

Die Seele im Zentrum

 dasgoetheanum.com/die-seele-im-zentrum

Karl-Reinhard
Kummer

16. Oktober 2020

Eine Psychotherapie auf Grundlage der Anthroposophie.

Rudolf Steiner hat sich immer wieder mit der seelischen Gesundheit befasst. Zu seiner Zeit gab es im Wesentlichen die Psychiatrie und die Psychoanalyse der Schule Sigmund Freuds. An der Psychiatrie seiner Zeit kritisierte Steiner, dass sie oberflächlich Symptome beschreibe und die wahren Ursachen in den leiblichen Organen nicht zur Kenntnis nehme. Die Psychoanalyse habe keinen Begriff von der Seele, sie vernachlässige den Geist und betrachte das geistige Unbewusste mit unzulänglichen Erkenntnismethoden.

Heute gibt es ein vielfältiges Spektrum psychotherapeutischer Verfahren, die das Gegenüber in das Zentrum stellen und eine humanistische Basis haben. Bisher fehlte aber eine systematische Darstellung einer Psychotherapie, die das Menschenbild der Anthroposophie als Basis hat und das Seelisch-Geistige als eigenständige Instanz behandelt. Markus Treichler und Johannes Reiner stellen nun eine solche auf der Anthroposophie fußende Psychotherapie vor, mit Blick auf das Individuum der Bewusstseinsseele. Dazu gehörten neben den therapeutischen Grundvoraussetzungen vor allem das Vertrauen des Therapeuten oder der Therapeutin in den begleiteten Menschen und seinen Schicksalsweg zur Freiheit. Aus der Sprachlosigkeit des Gefühls muss ein konkretes Verhältnis zum Spirituellen und zum Geist werden. Am Ende dieses Weges zur Freiheit steht der Satz: «Ich bin der, der entscheiden kann, welche Folgen und welchen Sinn alles für mich haben soll in meinem Leben.»

Ich bin der, der entscheiden kann, welche Folgen und welchen Sinn alles für mich haben soll in meinem Leben.

So wie die Autoren die Seele schildern, wird sie für die Leserinnen und Leser konkret greifbar. Zwei Könner des therapeutischen Gesprächs eröffnen neue Perspektiven der Therapie, die an der geistigen Existenz des Menschen ansetzt. Die Erhellung des Unbewussten – übrigens ein Begriff, den Carl Gustav Carus und nicht Sigmund Freud geprägt hat – macht das Buch nicht nur für Fachleute lesenswert. Es ist zugleich eine Darstellung anthroposophischer Menschenkunde aus dem seelischen Blickwinkel. Bereichert wird es durch eine Fülle von therapeutischen Übungen und Meditationen, die das Ich des Menschen stärken und zur Selbstreflexion führen können. Klärende Zusammenfassungen runden die Abschnitte ab und zeigen zugleich, wie man das Seelische strukturieren kann. Anschauliche Fallberichte und nicht zuletzt eine große Zahl von Texten aus der Literatur und der Philosophie der Gegenwart machen das Lesen zu einem Vergnügen. Nebenbei erfährt man eine Würdigung anderer psychotherapeutischer Richtungen der Gegenwart.

Siehe auch

Der Titel könnte in einer Neuauflage etwas gefälliger formuliert werden, doch unterstreicht er, was gelungen ist: die Seele in ihrer Fülle und eine auf der Anthroposophie basierende Psychotherapie lebendig darzustellen.

Buch Markus Treichler, Johannes Reiner, Anthroposophie-basierte Psychotherapie. Grundlagen, Methoden, Indikationen, Praxis. Salumed-Verlag, Berlin 2019

© 2020 Das Goetheanum