder
- Grawe, Klaus; Donati, Ruth & Bernauer, Friederike (1994). *Psychotherapie im Wandel* (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe
- Grof, Stanislav (1983). *LSD-Psychotherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta
- Grof, Stanislav (1985). *Geburt, Tod und Transzendenz*. München: Kösel
- Grof, Stanislav & Grof, Christa (1990). *Die stürmische Suche nach dem Selbst*. München: Kösel

- Hambrecht, Martin (1999). *Das Leben neu beginnen* (2. Aufl.). Oberursel: 12&12
- Heiligenfeld, Fachklinik (ohne Jahr). unveröffentlichtes Manuskript mit Therapieanweisungen. Bad Kissingen
- Helg, Felix (2000). *Psychotherapie und Spiritualität*. Düsseldorf und Zürich: Walter
- Hoffman, Bob (1992). *Entfaltung der Liebe*. Basel: Sphinx
- Jaeggi, Eva (1995). *Zu heilen die zerstoßenen Herzen*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
- Kernberg, Otto F. (1988). *Schwere Persönlichkeitsstörungen. Theorie, Diagnose, Behandlungsstrategien*. Stuttgart: Klett-Cotta
- Kreisman, Jerold J. & Straus, Hal (2003). *Ich hasse dich – verlaß mich nicht. Die schwarzweiße Welt der Borderline-Persönlichkeit* (14. Aufl.). München: Kösel
- Kriz, Jürgen (2001). *Grundkonzepte der Psychotherapie* (5. vollst. überarbeitete Auflage). Weinheim: Beltz / Psychologie Verlags-Union
- Lair, Jacqueline C. und Lechler, Walther H. (1985). *Von mir aus nennt es Wahnsinn* (3. Aufl.). Stuttgart: Kreuz
- Langlotz, Robert (1998). *Familien-Stellen mit Psychosekranken*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme
- Lechler, Walther H. (o.J.). *Das Bad Herrenalber Modell*. In: *Schriftenreihe des Schweizer Förderkreises für sozio-psychosomatische Medizin „Ansteckende Gesundheit“*, Nr. 1. Luzern
- Lechler, Walther H. (1994). *So kann´s mit mir nicht weitergehen*. Stuttgart: Kreuz
- Lechler, Walther H. (1998). *Nicht die Droge ist´s* (3. überarb. Aufl.). Oberursel: 12&12
- Lorenz, Elmar (1997). *Zur Wirklichkeit und Wirksamkeit des Genesungssystems der Selbsthilfegemeinschaft der Anonymen Alkoholiker (AA)*. Diplomarbeit. Freiburg: Pädagogische Hochschule
- Maier, Tobias (2003). *Die Bonding-Psychotherapie als zentraler therapeutischer Ansatz im „Bad-Herrenalber-Modell“*. Diplomarbeit. Mannheim: Fachhochschule für Sozialwesen.

- McGinn, Colin (2001). *Wie kommt der Geist in die Materie?*. München: Beck
- Michalak, J.; Kosfelder, J.; Meyer, F. & Schulte, D. (2003). *Messung des Therapieerfolgs*. In: *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 32 (2), S. 94-103. Göttingen: Hogrefe
- Moser, Tilmann (1993): *Bonding, Psychoanalyse, Säuglingsforschung*. Bad Grönenbach: Vortrag bei der ISNIP-Konferenz vom 15.-19.9.1993. Unveröffentlichtes Manuskript.
- Nübling, R.; Bürgy, R.; Meyerberg, J.; Oppl, M.; Kieser, J.; Schmidt, J.; und Wittmann, W. W. (2000): *Stationäre psychosomatische Rehabilitation im Rahmen eines schulübergreifenden Behandlungskonzepts. Erste Ergebnisse der 1-Jahres-Katamnese der Bad Herrenalber Katamnese studie*. In: Bassler, Markus (Hrsg) (2000): *Leitlinien zur stationären Psychotherapie*. Gießen: Psychosozial-Verlag
- o.A. (1976). *Meyers Enzyklopädisches Lexikon in 25 Bänden* (9. neu bearb. Aufl.). Mannheim: Bibliographisches Institut AG
- o.A. (1998). *Anonyme Alkoholiker (Das Blaue Buch)* (10. Aufl.). München: Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.
- o.A. (o.J.). Informationsblatt der Anonymen Alkoholiker. Kopie in Bad Herrenalb
- o. A. (2001). *Forum-Grundlagen*. Bad Herrenalb: internes Klinikpapier
- Oerter, Rolf und Montada, Leo (1987). *Entwicklungspsychologie* (2. überarb. Aufl.). Weinheim: Psychologie Verlags-Union
- Oppl, Michel; Nübling, Rüdiger und Kieser, Jutta (2002): *Behandlungskonzept Klinik Bad Herrenalb*. Bad Herrenalb: Selbstverlag
- Petzold, Hilarion (1988). *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie*. Paderborn: Junfermann
- Petzold, Hilarion (1997). *Drogentherapie* (5. Aufl.). Eschborn: Dietmar Klotz
- Reimer, Christian; Eckert, Jochen; Hautzinger, Martin und Wilke, Eberhard (2000). *Psychotherapie – ein Lehrbuch für Ärzte und Psychologen* (2. erw. Aufl.). Berlin: Springer
- Reincke, Ursula (1995). *Neu-Orientierung des Ich-Begriffs?*. In: *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 2/1995. Petersberg: Via Nova

- Reinecker, Hans (Hrsg.) (1998). *Lehrbuch der klinischen Psychologie* (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe
- Saver, Jeffery L. & Rabin, John (1997). *The neural substrates of religious experience*. In: *The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 1997;9:498-510. Arlington, USA
- Schaef, Anne Wilson (1993). *Mein Weg zur Heilung – ganzheitliche Lebenshilfe in der Praxis*. Hamburg: Hoffmann und Campe
- Scharfetter, Christian (1998). *Ganzheit und Ganzheitlichkeit in der Psychotherapie*. In: *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 1/1998. Petersberg: Via Nova
- Scharfetter, Christian (1997). *Der spirituelle Weg und seine Gefahren* (4. erw. Aufl.). Stuttgart: Ferdinand Enke
- Sheldrake, Rupert (1996). *Das schöpferische Universum* (2. Aufl.). Frankfurt/M und Berlin: Ullstein
- Schindler, Raoul (1997): *Psychotherapie der Schizophrenie – mit oder entgegen den primären Selbst-Therapie-Tendenzen?*. In: *Dynamische Psychiatrie – Internationale Zeitschrift für Psychiatrie und Psychoanalyse*, Heft 162-166 (1997), S. 57-67, Berlin: »Pinel«
- Schleeger, Bruno M. (1992). *...und ... wo ist das Problem ...?*. Sankt Augustin: Academia
- Schneider, Eberhard (1996). *Wer bestimmt, was hilft?*. Paderborn: Junfermann
- Secheyne, Marguerite A. (1992). *Eine Psychotherapie der Schizophrenen – Die Methode der symbolischen Wunscherfüllung*. Stuttgart: Klett-Cotta
- Segal, Suzanne (1997). *Kollision mit der Unendlichkeit*. Bielefeld: Context
- Solms, H. (1975). *Selbsthilfegemeinschaften von Alkoholikern und Drogenabhängigen*. In: Steinbrecher, W. & Solms, H. (1975). *Sucht und Mißbrauch* (2. überarb. Aufl.). Stuttgart: Georg Thieme
- Stumm, Gerhard & Pritz, Alfred (Hrsg.) (2000). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Frankfurt: Zweitausendeins
- Schlippe, Arist von (1995). *Familien therapie im Überblick*. Paderborn: Junfermann



- Schlippe, Arist von & Schweitzer, Jochen (2000). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung* (7. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Schulte, Günter (2001). *Neuromythen*. Frankfurt/M: Zweitausendeins
- Urban, Martin (2000): *Schizophrenia – Fatal illness or traumatizing process? Observations on young patients – implications for theory and practice*. In: *Dynamische Psychiatrie – Internationale Zeitschrift für Psychiatrie und Psychoanalyse*, Heft 184/185 (2000), S. 396-406, Berlin: »Pinel«
- Walsh, Roger N. & Vaughan, Frances E. (1988). *Vergleichende Modelle – Das Verständnis der Person in der Psychotherapie*. In: Boorstein, Seymour (Hrsg.) (1988). *Transpersonale Psychotherapie*. Bern: Scherz
- Wilber, Ken; Engler, Jack & Brown, Daniel P. (1988). *Psychologie der Befreiung*. Bern, München, Wien: Scherz
- Wilber, Ken (1988). *Der glaubende Mensch*. München: Goldmann
- Wilber, Ken (1991a). *Das Spektrum des Bewußtseins*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
- Wilber, Ken (1991b). *Wege zum Selbst* (2. Aufl.). München: Goldmann
- Wilber, Ken (1994). *Esoterische Religion, Bewußtseinsentwicklung und Psychotherapie*. In: Zundel, Edith & Loomans, Pieter (Hrsg.) (1994). *Psychotherapie und religiöse Erfahrung*. Freiburg: Herder
- Wilber, Ken (1996a). *Eros, Kosmos, Logos*. Frankfurt/Main: Krüger
- Wilber, Ken (1996b). *Halbzeit der Evolution*. Frankfurt/Main: Fischer
- Wilber, Ken (1997a). *Die 4 Gesichter der Wahrheit*. In: *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 1/1997. Petersberg: Via Nova
- Wilber, Ken (1997b). *Eine kurze Geschichte des Kosmos*. Frankfurt/Main: Fischer
- Wilber, Ken (1999a). *Einfach «Das»*. Frankfurt/Main: Fischer
- Wilber, Ken (1999b). *Naturwissenschaft und Religion* (2. Aufl.). Frankfurt/Main: Krüger
- Wilber, Ken (2000). *Das Wahre, Schöne, Gute* (2. Aufl.). Frankfurt/Main: Krüger
- Wilber, Ken (2001a). *Integrale Psychologie*. Freiamt: Arbor
- Wilber, Ken (2001b). *Das Atman Projekt* (3. Aufl.). Paderborn: Junfermann

- Wirsching, Michael (1998). *Jenseits vom Schulenstreit*. Frankfurt/Main: Fischer
- Yalom, Irvin D. (1996). *Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie*. Stuttgart: Pfeiffer
- Ziegler, Gerd B. (1992). *Vision der Freude* (vergriffen). München: Goldmann
- Zundel, Edith & Zundel, Rolf (1991). *Leitfiguren der neueren Psychotherapie* (2. Aufl.). München: dtv

## WEBADRESSEN

- [http://dueker.psycho.uni-osnabrueck.de/faecher/klin\\_ps/kriz/warstein-wiss.htm](http://dueker.psycho.uni-osnabrueck.de/faecher/klin_ps/kriz/warstein-wiss.htm), 26.12.1003
- <http://www.ak-kenwilber.org>, 10.9.2004, 10.12.2004
- [http://de.wikipedia.org/wiki/Anthropisches\\_Prinzip](http://de.wikipedia.org/wiki/Anthropisches_Prinzip), 19.8.2004
- <http://www.dkt.org>, 2.3.2004
- [http://www.dr-stauss.de/inh\\_veroeffentlichung.cfm](http://www.dr-stauss.de/inh_veroeffentlichung.cfm), 30.3.2004
- <http://www.heise.de/tp/deutsch/special/eco/18239/1.html>, 13.10.2004
- [http://www.lichtarbeitertreff.de/emotional\\_healing/dan\\_casriel.htm](http://www.lichtarbeitertreff.de/emotional_healing/dan_casriel.htm), 10.1.2004
- <http://www.psychotherapie.org/michael/psa-profess.html>, 26.12.1003
- <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,328008,00.html>, 16.11.2004
- <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,336325,00.html>, 11.1.2005
- <http://www.syst-strukturaufstellungen.de>, 11.12.2003
- <http://www.transpersonal.de>, 8.10.2003
- <http://www.ulrich-neumayer.de/haupt.html>, 13.9.2004
- <http://www.worldofkenwilber.com>, 3.8.2003, 12.12.2004

- Ackermann, N. 203  
 Adler, A. 201  
 Allport, G. 5  
 Ammon, G. 88, 100, 102, 106, 183 f, 186,  
 Antonovsky, A. 156, 211, 342, 373  
 Arlin, P. 70  
 Armon, C. 70  
 Assagioli, R. 70, 125, 218-221, 274  
 Aurobindo 21, 57  
 Baldwin, J. M. 70, 79  
 Bandler, R. 215  
 Bandura, A. 113, 226  
 Bataille, G. 53  
 Battista, J. 70  
 Beauvais, R. 262  
 Beck, A. 70, 113 f, 172, 205  
 Beck, D. 22, 137,  
 Becker, V. 209  
 Bellack, A. S. 173, 183,  
 Bellah, R. 70, 106  
 Belschner, W. 240 ff, 276, 350, 354  
 Benesch, H. 45, 188 f, 205, 212  
 Bengel, J. 211  
 Berne, E. 113, 205  
 Bieri, P. 36  
 Binswanger, L. 113, 213  
 Blanck & Blanck 99,  
 Bohm, D. 40  
 Boss, M. 113, 214  
 Boszormenyi-Nagy, I. 173, 185, 196  
 Bowen, M. V. 173, 203  
 Bowlby, J. 107, 263  
 Brenner, C. 173, 183  
 Bronfenbrenner, U. 247  
 Broughton, J. 70  
 Buchholz, M. B. 255  
 Buddha 57, 128  
 Casriel, D. 109, 190, 193 f, 229, 263 f, 266-275, 278-281, 284 ff, 288, 292, 300 ff, 305, 315, 320 ff, 324, 326 f, 346, 350, 357, 362  
 Cohn, R. C. 45  
 Comte, A. 27, 57  
 Cook-Greuter, S. 70  
 Corsini, R. J. 15, 196, 201 f, 220 f  
 Crittenden, J. 26  
 Darwin, C.  
 Deleuze, G. 53  
 Dennler, J. 320-323, 325 f, 357  
 Derrida, J. 27, 53, 57  
 Descartes, R. 27  
 Chardin, T. d. 371  
 Dilling, H. 178  
 Dilthey, W. 27, 57  
 Dörner & Plog 104, 145, 177  
 Dworschak & Richarz 188  
 Earley, J. 70  
 Eckert, J. 251  
 Eidenschink, H. & K. 191  
 Elgin, D. 70  
 Ellis, A. 113  
 Ellis, B. E. 53  
 Engel, G. L. 263  
 Engler, J. 125  
 Erickson, M. H. 215, 226  
 Erikson, E. H. 21, 70, 117 f, 122, 137, 145  
 Eysenck, H. J. 73  
 Faraday, A. 222  
 Fechner, G. T. 70  
 Federn, P. 106  
 Feldhege & Krauthahn 198  
 Feuerbach, F. 65  
 Fichte, J. G. 66, 70  
 Fiedler, P. 190  
 Fischer, K. 70  
 Foucault, M. 27, 53  
 Fowler, J. 70  
 Fox, R. 336  
 Frank, J. D. 336  
 Frankl, V. 124, 213  
 Freud, S. 27, 57, 63 ff, 70, 94, 221, 269  
 Freyberger, H. 100, 109, 189 f  
 Fromm, E. 70, 117  
 Fuhr, R. 67, 149, 159, 192, 195 f, 214 f  
 Fuhr & Gremmler-Fuhr 44 f, 86, 89 f, 96, 144, 150, 169, 206  
 Gadamer, H.-G. 27  
 Galilei, G. 53  
 Galuska, J. 167 f  
 Gandhi, M. 121  
 Gapp, C. 53  
 Gardner, H. 70, 76  
 Gass, W. H. 53  
 Gebser, J. 40, 57, 70  
 Gedo, J. 99, 190  
 Gendlin, E. T. 201  
 Gennep, A. v. 226, 295  
 Gilot, L. B. 225 f, 228  
 Graves, C. 22, 70 f  
 Grawe, K. 15 f, 18, 154, 170 f, 175, 211, 232, 256 ff  
 Griffin, D. R. 36  
 Grinder, J. 215  
 Grof, S. 70, 99 ff, 125, 130 f, 150 f, 176, 178 f, 221, 229 f, 324, 372  
 Grof & Grof 164, 230  
 Habermaas, J. 27, 30, 40, 70  
 Haley, J. 173, 207 f  
 Hambrecht, M. 265, 282, 285, 287 f, 294, 297 ff, 301, 303 f, 311, 313, 321 f, 331 f, 344, 350 ff, 354, 357  
 Hegel, G. W. F. 27, 32, 66, 70  
 Heidegger, M. 27, 53, 57, 70, 121  
 Helg, F. 133  
 Hellinger, B. 173, 184, 216  
 Hoffman, B. 199 f  
 Hoyle, F. 38  
 Husserl, E. 70  
 Jaeggi, E. 15  
 James, W. 40, 70, 124, 289  
 Janov, A. 99, 178, 320  
 Janssen, N. 192  
 Jantsch, E. 40  
 Jaspers, K. 70, 113  
 Jesus 129  
 Jones, M. 187  
 Jung, C. G. 27, 57, 63 ff, 70, 73, 132, 157, 172, 199, 207, 218 f, 288 f  
 Kanfer, F. H. 172, 202 f, 340  
 Kant, I. 27, 62, 66, 70  
 Kardiner, A. 267  
 Kegan, R. 70, 236  
 Kelly, G. 113  
 Kempler, W. 173  
 Kernberg, O. F. 70, 91 f, 99, 109  
 Kibéd, M. V. v. 173, 185, 216 f  
 Kierkegaard, S. 121, 123, 152  
 Koestenbaum, P. 214  
 Koestler, A. 21, 40  
 Kohlberg, L. 70, 136,  
 Kohut, H. 70, 92  
 Kreisman & Straus 192  
 Kriz, J. 15, 186 f, 197 f, 203, 208 f, 211, 239, 255  
 Kuhn, T. 33, 57  
 Lacan, J. 53  
 Lair & Lechler 275 ff, 282, 285, 302 f, 350 f, 357  
 Langlotz, R. 185  
 Laszlo, E. 38, 40  
 Lazarus, A. A. 210 f  
 Leadbetter 70  
 Lechler, W. H. 263, 266, 275-278, 281-284 f, 288, 298, 300, 302 f, 305, 310, 316 f, 332, 346, 357  
 Lenski, G. 57, 70  
 Linehan, M. M. 196  
 Locke, J. 27, 57  
 Loevinger, J. 70 f, 121, 283  
 Lorenz, E. 290, 292, 334, 338, 340 f  
 Lowen, A. 73  
 Luhmann, N. 27  
 Lyotard, J.-F. 53  
 Maaz, H.-J. 233, 235  
 Maharshi, R. 133  
 Mahler, M. 70, 92, 99  
 Maier, T. 264, 313, 319  
 Mandela, N. 121  
 Marx, K. 27, 57, 65  
 Maslow, A. 70 f, 84, 113, 121, 123, 125, 137, 281, 283  
 Masterson, M. 99, 190  
 May, R. 113, 214  
 McGinn, C. 36, 126  
 Mead, G. 113  
 Mendeljew, D. I. 120  
 Michalak, J. 255  
 Minuchin, S. 197 f  
 Moreno, I. 200  
 Moser, T. 326  
 Myers & Briggs 73  
 Nagarjuna 27  
 Neumann, E. 70  
 Nichols M. P. 173, 207 f  
 Nietzsche, F. 53  
 Nübling, R. 265  
 Oetinger, F. C. 293  
 Oerter & Montada 79, 107  
 Oppl, M. 263 f, 286, 294, 296 f, 313 f, 320, 323, 332, 344, 356,

- Orr, L. 178  
 Palazzoli, M. S. 173, 198, 208  
 Parsons, T. 27, 57  
 Pascual-Leone, J. 70  
 Paulus 129  
 Perls, F. 113, 213 ff  
 Perry, W. 70  
 Petzold, H. 15, 201, 268, 272 f, 274  
 Piaget, J. 17, 27, 57, 70 f, 79, 136  
 Prekop, I. 320  
 Prigogine, I. 40  
 Platon 27, 45  
 Plotin 27, 70  
 Popper, K. 34 f  
 Rank, O. 99  
 Reich, W. 178, 201  
 Reimer, C. 89, 185, 188, 225 ff, 251  
 Reinecker, H. 109, 178, 183, 190, 196, 198  
 Richter, H. E. 173, 203,  
 Rilke, R. M. 24, 39  
 Rogers, C. R. 57, 113, 121, 210, 213, 225, 340, 354, 368, 370 f  
 Rousseau, J.-J. 152  
 Russel, B. 40, 125  
 Rynick, G. 275  
 Salter, A. 202 f  
 Satir, V. 173, 185, 198, 209 f, 215, 274, 344  
 Saussure, F. de 53  
 Saver & Rabin 164 f  
 Schaef, A. W. 341 f  
 Scharfetter, C. 45, 164  
 Schelling, F. W. 27, 66, 70  
 Schiff, J. L. 182  
 Schindler, R. 176 f  
 Schleegeer, B. M. 214  
 Schlippe, A. v. 197  
 Schlippe & Schweitzer 185, 198, 216  
 Schneider, E. 15, 255  
 Schopenhauer, A. 70  
 Schulte, G. 36  
 Secheyaye, M. A. 94, 102-106, 181 ff  
 Segal, S. 130, 133  
 Selman, R. 113  
 Shankara 27  
 Sheldrake, R. 163  
 Sinnott, J. 70  
 Skinner, B. F. 57  
 Slavson, S. R. 336  
 Smith, H. 40, 70  
 Solms, H. 291, 336-340  
 Sparrer, I. 173, 217  
 Stauss, K. 325, 357  
 Steiner, R. 70  
 Stierlin, H. 173, 196, 198, 263, 343  
 Stumm & Pritz 189, 216  
 Sullivan, H. S. 70, 106  
 Tart, C. 125  
 Taylor, C. 27  
 Tiller, W. 70  
 Tillich, P. 213  
 Toro, R. 203  
 Tournier, P. 275  
 Tüchler, A. 296, 319  
 Urban, M. 105  
 Varela, F. 40  
 Visser, F. 21  
 Votsmeier, A. 357  
 Wade, J. 70  
 Walsch, S. 180  
 Walsh, R. 125  
 Walsh & Vaughan 222, 226  
 Washburn, M. 70  
 Watson, J. 57  
 Watzlawick, P. 113, 184  
 Weber, M. 57  
 Whitehead, A. N. 40 f  
 Wilson, B. 289, 338  
 Wilber, K. 11, 16 ff, 21-159, 164, 168, 170-177, 180, 186, 190 f, 193, 195 ff, 199, 201, 204 f, 207 ff, 213 f, 217-224, 226, 236, 243, 245, 249 f, 252, 256-259, 263, 267 f, 270 f, 274, 277 f, 283 f, 286, 292, 295, 315 ff, 326, 342, 362 ff, 368-374  
 Wirsching, M. 15  
 Wittgenstein, L. 53, 336  
 Yalom, I. 113, 188, 214, 227, 229, 336, 340  
 Ziegler, G. B. 154, 234 f  
 Zundel, E. 15, 210  
 Zundel & Loomans 223

## ADRESSEN

### Spirituelles Nothilfe-Netzwerk (Spiritual Emergence Network)

S.E.N Deutschland e.V.

Tel: 07674/8511

<http://www.senev.de>

### Transpersonal orientierte Kliniken:

Fachklinik Heiligenfeld

Euerdorfer Str. 4-6

97688 Bad Kissingen

Tel: 0971/8206-0

<http://www.heiligenfeld.de>

[info@heiligenfeld.de](mailto:info@heiligenfeld.de)

Caduceus-Klinik

Niendorfer Weg 5

29549 Bad Bevensen

Tel: 0 58 21 / 13 33

<http://www.caduceus.de>

[klinik@caduceus.de](mailto:klinik@caduceus.de)

### Kliniken, die nach dem Bad Herrenalber Modell arbeiten:

Klinik Bad Herrenalb

Kurpromenade 42

76332 Bad Herrenalb

Telefon: 0 70 83 / 50 91

<http://www.klinik-bad-herrenalb.de/>

[info@klinik-bad-herrenalb.de](mailto:info@klinik-bad-herrenalb.de)

Ehemalige: <http://www.herrenalber.de>

(systemisch ausgerichtet, für Abhängigkeitserkrankungen, alle umschriebenen und Persönlichkeitsstörungen)

Klinik für Psychosomat. Medizin  
 Sebastian-Kneipp-Allee 3a/5  
 87730 Bad Grönenbach  
 Tel: 083 34 / 981-100 oder -300  
<http://www.kliniken-groenenbach.de/>  
[info@kliniken-groenenbach.de](mailto:info@kliniken-groenenbach.de)  
 Ehemalige: <http://www.groenis.de>  
 (gestalttherapeutisch ausgerichtet, für Abhängigkeitserkrankungen, alle umschriebenen und Persönlichkeitsstörungen, Extragruppen für Borderline und Eßstörungen im Haus 1)

Klinik Rastede  
 Fachklinik für SozioPsychosomat. Medizin  
 Mühlenstr. 80  
 26180 Rastede  
 Tel: 044 02 / 957-0  
<http://www.klinik-rastede.de/>  
[pli@www.klinik-rastede.de](mailto:pli@www.klinik-rastede.de)  
 (systemisch ausgerichtet, für Abhängigkeitserkrankungen, alle umschriebenen und Persönlichkeitsstörungen)

Adula-Klinik Oberstdorf  
 Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie  
 In der Leite 6  
 87561 Oberstdorf  
 Tel: 083 322 / 709-0  
<http://www.adula-klinik.de/>  
[info@adula-klinik.de](mailto:info@adula-klinik.de)  
 (für Abhängigkeitserkrankungen, alle umschriebenen und Persönlichkeitsstörungen)

Hochgrat-Klinik Wolfsried  
 Klinik für Psychosomat. Medizin  
 88167 Stiefenhofen  
 Tel: 08386 / 4107  
<http://www.hochgrat-klinik.de/>  
[info@hochgrat-klinik.de](mailto:info@hochgrat-klinik.de)  
 (für Abhängigkeitserkrankungen, alle umschriebenen und Persönlichkeitsstörungen)

Alte Ölmühle  
 Rehabilitationsfachklinik für Abhängigkeitserkrankungen  
 Berliner Chaussee 66  
 39114 Magdeburg  
 Telefon: 0391/81 04-0  
<http://www.fachklinik-alte-oelmuehle.de/>  
[alte-oelmuehle@medinet-ag.de](mailto:alte-oelmuehle@medinet-ag.de)  
 (systemisch ausgerichtet, Schwerpunkt Alkoholabhängigkeit)

## NACHWORT

Sehr geehrte Leserin,  
sehr geehrter Leser,

nun sind Sie auf der letzten Seite dieses Buches angelangt. Vielleicht haben Sie Bestätigung gefunden für etwas, was Sie schon lange wußten oder ahnten. Möglicherweise sehen Sie jetzt die Welt, einschließlich Ihrer selbst, mit anderen Augen als vorher. Mir selbst hat die jahrelange Beschäftigung mit Wilbers Theorien viele neue Einsichten gebracht und obwohl es jetzt Zeit war, einige Erkenntnisse in diesem Buch festzuhalten, geht auch meine Auseinandersetzung mit dem Thema weiter.

Die im Buch verteilten farbigen Grafiken haben die Kosten sehr in die Höhe getrieben, doch möchte ich sie der Verständlichkeit und Lesbarkeit des Buches zuliebe nicht missen. Auf ein Sachwortregister – obwohl schon zu großen Teilen fertig – mußte ich aus zeitlichen und finanziellen Gründen verzichten, so daß es erst in einer der nächsten Auflagen enthalten sein wird.

Auch wenn ich der Meinung bin, daß das behandelte Thema in Zukunft an Bedeutung gewinnen wird, ist dieses Buch im Moment noch weit jenseits des psychologischen Mainstreams. Deshalb wird es einige Schwierigkeiten haben, sein Publikum zu finden. Für den Fall, daß Sie seinen Inhalt als wichtig erachten, erlaube ich es mir daher, Sie zu bitten, es weiterzuempfehlen, vielleicht sogar in einer Fachzeitschrift zu besprechen. Weiterhin bin ich gerne zu Vorträgen und Seminaren bereit. Außerdem freue ich mich über Ihre Rückmeldung unter folgenden Adressen:

<http://www.integrale-psychotherapie.de>  
[w.m.weinreich@integrale-psychotherapie.de](mailto:w.m.weinreich@integrale-psychotherapie.de)

Mit herzlichem Dank



Wulf Mirko Weinreich  
Jahrgang 1959, Dipl.-Psych.,  
partiell Studium der Religionswissenschaft,  
Ethnologie und Sinologie,  
seit über 20 Jahren Erfahrungen mit Therapie,  
Selbsterfahrung und Meditation, in der  
Arbeit mit Einzelnen und Gruppen

... Der Referent kennt keine deutschsprachige Arbeit, die Wilbers Arbeiten derart profund und differenziert darstellt. Sie integriert Wilbers Publikationen aus einer Dekade zu einem klaren, lesens- und diskussionswürdigen Konzept. ...

Im (dritten) Teil wird auf der Grundlage dieser gründlichen Analyse der Wilberschen Konzepte nun das Modell der Klinik Bad Herrenalb untersucht. .... In diesem Teil bewährt sich der Arbeitsstil des Autors: exzellenter Kenntnisreichtum, präzise Analyse, klare Darstellung, eigenständige Gedankenführung, abgewogene Schlussfolgerungen.

Prof. Dr. Wilfried Belschner  
Institut für Psychologie, Universität Oldenburg  
Vorsitzender des DKTP

ISBN 3-936149-53-4



9 783936 149531