

Elicitiva – Friedensforschung  
und Humanistische Psychologie

RESEARCH

Juan José Albert Gutiérrez

# Zärtlichkeit und Aggressivität

Charakteranalyse, Gestalttherapie  
und Enneagramm



 Springer

---

# **Elicitiva – Friedensforschung und Humanistische Psychologie**

**Herausgegeben von**

Wolfgang Dietrich, Innsbruck, Österreich

„Elicitive Konflikttransformation“ ist ein Kunstwort, das von John Paul Lederach in die Friedens- und Konfliktforschung eingeführt wurde, um einen Zugang zu umschreiben, der Konflikte jenseits von Gut und Böse, Richtig und Falsch versteht. Er deutet Gewalt als Ausdruck missglückter Kommunikation zwischen den Streitparteien. Konflikt wird beziehungshaft betrachtet. Konfliktarbeit zielt folglich auf das Schaffen eines Begegnungsrahmens, in dem die Parteien gemeinsam neue Verhaltensmuster erkunden und schaffen können. Dieser Ansatz ist ein Leitprinzip des Innsbrucker UNESCO Chairs for Peace Studies und seines Masterprogramms. Er beruht epistemologisch auf den Einsichten und Errungenschaften der Humanistischen Psychologie.

Die Reihe Elicitiva wurde gegründet, um die fachliche Begegnung zwischen der Friedens- und Konfliktforschung und der Psychologie zu vertiefen und zu erweitern. Aus dieser Absicht ergeben sich ihr thematischer Schwerpunkt und die Offenheit für Beiträge aus inhaltlich relevanten Nachbardisziplinen. Elicitiva berichtet aus der jüngsten Forschung, eignet sich für die Lehre und unterstützt angewandte Konfliktarbeit in all ihren Dimensionen – von der Begleitung persönlichen und zwischenmenschlichen Ringens bis zur Dimension der großen gesellschaftlichen und politischen Themen und der internationalen Politik.

**Herausgegeben von:**

Wolfgang Dietrich  
UNESCO Chair for Peace Studies  
Universität Innsbruck/Österreich



**Herausgeberkomitee:**

David Diamond (Kanada)  
Claudio Naranjo (Chile)  
Swami Veda Bharati (Indien)  
Winfried Wagner (Deutschland)  
Sylvester Walch (Deutschland)

**Redaktion und Übersetzung:**

Matthias Gossner

---

Juan José Albert Gutiérrez

# Zärtlichkeit und Aggressivität

Charakteranalyse, Gestalttherapie  
und Enneagramm

 Springer

Juan José Albert Gutiérrez  
Alicante, Spanien

Elicitiva – Friedensforschung und Humanistische Psychologie  
ISBN 978-3-658-08509-4      ISBN 978-3-658-08510-0 (eBook)  
DOI 10.1007/978-3-658-08510-0

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer  
© Springer Fachmedien Wiesbaden 2015

Ternura y Agresividad. Carácter: Gestalt, Bioenergética y Eneagrama  
2009: Madrid, Mandala Ediciones [1. Auflage]  
2014: Barcelona, Editorial La Llave [2. überarbeitete Auflage]

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer Fachmedien Wiesbaden ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media ([www.springer.com](http://www.springer.com))

## *Gewidmet*

Meinen Eltern, Juan und Paquita.

Meiner Tochter Elena mit Iñigo.

Meiner Tochter Sandra mit Christophe und ihrem Sohn Jon.

Elena, meiner Frau, Weggefährtin, Vertrauten und beharrlichen  
Unterstützerin.

Unseren Kindern Guillermo und Ana.

*Im Gedenken an*  
Ignacio López López  
Ignacio Ruiz Lafita

## Mein Dank gebührt

Claudio Naranjo, meinem Meister.

Antonio Asín, der mich in die Bioenergetik und in den Vierten Weg eingeführt hat.

Paco Peñarrubia, von dem ich Gestalttherapie gelernt habe.

Carlos Chan, meinem Lehrer für Bioenergetische Analyse.

María Ángeles Núñez für ihre Hilfe und Unterstützung bei der Entstehung dieses Buches.

Ada López für ihre eingehenden Kommentare zu einigen Kapiteln, ihrem immerwährenden Elan und für das wunderbare Geschenk ihrer Zeichnungen.

Albert Rams, sowohl für sein kritisches Lektorat als auch dafür, mir einige ganz neue Sichtweisen eröffnet zu haben.

Cristina Nadal, nicht nur für ihre kritische Textrevison und ihre Hinweise zur Klärung einiger Begriffe, sondern – in besonderem Maße – auch dafür, mir „abverlangt“ zu haben, mich zur Einbindung klinischer Fallbeispiele in jedes Kapitel durchzuringen.

Juan José Díaz, der mich mit dem Verlag in Kontakt brachte, für sein Interesse, der Publikation den letzten Feinschliff zu geben. Mein besonderer Dank gilt ihm dafür, mich „gedrängt“ zu haben, das Kapitel über Reich und Perls zu verfassen und die Zeichnungen einzubinden.

All jenen Personen, die mir Teile ihrer Lebensgeschichte zur Verfügung gestellt haben, um die verschiedenen Kapitel zu veranschaulichen.

Dieses Buch beruht auf meiner 20-jährigen Erfahrung aus der klinischen Praxis und Lehrerfahrung. Dabei habe ich versucht –

sofern ich es nicht auch eigens durch meine alltägliche Berufspraxis bestätigt gefunden habe – mich von dem, was von anderen Autoren bereits über die Charaktere geschrieben wurde, nicht beeinflussen zu lassen. Dementsprechend sind die Literaturhinweise überschaubar.

In diesem Zusammenhang möchte ich mich ganz besonders bei allen Studentinnen und Studenten der bislang zehn Ausbildungslehrgänge in Klinisch Integrativer Psychotherapie bedanken, ohne deren Mitwirkung dieses Buch nicht hätte geschrieben werden können, und an die es sich ganz besonders richtet.

Abschließend richte ich meinen ausdrücklichen Dank an die Studenten und Studentinnen des zweiten Ausbildungslehrganges, der „Integrativen“, da ja dieses Buch anfänglich an Unterrichtsaufzeichnungen für sie anknüpfte, ohne dass ich je geahnt hätte, wie lange ich brauchen würde, es fertig zu stellen. Ich empfinde es nun so, als hätte ich damit endlich eine offene Schuld beglichen.



# Inhalt

Vorwort..... 13

Präsentation .....21

## Erster Teil

0 Einleitung.....29

1 Reich und Perls: eine integrative Fortsetzung .....31

1.1 Über die Integration.....31

1.2 Über die Panzer .....39

1.3 Über die Blockierungen .....42

1.4 Über die Angst .....45

1.5 Über den Charakter .....48

1.6 Über den Widerstand .....55

1.7 Über die Diagnose.....63

1.8 Schlussfolgerungen.....67

2 Einige theoretische Erwägungen.....69

2.1 Der Einheitsimpuls .....72

2.2 Struktur des Einheitsimpulses .....76

2.3 Die Funktion des zärtlichen Subimpulses .....78

2.4 Die Funktion des aggressiven Subimpulses .....82

Die feindseligen Anteile des aggressiven Subimpulses .....	84
2.5 Die Wahl des Instinkts .....	85
2.6 Aufspaltung und Funktionswechsel des Einheitsimpulses .....	87
2.7 Der Ursprung der Angst.....	92
2.8 Der Charakterpanzer .....	95
2.9 Der Muskelpanzer .....	100
Die segmentäre Anordnung der Muskelpanzer .....	102
Die Körpersegmente .....	106

## Zweiter Teil

3 Der schizoide Charakter: Enneatyp 5.....	113
3.1 Die präorale Entwicklungsphase .....	113
3.2 Ätiologie .....	115
3.3 Energetische Dynamik.....	119
3.4 Körperstruktur .....	134
3.5 Emotionale Dynamik .....	147
4 Der orale Charakter: Enneatyp IV .....	155
4.1 Die orale Entwicklungsphase.....	155
4.2 Ätiologie .....	158

4.3	Energetische Dynamik.....	161
4.4	Körperstruktur .....	170
4.5	Emotionale Dynamik .....	196
5	Der masochistische Charakter: Enneatyp IX.....	215
5.1	Der Begriff des Masochismus.....	215
5.2	Die anale Phase der Entwicklung .....	219
5.3	Ätiologie .....	225
5.4	Energetische Dynamik.....	233
5.5	Körperstruktur .....	238
5.6	Emotionale Dynamik .....	254
6	Psychopathische Charaktere:	
	Enneatypen III und VI .....	275
6.1	Der Beginn der Ödipusphase .....	275
6.2	Die phallische Entwicklungsphase.....	280
6.3	Ätiologie .....	285
6.4	Energetische Dynamik.....	299
6.5	Körperstruktur .....	305
6.6	Emotionale Dynamik .....	324

## 7 Die rigiden Charaktere:

Enneatypen I, II, VII und VIII.....	347
7.1 Der Ausgang der ödipalen Phase.....	347
7.2 Die genitale Entwicklungsphase.....	351
7.3 Energetische Dynamik.....	355
7.4 Körperstruktur und Körperpanzerung.....	359
7.5 Emotionale Dynamik.....	371
7.6 Unterformen.....	382
Die hysterische Unterform (Enneatyp II).....	382
Die passiv-feminine Unterform (Enneatyp VII).....	391
Die phallisch-narzisstisch zwanghafte Unterform (Enneatyp I).....	402
Die phallisch-narzisstisch kompulsive Unterform (Enneatyp VIII).....	415
Epilog.....	433
Empfohlene Bibliographie.....	437
Biographie.....	439
Glossar.....	445

## 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.<sup>1</sup>

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

---

<sup>1</sup> 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 Mitarbeitersteam 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

Das *Tao* schenkt ihnen das Leben,  
das *Te* (Tugend) zieht sie auf,  
das *Wu* (Dinge) formt sie,  
das *Ching* (Einflüsse) vervollkommnet sie.

Somit schenkt das *Tao* ihnen das Leben,  
das *Te* zieht sie auf,  
lässt sie wachsen, nährt sie, vervollkommnet sie,  
lässt sie reifen, erhält und beschützt sie.  
Es schenkt ihnen das Leben aber besitzt sie nicht,  
es erschafft sie aber stützt sich nicht auf sie,  
es lässt sie wachsen aber beherrscht sie nicht.  
Das ist die *Geheime Tugend*.

(Laotse: *Tao Te King*)

# Präsentation

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. Ich habe diesbezüglich keinen Zweifel: weder angesichts der Gewissheit, noch des Unwissens; auch nicht hinsichtlich der Möglichkeit, dass sich mir das besagte Mysterium eines Tages offenbart, vielleicht im Moment des Sterbens. Diese Gewissheiten – selbst wenn es keine anderen gäbe – sind ausreichend, um mein Leben interessant zu machen und motivieren meine Bemühungen, sie zu verwirklichen, obschon ich davon ausgehe, dass ich diese Stufe wahrscheinlich nicht erreichen werde.

Ich gehe von einem Verständnis des menschlichen Wesens als eine verkörperte *Energie* aus, als eine Erscheinung, durch die diese universelle Energie in der phänomenologischen Welt sichtbar und mittels der Sinne begreifbar wird. Dies macht die *Essenz* unseres Seins aus, unser spirituelles Wesen.

Ich vertrete nur eine Sichtweise über den Entwicklungsprozess des menschlichen Wesens, das ab dem Moment seiner Verkörperung Gesetzen unterliegt, die seiner Natur eigen sind und denen man, ob zum Guten oder Schlechten, nicht entgehen kann. Mit diesem Ziel konzentriere ich mich auf seine energetischen Erscheinungen, die sich in körperlicher, emotionaler und intellektueller Weise in jeder Person als das strukturieren, was wir den *Charakter* nennen. Wie wohl auch die Dynamik dieses Charakters so beschaffen ist, dass sie uns einerseits das Leben ermöglicht, aber andererseits auch unsere wesentliche und dreidimensionale Einheit beschränkt und verdunkelt: unsere Tugenden, unsere Ideen und unseren Lebenstrieb und deren spontane kreative, spirituelle und befriedigende Ausdrücke.

Durch das Mysterium der Verkörperung kommen wir von einer Existenz auf dem Niveau der nicht-phänomenologischen Manifestation, auf dem es eine Identität mit der Einigkeit und dem Wesen des Göttlichen gibt, auf eine Ebene der den Sinnen zugänglichen phänomenologischen Manifestationen. Ab der Geburt ist der gesamte Entwicklungsprozess ein Übergang, der den Verlust unserer ursprünglichen Identität bedeutet, eine *ontische Verdunkelung* – wie es Claudio Naranjo definiert – die durch den Kontaktverlust zu unserem göttlichen Ursprung zu einer Erfahrung einer existentiellen Leere wird. Wir entfernen uns somit vom Wertvollsten, das wir besitzen: von unserer Identität und der Macht des wirklichen Ich, des göttlichen Wesens.

Haben wir einmal unsere Identität verloren, versuchen wir die existentielle Leere mit einer Pseudoidentität zu füllen, mit dem Spiegelbild, das wir von der Umwelt, in die wir hineingeboren wurden, über uns erhalten. Im Wesentlichen und an erster Stelle handelt es sich um das Bild, das uns unsere familiäre Umwelt, unsere Eltern widerspiegeln. Der diesem Identitätsersatz folgende Entwicklungsprozess wird in einem defensiven und beziehungsorientierten *Apparat* strukturiert und kristallisiert<sup>2</sup>, den wir als *Charakter* bezeichnen.

Vom Schmerz, den der Kontaktverlust zu unserem Wesen mit sich bringt, bleibt die Erfahrung einer Leere, einer Unechtheit und einer Sehnsucht nach dem Verlorenen in unserem sensiblen, sinnlichen und emotionalen Gedächtnis unseres eigenen individuellen Lebens verankert – obschon in einer unbewussten Ebene. Die Folgen dieses Verrats an uns selbst hinterlassen eine Unruhe, die wir als Unzufriedenheit, Traurigkeit, Unsicherheit, Angst und Furcht empfinden. Unsere Identifizierung mit dem Charakter ist der Versuch, den Kontakt mit der essentiellen Leere, Traurigkeit und Angst zu vermeiden und auch die Sehnsucht nach der verlo-

---

<sup>2</sup> *strukturieren* und *kristallisieren* sind zwei Begriffe, die der Autor häufig und bildhaft im spanischen Original verwendet und die ich deshalb direkt ins Deutsche übersetze; *strukturieren* verweist demnach auf einen Vorgang, durch den etwas in den Körper eingebaut wird; *kristallisieren* wird im Sinne von „sich herauskristallisieren“, „eindicken“ oder auch „kondensieren“ verwendet (Anm. d. Ü.).

renen Identität zu stillen, von der wir, wenn überhaupt, nur eine intuitive und unbewusste Erinnerung bewahren.

Diese *defensive Identifikation* impliziert, dass sich die *ontische Verdunkelung* und das *Sich-vergessen* fortsetzen, als die in energetischer Hinsicht ökonomischste Abwehrstrategie. Das muss auch so sein, da wir nicht über genügend Energie verfügen, um aufmerksam bei unserem eigenen Sein zu verbleiben und gleichzeitig zu versuchen, die Unlust zu vermeiden, die seine spontanen Äußerungen bewirken und die wir aufgrund des geringen Verständnisses und der geringen Toleranz unseres Umfelds nicht akzeptieren können. Die wegen zu geringer Energie abgelenkte Aufmerksamkeit auf unser eigenes Wesen lässt uns in die zwanghafte Mechanik eines *Fühlens-wie* fallen, je nach den an uns gerichteten Erwartungen. Diese Einschränkungen trennen uns von unserem Bewusstsein und bewirken, dass wir unsere Identität falsch begreifen. Unsere Selbstbetrachtung und spirituelle Entwicklung werden träge, da die besagte Strategie letztlich den Fluss des Lebenstriebs, den Impuls zur Suche nach sich selbst und den Willen zum Sein hemmt.

Vom Umfeld gezwungen, im Laufe des Entwicklungs- und Reifungsprozesses einen Teil des Lebensimpulses zu hemmen, erhalten wir diese Strategie aufrecht und identifizieren uns immer mehr mit dem Abbild, das wir von uns selbst erhalten und *haften* immer stärker daran. Durch diese Identifizierung wird die Ignoranz gegenüber unserem ursprünglichen Sein immer tiefer, da wir damit auch die Trennung aufrecht erhalten, die uns in diesem Zustand der Sehnsucht, Unzufriedenheit, Traurigkeit und Angst belässt, deren Erinnerung, nicht zu vergessen, unbewusst bleibt. Von besagtem Zustand nehmen wir nur seine defensiven Äußerungen wahr, in Form der Charakterzüge mit ihrer zwanghaften Mechanik, oder der klinischen Symptome. Indem wir am Abbild haften, versuchen wir auch gleichzeitig den emotionalen Kontakt mit der Beklemmung, Furcht und Depression, die uns als Folge der existentiellen Leere verblieben sind, zu vermeiden.

Wie ich bereits bemerkt habe ist die Notwendigkeit, die jeweils ökonomischste energetische Alternative zu verfolgen, vorausbestimmt durch die Tatsache, dass wir von Geburt an in einem „ent-energetisierten“ Zustand verbleiben, der durch die Stilllegung eines Teiles unserer ursprünglichen Energie verursacht wurde (energetische Stauung). Diese ist dazu bestimmt, die Abwehrmechanismen, Charakterzüge und Symptome in defensiver Weise zu strukturieren und zu erhalten, letztlich aber um am Abbild, mit dem wir uns identifiziert haben, festzuhalten und es zu beschützen.

Unsere tiefste Angst, die uns lähmt und die wir alle am meisten fürchten, ist der Verlust unserer Identifikationsmöglichkeiten, die sich dadurch begründet, dass diese Möglichkeiten phantasierte Spekulationen und keine Wirklichkeiten sind. Dass solcherart kognitive und emotionale Verfälschungen, die wir über uns selbst und unsere Geschichte erarbeitet haben, nicht existieren, bemerken wir sensibel und intuitiv. Wir *kennen* sie, da sie fest in unserer Lebenserinnerung verwurzelt sind, aber wir *wissen* nichts von ihnen.

Die *essentielle Furcht und das Misstrauen*, in denen wir leben, leiten sich also von der Angst ab, dass unsere Heuchelei aufgedeckt werden könnte, denn wir wissen nichts von ihr, selbst wenn wir sie irgendwie kennen. Weil wir ihren Ursprung nicht kennen, verweilen in der Furcht. Da diese Heuchelei so in unserer Erfahrung verwurzelt ist, überlagert sie weiterhin den kindlichen Schmerz, der durch den Verlust unserer Identität hervorgerufen wurde; ein Schmerz, der sich vor allem in Lieblosigkeit uns selbst gegenüber ausdrückt, zusätzlich zum Schmerz über die Lieblosigkeit unserer Eltern und, als Folge davon, des Misstrauens gegenüber der uns aufnehmenden Welt.

Unsere Eltern empfangen uns mit einer bereits bedingten Liebe und meist spärlichen Zärtlichkeit und Toleranz, aber vor allem empfangen sie uns in einem Zustand tiefen Unwissens, bezüglich *wer da geboren wird* und was dessen essentielle Natur ist. Wegen ihrer und unserer Ignoranz gegenüber unserem eigenen individu-



ellen Werden, enden wir abgetrennt von und mit der Angst vor unserem göttlichen Wesen, dem einzig Wahren und deshalb wertvollsten des menschlichen Wesens. Wir haben Angst, die Heuchelei und Nichtexistenz unserer beschützenden *Identifikationsmöglichkeit* vor einer als feindselig erlebten Welt aufzudecken. Nicht so sehr davor, dass diese Falschheit von den anderen entdeckt wird, sondern vor allem von uns selbst, da der lieblose Empfang in der Welt, in der wir gelandet sind, die angemessene Entwicklung und Verwurzelung des Sicherheitsgefühls verhindert. Somit bleibt unsere Fähigkeit blockiert, mit uns selbst und mit dem eigenen Leben in zärtlicher Weise in Beziehung zu treten. Man kann nicht lieben, was man ignoriert.

Der Prozess der Humanisierung bringt mit sich, dass wir, wegen dem Kontaktverlust zu uns selbst, zu Wesen werden, denen es an göttlicher Liebe mangelt; und defizitär auch an menschlicher Liebe, da wir im Laufe des Aufwachsens den benötigten liebevollen und zärtlichen Kontakt nur ungenügend erfahren. Genau dieses Fehlen von Akzeptanz und liebevollem und zärtlichem Kontakt ist es, was die energetische Stauung begünstigt und damit die Energie stilllegt, die wir brauchen würden, um die Aufmerksamkeit auf unser essentielles und eindeutiges Sein zu richten. Die Folge davon ist, dass wir im Laufe unserer Entwicklung, Reifung und Sozialisation den intimen und zärtlichen Kontakt zu uns selbst verlieren und uns deshalb nicht mehr in uns selbst erkennen. Wenn wir uns aber unseres ursprünglichen Wesens bewusst werden und es erkennen, jenseits unserer Identifikationen, können wir gesunden und uns für das Leben und die Spiritualität öffnen. Letztendlich handelt es sich um ein Durchschreiten der Angst, damit sich der Schleier der Ignoranz über unserem wirklichen Sein lüftet.

Ich möchte darüber schreiben, wie und mit welchen Konsequenzen dieser Prozess vor sich geht. Ich hoffe, dass dies für die Psychotherapeuten, an die es vor allem gerichtet ist, von Nutzen sein kann.

# Erster Teil

## 0 Einleitung

Der Mensch ist ein selbständiger Organismus und er ist fähig, sich an die Natur und die Natur an seine Bedürfnisse anzupassen. Er steht auch in gegenseitiger Abhängigkeit zu den anderen Menschen, da er die sozialen Beziehungen mit seinesgleichen braucht, um sich vollständig zu entfalten, und sich sowohl als Einzelner als auch als Spezies fortzuentwickeln. Der Charakter ist eine Konsequenz dieser notwendigen gegenseitigen Abhängigkeit und gerade deshalb hilft oder behindert er uns, je nachdem, ob die Entwicklung mehr oder weniger harmonisch verlief. Harmonie oder Disharmonie, die zu einer bestimmten Charakterstruktur kristallisieren und die ihrerseits eine stärkere oder geringere Störung in der Wahrnehmung des Selbst und des Seins im Leben mit sich bringen wird. Diese Wahrnehmungsverzerrung ist verantwortlich für die Psychopathologie des Charakters.

Der Charakter ist auch eine Folge der gegenseitigen Abhängigkeit aller intrinsischen Funktionen der menschlichen Natur, die eine unteilbare Einheit bilden. Von der *harmonischen Entwicklung* des Charakters hängt die individuelle Ausprägung jedes Einzelnen und unsere Fähigkeit zur Erfassung des eigenen Lebens, des Bewusstseins vom eigenen Leben ab, da es durch diesen Charakterfilter wahrgenommen wird. Ebenso hängt von der *harmonischen Entwicklung* dieser unteilbaren Einheit, die wir als Mensch bezeichnen, ab, wie eindeutig die Richtung des Lebensimpulses bleibt, der sich ursprünglich zum Wohlbefinden und zur Lust hin orientiert (erotische Beziehung zum Leben).

Ich werde mir erlauben, diese Einheit nur zu didaktischen Zwecken zu zerlegen und bin mir bewusst darüber, dass es sich um einen eingeschränkten Blickwinkel handelt. Meine Aufmerksamkeit liegt auf der energetischen und körperlichen Dynamik, obwohl

deren gegenseitige Abhängigkeit zu den emotionalen und kognitiven Funktionen nicht vergessen werden sollte. Ich möchte einen spezifischen Standpunkt vorstellen der, wenn er vom Rest der Einheit, die jede Person verkörpert, isoliert dargestellt wird, zu einem falschen Verständnis führen kann. Dieses Verständnis kann aber bereichert werden, wenn andere Standpunkte mit einbezogen werden. Ich bin mir all dessen bewusst und möchte auch einen Standpunkt zu jedem einzelnen der Charaktertypen vertreten, bei dem sowohl die energetische Dynamik, die körperliche, sinnliche und sensible Entwicklung und Verwurzelung, als auch die emotionalen und kognitiven Aspekte, die gleichzeitig im Entwicklungsprozess jeder Person gegenwärtig sind, eine Rolle spielen.

Für die Analyse und das Studium der Charakterstruktur gehe ich von den Postulaten aus, die WILHELM REICH über die energetische Dynamik und die Charakteranalyse aufgestellt hat und von den bioenergetischen Techniken und der Charakterologie, die ALEXANDER LOWEN mit seinem Werk *Körperausdruck und Persönlichkeit* beigetragen hat.

Das integrierende Element findet sich in den von CLAUDIO NARANJO erhaltenen Lehren über das Enneagramm als Landkarte der intuitiven, emotionalen, intellektuellen und spirituellen Entwicklung und seine Anwendung in meiner psychotherapeutischen Praxis. Wie viele andere sind diese Lehren klarerweise in meiner gesamten Arbeit enthalten, obwohl ich nicht ausdrücklich auf sie verweise. Deshalb beschäftige ich mich nur teilweise mit den emotionalen, kognitiven und beziehungsmaßige Äußerungen jedes Charaktertyps und den wechselseitigen Beziehungen zwischen der bioenergetischen Charakterologie und den *Enneatypen*. Zur weiteren Vertiefung verweise ich die interessierte Leserschaft auf die Arbeiten von CLAUDIO NARANJO über die *Enneatypen* und die „ontische Verdunkelung“.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Ein von Claudio Naranjo entwickelter und geprägter Begriff: die Entwicklung des Charakters bringt eine spezifische Blindheit, je größer umso pathologischer, hinsichtlich des Kontakts zu unserem Ursprung und unserer spirituellen Essenz mit sich.

# 1 Reich und Perls: eine integrative Fortsetzung

## 1.1 Über die Integration

Aufgrund seiner Natur neigt jeder lebende Organismus zu Selbstregulierung und zur Anpassung an die Umwelt, in der er sich entwickelt. Diese Funktion wird, zur Erreichung eines homöostatischen Gleichgewichts, spontan ausgeführt, um ein wesentliches Prinzip der Natur zu erfüllen: sein Leben und das seiner Spezies mit dem geringsten Energieaufwand und dem größtmöglichen Lustgewinn zu erschaffen, zu erhalten und zu entwickeln.

Wenn wir uns den Ansatz von Reich und Perls anschauen, gehen beide davon aus, dass die Beschaffenheit der menschlichen Natur die gleiche Tendenz aufweist wie die jedes anderen Tieres: hin zu seiner Selbstregulierung, mittels der Befriedigung seiner Bedürfnisse und der Selbstunterstützung. Ebenso vertreten beide, dass diese spontane Tendenz durch die Störungen der mentalen Konstrukte und durch die emotionalen Hemmungen unterbrochen wird, die durch die Auseinandersetzung mit der Umwelt bedingt werden. Vielleicht formuliert es Reich ein wenig klarer wenn er sagt, dass diese Neigung sich Richtung Entspannung, Lust und der Schaffung<sup>4</sup> von weiterem (organischem und spirituellem) Leben entwickelt, und somit dem natürlichen Gesetz der Energieökonomik, die allen Lebewesen innewohnt, folgt.

Reich war ein Pionier der Psychiatrie und Psychotherapie, in seiner holistischen Auffassung vom Menschen als Organismus, der keiner dualistischen Teilung von Psyche/Körper unterliegt. Er ver-

---

<sup>4</sup> Ich verstehe unter Schaffung den Akt, durch den das Mögliche zu Wirklichem **gemacht** wird.

tritt den Ansatz, dass die von ihm sogenannten vegetativen Erregungen (Perls nennt sie dann nur mehr *Erregungen*<sup>5</sup>) die einzig verfügbare Energiequelle darstellen, das organismische Gleichgewicht wiederherzustellen. Die vegetativen Erregungen erfüllen also die Funktion, die Bedürfnisse des Individuums zu befriedigen und liefern die grundlegende Energie des Einheitsimpulses für seine unterschiedlichen Funktionen, ohne eine Teilung von Energie und ihren Funktionen vorzunehmen.

Wenn in einem Organismus ein Bedürfnis aufsteigt, entsteht eine Spannung, die ihn aus dem Gleichgewicht bringt und von ihm als ganzheitlich erfahren wird. Die Selbstwahrnehmung dieser Spannung wird mittels des zärtlichen Subimpulses kanalisiert, dessen Funktion gerade das Anzeigen und die Wahrnehmung eines entstehenden Bedürfnisses ist. Sobald der zärtliche Subimpuls seine Information weitergibt, wird sie vom aggressiven Subimpuls kanalisiert, dessen Funktion die spontane Befriedigung des aufsteigenden Bedürfnisses ist. Somit vervollständigt er die durch das Bedürfnis aufsteigende Figur, sodass das Individuum den Zustand von Gleichgewicht und Entspannung wiederherstellen und Lust erfahren kann.

Manchmal wird eine vollständige Befriedigung des Bedürfnisses nicht erreicht, wenn auch die Spannung ein wenig vermindert und so eine größere Unlust vermieden werden kann; aber in diesem Fall bleibt die Situation offen und blockiert und die Energie pulsiert weiter, ohne den Zustand der anfänglichen Entspannung zu erreichen. Wenn die durch die Unbefriedigung oder nicht vollständige Befriedigung erfahrene Frustration sich über einen längeren Zeitraum wiederholt, häufen sich die muskulären und emotionalen Spannungen und entfernen sich immer weiter vom Ruhezustand.

Es liegt in der Natur der Sache begründet, dass die unbefriedigten Bedürfnisse auf jeglicher Ebene des Organismus in Richtung ihrer Befriedigung drängen und das werden sie auch weiterhin tun, selbst wenn die betreffende Person der Spannung gegenüber

---

<sup>5</sup> Fritz Perls, *Gestalt-Wahrnehmung: Verworfenes und Wiedergefundenes aus meiner Mülltonne*, op. cit., S. 185.