

Vorwort

Mitte der 1970er Jahre breitete sich auch in Spanien wie in konzentrischen Kreisen die nordamerikanische Bewegung aus, die als *Human Growth Movement* oder Humanistische Psychologie bekannt wurde.

Für unser Land waren es Zeiten der Öffnung für persönliche und kollektive Erneuerungen, voller Suche und neuer Ausdrucksformen. Zugleich befanden sich die damals hegemonischen psychologischen Strömungen in einer Sackgasse: Psychoanalytiker und Verhaltenstherapeuten gelangten an den Rand ihrer Entwicklungsfähigkeit, verhärteten und wurden zunehmend bürokratischer. Die neuen Studien zur mentalen Gesundheit orientierten sich an den antipsychiatrischen Ansätzen von Laing und Cooper, den argentinischen psychoanalytischen Strömungen (Kesselman, Pavlovsky, ...), dem Psychodrama von Moreno, der Transaktionsanalyse von Berne, ... und, sehr bedeutend, am körperlichen Ansatz und der Praxis von Reich und Lowen und der Gestalttherapie. Juanjo Albert, der damals als Psychiater in Bizkaia arbeitete, war unzufrieden mit und zugleich ergriffen von der Realität der psychiatrischen Erkrankungen und den damaligen Behandlungsformen, und interessierte sich für diese neuen Strömungen. Er lernte Antonio Asín kennen, der im Wilhelm Reich Institut mit Blanca Rosa Añorbe studiert hatte, und durch ihn wurde er auf die Bioenergetik in ihrer theoretischen und praktischen Dimension aufmerksam gemacht.

Damals lernte ich ihn kennen. Ich war ein Patient, ein Nutzer der Psychotherapie, der an den aufregenden Gruppenprozessen teilnahm, die von Asín als ein Teil der Therapie angeboten wurden. Und da war auch dieser Psychiater, dem kein Stein aus der Krone fiel indem er ebenfalls daran teilnahm und der, weit davon ent-

fernt, sich von diesem Universum von Katharsis und Transparenz erschrecken oder entmutigen zu lassen, darin eine Quelle der persönlichen und beruflichen Erneuerung fand. Er führte in seinem psychiatrischen Krankenhaus, mit der gebotenen Diskretion, bioenergetische Übungen ein und stellte ihre Wirkungen auf seine Patienten und ihn selbst fest. Und auf diese Weise begann, dieses Buch zu entstehen.

Es war eine Zeit, in der sich in ganz Spanien die Fachleute untereinander austauschten, in Verbindung traten und auf Kongressen und Treffen ihre Erfahrungen austauschten. Das Bedürfnis zu lernen war damals so lebhaft, dass niemand auf strenge Abgrenzungen bestand, wo ein psychotherapeutischer Ansatz endete und ein anderer begann. Juanjo bildete sich in Gestalttherapie aus, als Schüler von Peñarrubia, Rams und weiteren Pionieren, und zog in seine Geburtsstadt Alicante um. In jenem Kontext der leidenschaftlichen Suche wurde er nicht nur der Gastgeber, sondern auch der Verantwortliche für ein Team, das, ausgehend vom körperlichen Ansatz, Synergien zwischen Gestalttherapie, Psychoanalyse, Psychodrama, Meditation und Bioenergetik erforschte: es entstanden die sogenannten „Wochen von Alicante“, ein Experiment, das integrative Ansätze zusammenbrachte und bis heute fruchtbar geblieben ist. Jene „zärtlichen und aggressiven“ Impulse in Richtung Selbsterkenntnis und Weisheit brachten viele in Verbindung mit der Arbeit Claudio Naranjos, der damals für einen Workshop in Gestalttherapie nach Spanien kam. Von Beginn an war Juanjo dort mit ihm zusammen, wurde bald Teil des innersten Zirkels und mit Arbeit überhäuft. Er war Mitglied der ersten Gruppe zu „Protoanalyse“ (oder „Arbeit über den Hauptcharakterzug im Lichte des Enneagramms“), die sich fünf Jahre lang aufrecht erhielt; ebenso der ersten Arbeitstagung über Bewusstmachung emotionaler Blockaden aus der Kindheit und auch der ersten europäischen Ausgabe der integrativen Schule SAT. Jahre später wurde er erneut zu einem Gastgeber und Organisator, dieses Mal des Ersten Internationalen Enneagramm-Kongresses in Alicante.

Damit eignete er sich die Werkzeuge für seine eigenen Ziele an, die er in diesem Band vorstellt.

Dreißig Jahre später: In den USA hat die Gestalttherapie an Bedeutung verloren, aber in der lateinamerikanischen Welt einen neuen Platz gefunden und sich dort ausgebreitet. Der *mainstream* liegt heutzutage weder im Humanismus noch im Verbindenden: Die Bioenergetik ist nicht vorne mit dabei, wenn auch ihre Existenz durch eine allgemeine Anerkennung des Somatischen im Kontext der persönlichen Identität bestätigt wird. Das Enneagramm wird als Hilfsmittel für Zwecke fern seiner ursprünglichen Absicht verwendet. Heute geben die Neuropsychiatrie und die kognitiv-verhaltens-orientierten Ansätze den Ton an. Der Markt wird in Zünfte unterteilt, spezialisiert und mit offiziellen Diplomen versehen; es sind wieder einmal Zeiten des Misstrauens gegenüber dem Über-den-Tellerrand-hinausblicken. Und nun, 30 Jahre nach dem eigentlichen Ursprung dieses Buches, wird dieses humanistische und integrative Werk veröffentlicht, das uns Theorie und Praxis der Vegetotherapie und Charakteranalyse eines Wilhelm Reichs, die dialogische oder authentische Therapie oder fruchtbare Leere oder Gestalttherapie eines Fritz Perls und Charakter und Neurose im Licht des Charakterenneagramms eines Claudio Naranjos näherzubringen versucht.

Die Ansätze Reichs und der Gestalttherapie sind psychotherapeutische Ansätze, die sich so oft verschränkt und wieder getrennt haben wie das Schicksal ihrer Begründer, Wilhelm Reich und Friedrich Perls, ein altösterreichischer und ein deutscher Arzt, beide Pioniere, Schöpfer und Revolutionäre. Beide bauten auf dem Fundament Freuds und dessen ersten Schülern auf (Adler, Groddek, Ferenczi, ...), bald jedoch schlugen sie ihre eigenen Wege ein: Perls wandte sich der kulturellen Avantgarde, dem Theater und der Eigenanalyse zu, während Reich eine orthodoxe und unnachsichtige Durchsicht der sexuellen Annahmen, auf denen die Freud'sche Theorie basierte, in Angriff nahm, die ihn bis zur *Sexpol*, zur Entdeckung der „Orgasmusfunktion“ und schließlich zu einem radikalen Irrglauben führte. 1930 kreuzten sich ihre Wege: Reich war über zwei Jahre der Psychoanalytiker von Perls,

der über ihn sagte:

Reich war vital, lebendig, rebellisch [...] mit ihm begann die Wichtigkeit von Fakten nachzulassen. Das Interesse an Haltungen rückte in den Vordergrund. [...] Ein weiterer Fortschritt von der Couch weg war die Tatsache, daß der Therapeut nun wirklich mit dem Patienten in Kontakt trat. Der „Körper“ erhielt seine eigene Berechtigung.¹

Beide flüchteten vor dem Krieg in die USA. Reich wies dem Begriff des Charakters eine zentrale Rolle zu, er erklärte unser Verhalten als Folge einer gemeinsamen „psychischen Ökonomie“, die uns gleichzeitig unterscheidet als auch gleich macht; Perls individualisierte den Patienten mit seinem „Ich bin ich, du bist du“. Reich sagte: „Hör zu, kleiner Mann, während Du mit offenen Augen schläfst, rauben sie dir deine Gefühle“. Albert unterwirft beide Ansätze einer Prüfung: wenn wir von Reich und wenn wir von Perls ausgehen, kommen wir zum gleichen Schluss, oder nicht?

Juanjos Methode zur Erläuterung dieser Frage ist die Untersuchung beider Entwürfe im Lichte seiner dreißigjährigen klinischen Erfahrung. Er studierte Perls – was man sehr selten trifft – in minutiöser Weise, spürt dessen Ideen über Entstehung und Konfiguration der Neurosen nach und fügt sie neu zusammen. Ebenso untersucht er das Charaktersystem Lowens (*Körperausdruck und Persönlichkeit*) und vor allem Reichs (*Charakteranalyse*), entschließt sich dazu, bei null zu beginnen und dieses System als Arbeitshypothese zu verwenden, die zu bestätigen ist. Anhand dieser Grundsätze definiert er das, was man den „Charakter“ nennt; begleitet die Menschen in den Jahren seiner Ausbildung von der Empfängnis bis zu ihrer Jugend, und erforscht die folgenden Etappen mit ihren zugehörigen potentiellen Gewinnen und potentiellen Gefahren des Aus-dem-Gleichgewicht-geratens. Als Ergebnis liefert er uns neuartige, frische, komplexe Beschreibungen jedes Charaktertyps und illustriert sie mit zahlreichen nützlichen realen Fällen, die sie uns verständlich machen. Er stellt beide Positionen gegenüber und antwortet: ja, sie kommen – nicht

¹ Perls, Fritz S. (1981): *Gestalt-Wahrnehmung: Verworfenes und Wiedergefundenes aus meiner Mülltonne; die ungewöhnliche Autobiographie des Begründers der Gestalt-Therapie*, Frankfurt, Main, Verlag für Humanistische Psychologie Flach, S. 50 ff.

ohne Umwege aber doch – zum gleichen Schluss.

Und bezüglich des traditionellen, ursprünglichen Charaktersystems, bereits im Enneagrammdiagramm der Sarmoung Bruderschaft belegt, hat die Arbeit Claudio Naranjos in mehr als ausreichender Weise seine perfekte Kongruenz mit der Praxis der Gestalttherapie unter Beweis gestellt. Aber ist sie auch kongruent mit dem von Reich ausgebrüteten Charaktersystem, das auf die psychoanalytische Vision der Entwicklungsphasen aufbaut?

Sicher ist jedenfalls, dass das bioenergetische System eine Charakterologie unter vielen anderen darstellt. In der Tat schlägt Reich keine konkrete Charakterologie vor, sondern beschreibt nur die eine oder andere; Lowen schlägt fünf vor; Adler, Jung, Horney und Fromm beziehen sich auf wieder andere, und wo der eine vier Typen unterscheidet, dort der andere 17. Deshalb hat der Versuch, beide Systeme zusammenzuführen, grundsätzlich wenig Aussicht auf Erfolg. Und tatsächlich stellen die Versuche, soweit ich sie kenne, ein tristes Unterfangen dar, die sich in belanglosen und leichtfertigen Ähnlichkeiten verlieren, und nur die genuine Arbeit über sich selbst mit der Lust, die anderen zu diagnostizieren, ersetzen. Angesichts dessen erhebt sich die Frage, ob es sich überhaupt lohnt, diesen Versuch zu unternehmen? Vielleicht ist es nicht einmal möglich, eine definitive und perfekte Vereinheitlichung/Vereinigung zu erreichen, „es zu treffen“, sondern „Licht zu werfen auf jedes dieser beiden in Beziehung gesetzten Systeme“. Es scheint mir, genau das wird hier erreicht: das Modernwissenschaftliche bestätigt das Traditionelle, das eine bereichert das andere mit seinem weiten Bedeutungsnetz und beide Referenzsysteme gehen daraus klarer und gestärkter hervor. Ich kenne kein anderes spanischsprachiges Werk, das dem langen publizistischen Schweigen über den Charakter und den Körper ein Ende setzt. Dieses Buch wird sehr viel bewirken und das, obwohl es kaum über Vorbilder verfügt: die kaum publizierte Arbeit von Asín, die von Richard Onley oder von Kepner ... sie sind zwar ähnlich, aber auch nicht mehr. Albert sagt schon in seiner Einleitung, dass er nicht „Gestalt und Reich“ praktizieren wolle, sondern beide zugleich, und sich bewusst ist über die Folgen, die es für

den Patienten haben kann, wenn man nur einen von ihnen vernachlässigt: den Beitrag der Gestalttherapie; das Verständnis der Entstehung der Neurose, die die Charakteranalyse liefert; oder die Psychodynamik, die durch das Enneagramm vorhersehbar wird. Andererseits setzt er auf Reich – in seinen theoretischen Forschungen roher, radikaler und gründlicher als Lowen – und stellt ihn uns Gestalttherapeuten gegenüber, die wir manchmal träge werden und das Somatische behandeln als wäre es nur ein weiteres Thema auf der Liste. Unter Bezugnahme auf echte Fälle teilt er auch eine Mustersammlung von Techniken und Unterlassungen eines Experten, dessen Sachkenntnis weithin bekannt ist. Daher ist dieses Buch, das von vielen Jahrgängen künftiger Therapeuten genutzt werden wird, kein leichter Text. Seine Absicht und die ausgewählte Methode, um sein Ziel zu erreichen, erfordern kompromisslose Kongruenz, und die dafür notwendige Anstrengung überträgt sich auf den Leser. Es ist weder ein sehr leicht verständlicher Text, noch einer „zum Lernen“, zum Merken, sondern ein Buch zum Verstehen; ein Apparat, der das Denken lehrt und den man zu verwenden versteht, dessen Gedankengänge man zerlegen und wieder zusammenfügen muss. Es werden sowohl die einzelnen Schritte gezeigt, mit denen der Autor zum Verständnis gelangt, wie auch die Ergebnisse, zu denen dieses Verständnis führt.

Ich habe schon erzählt, wann und wie ich Juanjo kennenlernte. Seitdem verbindet mich eine Freundschaft und Liebe mit ihm, die mich zum Zeugen machen, dass er zuerst immer die Anderen sieht; dass er sie mit seinem eigenen Leben beschützt; dass er oft Gastgeber und Organisator ist; dass er noch nach 30 Jahren seine Freundschaften aufrecht erhält; dass in ihm die Arbeit keine Spuren von Ermüdung zu hinterlassen scheint; dass er es genießt, zu forschen; dass er mit einer legendären Geduld begnadet ist ... Oft ist in diesem Buch die Rede vom IPETG in Alicante, wo das, worüber in diesem Buch geschrieben wird, in Zusammenarbeit mit seinem außergewöhnlichen Mitarbeiterteam und sehr erfahrungsorientierten in den Ausbildungslehrgängen zu „Klinischer Integrativer Psychotherapie“ täglich gelehrt und praktiziert wird: eine Verschmelzung von Erfahrung, Haltung, anspruchsvoller

Ernsthaftigkeit, Systematisierung und Freiheit. Zusammenfassend: Psychiatrie, klinische Psychotherapie, bereichert mit dem bioenergetischen Ansatz, der gestalttherapeutischen Haltung und der Enneagrammarbeit über den dominierenden Zug. Und eine weitere Aussicht, eine weitere Dimension. Das Mysterium. Juanjo platziert es, wo es hingehört, in den ersten Satz des ersten Kapitels:

Die Verkörperung ist ein Mysterium. Für mich gehört sie zu diesen Gewissheiten, von denen ich weiß, dass sie sind, ohne zu wissen, warum sie so sind. [...] obschon ich davon ausgehe, dass ich diese Stufe wahrscheinlich nicht erreichen werde.

Die Dinge beim Namen benennend und die Koordinaten setzend, von denen die Reise ihren Anfang nimmt, kannst Du, lieber Leser, Dich nun seinem Abenteuer anschließen.

Francis Elizalde

Zärtlichkeit und Aggressivität

Charakteranalyse, Gestalttherapie und Enneagramm

Albert Gutiérrez, J.J.

2015, XXVI, 421 S. 19 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-08509-4