

FREIHEIT & SELFNESS

- „Sapere aude! Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen! Ist also der Wahlspruch der Aufklärung.“ (Immanuel Kant)¹
- „Die Angst klopft an die Tür, der Glaube geht, um zu öffnen; draußen steht niemand. Doch wer lehrt uns zu öffnen?“ (Claudio Magris)²
- „Schreiben bedeutet zu wissen, dass man sich nicht im gelobten Land befindet und es auch nie erreichen wird, aber dennoch beharrlich den Weg in dessen Richtung weiterzugehen, durch die Wüste.“ (Claudio Magris)
- „Die postmodernen Theorien des Seelischen gleichen mehr einem Puzzle, sind mehr ein Patchwork aus Einzelstücken, weniger ein in sich geschlossenes System aus einem Guss.“ (Jochen Peichl)³
- „Das erste Gesetz des guten Tones ist: Schone fremde Freiheit. Das zweite: Zeige selbst Freiheit.“
(F. Schiller an Körner vom 13.2.1793)⁴
- „Die Funktion des lebendigen Leibes kann nur ich verstehen, indem ich sie selbst vollziehe, und in dem Maße, indem ich selbst dieser einen Welt sich zuwendender Leib bin.“ (Merleau Ponty)
- „Da das Verhalten eines Menschen zu sich selber und zu seiner Welt niemals auf den Dingen beruht, so wie sie wirklich sind, sondern immer nur auf seinen begrifflichen Fassungen - präzise oder unzulänglich - muß der Einzelne sich stets bewußt sein, daß diese seine abstrahierten Begriffe (in Form von Worten oder Gedankenbildern) es sind, die seine Einstellung beeinflussen, nicht die Dinge oder Situationen.“ (Alfred Habdank Korzybski)⁵
- „Während der Tiger nicht aufhören kann, Tiger zu sein, sich nicht enttigern kann, lebt der Mensch in ständiger Gefahr sich zu entmenschlichen. Jeder von uns ist immer in Gefahr, nicht er selbst, nicht der Einzigartige und Unübertragbare zu sein, der er ist. Die meisten Menschen verraten dauernd dieses Selbst, das sie zu sein hoffen, und um die ganze Wahrheit zu sagen, unsere Individualität ist eine Persönlichkeit, die sich nie ganz verwirklicht, eine lebende Utopie, ein geheimer Text, den jeder in der Tiefe seiner Brust bewahrt.“
(Ortega Y Gasset)
- „Eine echte Persönlichkeit zwingt durch die Bestimmtheit ihres Verhältnisses zu den Grunderscheinungen des Lebens auch die Mitmenschen zur Selbstbestimmung.“ (S.L. Rubinstein)
- „Der Mensch ist kein isoliertes, in sich abgeschlossenes Wesen, das aus sich heraus leben und sich entwickeln kann. Es ist immer mit der Umwelt verbunden und bedarf ihrer.“ (S.L. Rubinstein)

¹ (Kant, 1975) Kant, I. in Weischedel, W.: S.71ff

² (Magris, 2004)

³ (Peichl, 2007) S.87

⁴ (Hofstätter, 1973/16) : S.173: Die behauptete eigene Freiheit und die Schonung der Freiheit des Anderen

⁵ (Rapoport, 1972); http://www.hyperkommunikation.ch/personen/korzybski_anhang1.htm

- „Lebende Systeme sind autonome Entitäten, auch wenn sie für ihre konkrete Existenz und ihren Stoffwechsel ein Medium benötigen; alle mit ihnen zusammenhängenden Erscheinungen sind unabhängig von der Art, in der ihre verwirklicht wird. Sie (sind) als Systeme organisiert, die sich ständig selbst erzeugen.“ (H.R. Maturana)
- „Wer sein eigenes Leben und das seiner Mitmenschen als sinnlos empfindet, der ist nicht nur unglücklich, sondern auch kaum lebensfähig.“ (A. Einstein)
- „Letzten Endes kann kein Mensch wirklich Sinn in seinem Leben finden, indem er eben nur den Sinn akzeptiert, der ihm von der Elterngeneration weitergegeben wird. Sinn muß individuell geschaffen werden, und der Prozeß des Sinnschaffens erfordert das Erproben und Experimentieren.“ (J.F. Masterson)
- „Alle Teile des Organismus bilden einen Kreis. Daher ist jeder Teil sowohl Anfang als auch Ende.“
(Hippokrates)
- „Das einzig gültige Lehrbuch sind die Menschen selbst.“ (W. Revers)



Freiheit:

- „ im Sinne von Autonomie, einer nur sich selbst Grenzen setzenden , hat nur Gott. Er ist der schlechthin Freie, das aus sich selbst existierende Sein und Leben. Nur Gottes ist eine unbegrenzte ⁶, die sich wirklich nur in selbst begrenzt, indem sie sich zur unverbrüchlichen Liebe bestimmt. Leben ist nur möglich in Grenzen, die eine Lebensordnung schaffen und insofern heilsam und gut sind. Der kann auch als Vernunftwesen diesen Abhängigkeiten von den Bedingungen des geschöpflichen und des sozialen Lebens nicht entinnen.“ (U. Eibach)⁷
- ist eine „unsinnige Idee“ (Fromm, E.): in der natürlichen Begrenztheit und Finalität der Geist-, In- & Umwelt gilt es einem Subjekt sich anzupassen, Kompromisse zu schließen, Konflikte zu lösen⁸, sich mit anderen lebendigen Wesen abzustimmen. Ein Subjekt und sein Leib sind immer bezogen auf etwas und somit bedingt durch etwas, d.h. es ist immer in Relativitäten befindlich⁹. ließe sich nur in der **Toleranz** messen, die Abstimmungs-, Anpassungs-, Kultur- & Arbeitsleistungen Spielraum gibt für selbstständige und autonome Intentionen in der „**Lebenskunst**“, der Kunst zu lieben und zu sterben (Wilhelm Schmid).
- als einen „absoluten“ Wert, als „Freiheit an sich“ an zu sehen, ist insofern absurd und eine Illusion, als jegliches Lebewesen nicht nur ähnlich den physikalischen Dingen einer „Beharrungstendenz“, die sich Bewegung und damit dem Energiefluss (auch der „Libido“; C.G. Jung) und Wandlung entgegengesetzt, und anderen physikalischen und biologischen Gesetzmäßigkeiten auf allen kategorialen Ebenen des „Leibes“ (Körper-Psyche-Geist) unterworfen ist, sondern es ist ein Lebewesen in seinem individuellen Lebensvollzug als Subjekt auch bedingt durch **genetische** und **epigenetische** Einflüsse¹⁰ der eigenen Spezies und Familie. Triebe, Instinkte, Muster-Vorlagen für Erleben&Verhalten, Erfahrungen, die tiefgreifende Veränderungen in Körper-Psyche-Geist (im Leib-Ganzen) bewirkt hatten, können „ererb“ werden und nicht nur Wandlungen im Verlauf der Evolution der Gene. Eine weitere Einschränkung der „**persönlichen Freiheit**“ bewirken Prägungen und einschneidende Erlebnisse (besonders: Traumata) und Lern-Vorgaben so wie das ökologische, ökonomische, soziale Ambiente¹¹ eines Subjektes während und nach der Geburt, die psychische Funktionen vor- & unbewusst in ihren Aktionen und Reaktionen steuern. Die geistigen (religiösen, philosophischen) Konzepte von „Schicksal“, „Kismet“, „Karma“, „Gottes Willen/Fügung“, welche die individuelle Freiheit eines Subjektes (durchaus zu seinem Schutz nicht an der Gabe der Erkenntnis der Endlichkeit und des Leids zu verzweifeln) verneinen bzw. sehr einschränken, seien hier als Einfluss der jeweils das Subjekt einbettende Kultur und Tradition nur erwähnt.
- ist der weit gehende **ZeitRaum** zur möglichen & tatsächlichen Verwirklichung von Taten gemäß eigener bewusst getroffener Entscheidungen der Vernunft¹² & dem SpielRaum der Gestaltung intuitiver Entwürfe (Inspiration¹³) sowie von Vorstellungen und Möglichkeiten in den Lebensraum hinaus.

⁶ (Fromm, 2006/4); S.43ff: in Kap 3: „Freiheit – die authentische Realisierung der Persönlichkeit“ - „..... ungehinderte körperliche Bewegung von einem Ort zum anderen; eine Art ursprünglicher Spontaneität ...; ... 'bürgerliche Freiheit' ..., der entsprechend es einem Menschen freisteht, im Rahmen der Gesetze sich nach Belieben zu betätigen“

⁷ (Eibach, 2006); S.133

⁸ (Fromm, Suzuki, & Martino, Zen-Buddhismus und Psychoanalyse, 1972): „Der Mensch ist nur frei, wenn er unpersönlich ist. Er ist frei, wenn er sich verleugnet und im Ganzen aufgeht. Genauer gesprochen, er ist frei, wenn er selbst und doch nicht er selbst ist. Solange er diesen scheinbaren Widerspruch nicht voll und ganz versteht, steht es ihm nicht zu, von Freiheit, Verantwortung oder Spontaneität zu sprechen.“ S.18ff

⁹ (Einstein, 1977): „An Freiheit des Menschen im philosophischen Sinne glaube ich keineswegs. Jeder handelt nicht nur unter äußerem Zwang, sondern auch gemäß innerer Notwendigkeit. Schopenhauers Spruch: 'Ein Mensch kann zwar tun, was er will, aber nicht wollen, was er will.'“ S.7

¹⁰ (Spork, 2009); (Kegel, 2009)

¹¹ (Ittelson, Prohansky, Rivlin, & Winkel, 1977); (Kaminski, 1976); (Goudie, 1994); (Hellbrück & Fischer, 1999); (Homburg & Matthies, 1998); (Kruse, Graumann, & Lantermann, 1996/2)

¹² (Kant, 3. Freiheit, Gewissen, Würde des Menschen, 1975): „Als ein vernünftiges, mithin zur intelligiblen Welt gehöriges Wesen kann der Mensch die Kausalität seines eigenen Willens niemals anders als unter der Idee der Freiheit denken; denn Unabhängigkeit von den bestimmenden Ursachen der Sinnenwelt (dergleichen die Vernunft jederzeit sich selbst beilegen muss) ist Freiheit.“ S.81f

¹³ (Cohn, 1975) S.134ff: „Inspiration ist intrapsychische Intuition.“ Sie ist somit „gekennzeichnet durch Plötzlichkeit und Gewissheit, ohne bewusstes Wissen um ihre Herkunft“ und emergiert als Gestalt aus Sinneswahrnehmungen,

Somit ist Freiheit die Fertigkeit & Fähigkeit zu entwickeln und anzuwenden: zu konstruktiver, situationsadäquaten Kompromissbildung bei sich ergebenden und vorgegebenen Konflikten und An- & Herausforderungen in der Trias: GeistWelt – InWelt – UmWelt. Dies optimal zu bewerkstelligen braucht die Metakompetenzen: **Selfness** (*bestimmend & wirksam gemäß seinem Selbst sein; M. Horx*) und **Awareness** (*F. Perls*).

- ➔ Freiheit ist (*gemäß obigen Punkten:*) das Maß der möglichen Entscheidungen des Geistes, effektiv tätig werden zu können. Das ist der „**Freiheitsgrad**“, der, wenn mit „**Awareness**“ (*Bewusstheit, Wachheit, Interesse; F. Perls*) wahrgenommen, zu einer prägnanten Entscheidung und einem Ergebnis führt¹⁴ und das in Form von gelungenen und sinnvollen Abstimmungs-, Anpassungs-, Kultur- & Arbeitsleistungen in Bezug auf die Innenwelt (*Introversion*) und in Bezug auf die Außenwelt (*Extraversion*). (*Siehe Entscheidungsbaum: je differenzierter desto höher der Freiheitsgrad etwas auf eine bestimmte Weise und aus verschiedenen Motiven durchführen zu können.*)
- ➔ Freiheit des **Geistes** – als meine Fähigkeit und Neigung, gewisse Dinge auf der verdeckten Ebene des persönlichen Erlebens und der offenen Ebene des Handelns zu tun (private & öffentliche Ebene¹⁵; G. Ryle) - wird oft mit „Willensstärke“, „Willensfreiheit“ bzw. „Freiwilligkeit“ der Vernunft und „Entschlossenheit“ assoziiert. „Unfreiwilligkeit“ wäre dadurch entschuldbar, da das Geschehen nicht der Kategorie: „Verantwortlichkeit“ zu subsummieren wäre. Der Begriff: 'freiwillig' kann jedoch auch auf ein Tun bezogen sein, das wertfrei ist im Sinne von: „absichtlich“ – durch einen Willens- & Entscheidungsakt bewirkt – oder „unabsichtlich“ - durch einen Fehler, Zwang, Versehen entstanden. Erst die Wirkung dieses Tun sollte mit einer Wertkategorie bezeichnet werden.
- ➔ Freiheit ist das „gefühlte Wissen“ & „gewusstes Fühlen“ um die eigene Sinnhaftigkeit und **Würde**¹⁶ meines Lebens als individuelles Subjekt und „Mensch“ (*Ortega y Gasset*¹⁷). Ein Chairman bzw. eine Chairwoman hat sich in bewusster Selbstrealisation und Selbstentwicklung (*Selfness, H. Fuchs*¹⁸) im Kontakt mit dem Lebensraum eine „**Persönlichkeit**“ (*S.L. Rubinstein*¹⁹) erarbeitet und sie sind sich ihrer Leibhaftigkeit (*M. Merleau-Ponty*²⁰) und Wirksamkeit als Teil des „kosmischen Ganzen“²¹ bewusst.
- ➔ Freiheit ist die Fähigkeit: **Toleranz** zu leben und Mut, sich zurückhalten zu können und Macht über sich selbst zu haben (*E. Ringel: Autorität*²²), d.h. in **Demut** zu leben: „Etwas sein lassen können“ - „So & Anders Sein respektieren können“ - „Intimität bewahren können“. D.h. es ist die Freiheit eines Subjektes, sich nicht manipulativ einmischen zu müssen und nicht nur sich selbst sondern auch anderen Entitäten Zeit und Raum zu gewähren.
Zum Beispiel: Die Würde zu Leben beinhaltet die Freiheit zum Tod, denn mit dem Geborenwerden ist der Leib auf den Tod ausgerichtet. Das Allmachtsdenken der modernen Medizin, die narzisstische

Emotionen, Triebe, Erinnerungen, induktiven wie deduktiven Schlussfolgerungen. s. a.: (Jung, 1972): Intuition

¹⁴ (Perls, 1979/3) S.42ff: Beim Neurotiker ist der Kontakt-Rückzug-Rhythmus aus dem Takt gekommen. „Er hat die Freiheit der Wahl verloren, er kann nicht die seinen Zielen angemessenen Mittel wählen, weil er nicht die Alternativen sehen kann, die für ihn offen sind.“

¹⁵ (Ryle, 1969) S.262: „Hinsichtlich jeder Handlung jeder beliebigen Ordnung ist es immer möglich, dass eine Handlung höherer Ordnung auf sie gerichtet wird.“

¹⁶ Kant, I. s. o.: Allein der Mensch als Person betrachtet, d.i. als Subjekt einer moralisch-praktischen Vernunft, ist über allen Preis erhaben; denn als ein solcher ist er nicht bloß als Mittel zu anderer ihren, ja selbst seinen eigenen Zwecken, sondern als Zweck an sich selbst zu schätzen, d.i. er besitzt eine Würde (einen absoluten inneren Wert), wodurch er allen anderen vernünftigen Weltwesen Achtung für ihn abnötigt, sich mit jedem anderen dieser Art messen und auf den Fuß der Gleichheit schätzen kann.“ S.84

¹⁷ s. bei: (Gasset, 1962)

¹⁸ s. bei: (Fuchs & Huber, 2007) **Selfness** meint die Entwicklung der „ganzheitlichen Lebenskompetenz“, der an einem „lebenskompetent denkenden, fühlenden und handelnden Selbst“ ausgerichteten „Persönlichkeit“. S.7ff

¹⁹ s. bei: (Rubinstein, 1977/9)

²⁰ s. bei: (Merleau-Ponty, 1966)

²¹ s. bei: (Capra, 1985); (Hofstadter, 1985/5); (Hawking, 2006/2007); (Hawking, Das Universum in der Nußschale, 2004/3);

²² s.a.: (Bergmann, 2005)

Kränkung²³, dem Tod nicht gewachsen zu sein, pervertiert heutzutage den Hippokratischen Eid²⁴. Es muss ein würdiges Sterben möglich sein, auch dann wenn der Körper als Gefäß der „Seele“ / der „Vernunft“ brüchig ist und die Synchronizität, Synästhetik und Synergie im offenen wie verdeckten Verhalten eines **Leibes** – als *Körper-Psyche-Geist-Einheit* bzw. *Körper-Seele-Geist-Einheit* - nicht mehr zu durchgängigem Ein- wie Ausdruck führen kann und spontane Seinshaftigkeit verunmöglichlicht.

- Freiheit ist die **Wirksamkeit** & Wirklichkeit eines Subjektes sowie die Überzeugung von der eigenen Sinnhaftigkeit, die uns in die Welt hinaus gestalten lässt und uns entwerfen, träumen und wünschen lässt.

Frei-sein bedeutet „präsent“ und „prägnant“ zu sein, im Hier-und-Jetzt „jeden Augenblick zur besten aller Gelegenheiten zu machen, vom Sein zu zeugen in seiner 'Präsenz'“ und „vom Sein her in der Welt da zu sein“ in „ursprungsnaher Seinshaftigkeit“²⁵, geführt von den Metakompetenzen einer Persönlichkeit²⁶: *Selfness, Mindness, Awareness, Wellness* und mit „**Höflichkeit**“: Der Achtung vor mir Selbst und so der Achtung vor Anderen²⁷. Letzteres betont die Nachhaltigkeit der Wahrheit, dass wir uns beständig in einem lebensnotwendigen Netz von Bezogenheiten und Bedingtheiten (*Relativitäten; A. Einstein*) befinden und als lebende Systeme auf freien Austausch (*Interaktion, Kommunikation*) angewiesen sind: „Liebe Dich selbst – so auch Deinen Nächsten.“

- Freiheit ist unsere effektive und konstruktive Wirksamkeit & Wirklichkeit in Zeit und Raum unter der Beachtung des **Kant'schen Imperativ**²⁸, der auf der Weisheit und dem „DeMut“ um das Wissen aufbaut, dass sich Subjekte & Objekte mit ihrer Geist-& InWelt und ihrer UmWelt / Welt und mit dem Kosmos in unaufhörlicher **Relativität** (*Bedingtheit/Bezogenheit in Kontakten, Beziehungen & Bindungen und ihren Netzwerken {d.s. „Systeme“}*) befinden und nachhaltig aufeinander wirken: „Verhalte dich (*immer*) so, dass Dein (*verdecktes wie offenes*) Verhalten zur Maxime für alle werden kann.“

Der aktive ist frei zu „neuen **Werte-Synthesen**“, welche die „Affinitäts-Werte“ der Frühphase der industriellen Ökonomie ablösen: *Fleiß, Treue, Pflicht, Gehorsam, Leistung, Familie & Frömmigkeit* – und die egozentrischen der hedonistischen Phase der Wohlstandsgesellschaft (*Das Zeitalter des Narzissmus*²⁹) überwinden: *Leistung, Genuss, Steigerung von Bedürfnissen & Verfeinerungen (Lust,*

²³ (Lasch, 1995) S.305: „Die Langlebigkeitsbewegung, die aus krankhaften Ideen entstand und mit abergläubischer Inbrunst an die Rettung durch die Medizin glaubt, ist das typische Beispiel für die Ängste einer Zivilisation, die keine Zukunft mehr für sich sieht.“

²⁴ (Popp, 2006/3) Einerseits werden mit hohen finanziellen Mitteln Menschen am Leben erhalten, für die der Tod Erlösung wäre, andererseits werden Abtreibungen chemisch oder durch Kindstod geregelt. In unserem hoch technisierten Gesundheitssystem ist die „**Hippokratische Balance**“ zum Opfer gefallen: „Leben in natürlichen Kreisläufen und Gesundheit im allgemeinsten Sinne auch als Balance einer Gesellschaft zwischen Individualbestrebungen und Verantwortungsbewusstsein zu verstehen, zu würdigen und qualitativ zu fördern.“ S.10f

²⁵ (Dürkheim, 1978/3) S.87ff ; (Dürkheim, Der Alltag als Übung, 1972/4)

²⁶ (Fuchs & Huber, 2007) S.9f: Die Komplexität des Begriffes „Selfness“ umfasst nach M. Horx folgende Eigenschaften und Kompetenzen: „ * Wohlbefinden die Fähigkeit, sich gesund zu erhalten und fit zu bleiben * Ausgeglichenheit die Fähigkeit zur 'Work-Life-Balance' und zum positiven emotionalen Umgang mit der sozialen Umwelt, mit Partnerschaft, Beruf, Familie * Reifung die Fähigkeit und Bereitschaft, bis ins hohe Alter zu lernen und Erfahrungen gewinnbringend umzusetzen.“

²⁷ „Echte Höflichkeit ist echte Toleranz und ist also international. Diese hat keine Grenzen, sie beschützt und achtet. 'Neue Höflichkeit' ist Transparenz, das bedeutet das Nicht-Angeben, das nicht 'mehr sein wollen / wichtiger sein wollen' als andere. Sie ist nie Arroganz, nie Selbstverherrlichung und ist nicht Haben, 'Haben, statt Sein'. 'Neue' Höflichkeit ist auch echter Humor. Alte Höflichkeit hat mehr mit Floskeln zu tun. Diese sind doppel-moralisch, bewegen sich auf einer schmalen Gradwanderung, und sind meistens scheinheilig.“ (Bottequin); s.a.: (Nestele, 1987/2)

²⁸ (Kant, 3. Freiheit, Gewissen, Würde des Menschen, 1975): S.71ff; s. a. (Laotse, 1972): „Was gut gepflanzt ist, wird nicht ausgerissen. Was gut festgehalten wird, wird nicht entgehen. Wer sein Gedächtnis Söhnen und Enkeln hinterlässt, hört nicht auf. Wer seine Person gestaltet, dessen Leben wird wahr. Wer seine Familie gestaltet, dessen Leben wird völlig. Wer seine Gemeinde gestaltet, dessen Leben wird wachsen. Wer sein Land gestaltet, dessen Leben wird reich. Wer die Welt gestaltet, dessen Leben wird weit. Darum: Nach Deiner Person beurteile die Person des anderen. Nach Deiner Familie beurteile die Familie der anderen. Nach Deiner Gemeinde beurteile die Gemeinde der anderen. Nach Deinem Land beurteile das Land der anderen. Nach Deiner Welt beurteile die Welt der anderen. Wie weiss ich die Beschaffenheit der Welt? Eben durch dies.“ S.97

²⁹ (Lasch, 1995): S.334: „Die beherrschenden gesellschaftlichen Bedingungen brachten also narzißtische Persönlichkeitszüge zum Vorschein, die, in unterschiedlichen Gradabstufungen, in jedem Mensch vorhanden waren: eine gewisse, dem Selbstschutz dienende Oberflächlichkeit, Angst vor bindenden Verpflichtungen, die Bereitschaft, alles hinter sich zu lassen, sobald sich das Bedürfnis danach einstellt, den Wunsch, sich alle Optionen offen zu halten,

Eros), Streben nach Selbstausdruck und individueller, exklusiver Selbstverwirklichung mit völliger Wahlfreiheit (Ich, Materialismus).

Die heutige soziokulturelle Entwicklung entwickelt „Synthese-Werte“, welche Kongruenz³⁰, Integrität, Erfahrung, Engagement, Humor, Freundschaft, Spiritualität³¹, **Ehrlichkeit**³², Höflichkeit³³ in Relativitäten von Menschen fördern. Diese sind: *Dankbarkeit, Vertrauen, Toleranz, Ehrlichkeit*³⁴, *Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit, Offenheit, Feinfühligkeit, Respekt, Verlässlichkeit, Glaubwürdigkeit, Weisheit* (d.i. das Zusammenspiel von: *Toleranz, Gelassenheit, Selbstdistanz, Ertragen von Mehrdeutigkeiten & Ambivalenzen, integratives & dialektisches Denken, Kritikfähigkeit*³⁵).

Daraus ergeben sich 8 **Richtlinien** für das **Zusammenleben in Gemeinschaften** und den sich darin entwickelnden Kontakten, Beziehungen und freien wie institutionalisierten Bindungen: „1. Im Jetzt leben und realistische Erwartungen haben – 2. Eigenleben – 3. Offene und ehrliche Kommunikation – 4. Flexible Rollenverteilung – 5. Offene Gemeinschaft – 6. Gleichberechtigung – 7. Eigene Identität – 8. Vertrauen.“³⁶

- ➔ Freiheit für das Leben im gemeinschaftlichen und gesellschaftlichen Umfeld braucht die Verwirklichung folgender **Ideale**: „Intimität – Intensität – schöpferische Kraft – Spontaneität – Entwicklungsmöglichkeit – Achtung – Verantwortungsbereitschaft – Lernbereitschaft – Anregung – Flexibilität – Bereicherung der Persönlichkeit und der Beziehung der Partner – und die Sympathie und Liebe, die daraus erwachsen.“³⁷ Das sich in Relativität (Kontakt, Beziehung, Bindung) befindliche Individuum kann dann die - für die freie, liebevolle soziokulturelle Entwicklung notwendigen – Synthese-Werte leben, aber es braucht auch diese **Werte** als Richtlinie für sein Verhalten, um Relativitäten erfüllend, befriedigend für alle beteiligten Partner zu gestalten.
- ➔ d.h. **Freiheit** ist nie absolut sondern nur relativ! Ähnlich der „**Autonomie**“ (*als eine nur sich selbst Grenzen setzende Freiheit; I. Kant*) kann sie nur in einem bestimmten Zeit- / Entscheidungs- / Spiel-Raum verwirklicht werden und muss sich dieser Grenzen/Finalität bewusst sein³⁸. Das Sein des Menschen vollzieht sich im „urmenschlichen Widerspruch zwischen 'Außen' und 'Selbst', den es auf immer neuen Ebenen zu integrieren gilt.“ (*M. Horx*) Die Entwicklungsstufen des Selbst vollziehen

Abneigung gegen Abhängigkeit von anderen, Unfähigkeit zu Loyalität oder Dankbarkeit.“

³⁰ (Laborde, 1992/2): Kongruenz: meint die Integration von Teilen einer Gestalt bzw. einem Ganzen in Zusammenarbeit und Synergie. Z.B. laufen die Informationsverarbeitungsprozesse in der Intuition einer Persönlichkeit kongruent ab und führen zur Vorstellungskraft. „Wenn Individuen kongruent sind – wenn andere Menschen ihnen glauben, trauen, ihre Glaubwürdigkeit anerkennen – haben sie so viel Power, welche Rolle sie im Leben auch spielen mögen.“

³¹ Damit ist nicht „**Spirituelle Abkürzung**“ gemeint ! Siehe in: (Müller, 2007) S.32: „Verständnisvoll, freundlich, gütig zu sein, ist zweifellos ein hohes erstrebenswertes Gut. Menschen, die der spirituellen Abkürzung zum Opfer fallen, konzentrieren sich aber oft so sehr auf die Erfüllung ihrer Ideale, die sie mitunter als eine absolute göttliche Wahrheit verstehen, dass sie die relative menschliche Wahrheit dabei übersehen. Sie überspielen dann die eigene Befindlichkeit, ihre wahren Gefühle. Auch die menschliche Not, Erfahrungen von Leid und Trauer anderer Menschen sehen sie so sehr aus der Sicht der jenseitigen Welt, dass sie nicht in der Lage sind, echte menschliche Gefühle zuzulassen oder angemessen zu würdigen.“

³² (Horx, 2005) S.43: „Ehrlichkeit bedingt, **SICH SELBST ZU KENNEN; Dankbarkeit, Toleranz, Vertrauen und Ehrlichkeit** sind die **Kernwerte der SELFNESS – Kultur**. In ihnen realisiert sich eine Idee des 'Offen Werdens', in der wir weder durch statische Rollen eingeengt noch durch unverbindliches soziales Verhalten isoliert sind.“

³³ (Nestele, 1987/2) **Höflichkeit** als komplexe Metakompetenz baut auf Intuition auf: der richtigen Einschätzung einer Situation, dem Gespür für Menschen & Nuancen, die sich nicht immer in Regeln fassen lassen. Kompetenzen des Geistes sind gefragt wie: Lebensart, Umsicht, Selbstkontrolle und die „zeitlos gültigen Prinzipien zwischenmenschlicher Beziehungen: Rücksicht, Takt, Toleranz und Hilfsbereitschaft.“ S.18

³⁴ (Ryle, 1969) S.245: „Ehrlichkeit ist eine hochentwickelte Disposition, denn sie ist die Disposition, sich der Unaufrichtigkeit zu enthalten, so wie Freimut die Disposition ist, sich der Zurückhaltung zu enthalten. Es könnte einer nicht ehrlich oder freimütig sein, der nie Unaufrichtigkeit oder Zurückhaltung gekannt hat, genauso wenig wie einer nicht unaufrichtig oder zurückhaltend sein kann, der nie treuherzige und offene Äußerungen gekannt hat.“

³⁵ (Fuchs & Huber, 2007) S. 180ff:

³⁶ (O'Neill & O'Neill, 1972/2): S.78

³⁷ (O'Neill & O'Neill, 1972/2): S.90

³⁸ (Kant, 3. Freiheit, Gewissen, Würde des Menschen, 1975): „Freiheit und unbedingtes praktisches Gesetz weisen wechselweise auf einander zurück. *Es* ist das moralische Gesetz, dessen wir uns unmittelbar bewusst werden (sobald wir uns Maximen des Willens entwerfen), welches sich uns zuerst darbietet und, indem die Vernunft jenes als einen durch keine sinnliche Bedingungen zu über-wiegenden, ja gänzlich unabhängigen Bestimmungsgrund darstellt, gerade auf den Begriff der Freiheit führt.“ S.79f

sich in einer Spirale zwischen den Polen: „**Unabhängigkeit**“ und „**Zugehörigkeit**“ (Robert Kegan), „Freiheit von“ und „Freiheit zu“ (E. Fromm) und dem Oszillieren zwischen dem „Ich“ und „Du“ (M. Buber), Rückzug & in Kontakt treten (F. Perls), top-down-Prozessen & bottom-up-Prozessen, Deduktion & Induktion.

- **Freiheit** einer Persönlichkeit / einer Person besteht im sozialen Lebensraum³⁹ darin, dass ein Individuum sich - möglichst von realen & irrationalen Ängsten frei und nicht in „Dressaten“ (s.u. F. Künkel) entfremdet - auf unterschiedlichste Relativitäten (Kontakte, Beziehungen, Bindungen) offen & flexibel gemäß den Erfordernissen der Situation und seinen Intentionen einlassen⁴⁰ kann. Nach W.R. Bion verhält sich das Subjekt dann „**interdependent**“ in Bezug auf Vorgänge, Dinge & Lebewesen der Außenwelt. Wenn das Subjekt verschiedenste Plätze, die Welt zu betrachten und zu interpretieren in seiner Innenwelt einnehmen kann, verhält sich das Subjekt: „**intradependent**“.

Das Freisein einer Persönlichkeit / einer Person wirkt dann eingeschränkt, gehemmt, verwirrt, blockiert: wenn ein Individuum die Bezogenheit auf eine Person oder einen Inhalt so interpretiert, dass das Individuum glaubt, reibungslos mitgehen / gehorchen zu müssen, oder das Individuum vermeint, permanent opponieren zu müssen. In beiden Modi der Gerichtetheit des Seins („Einpassung“; C.G. Jung) wird sein „offenes“ wie „verdecktes Verhalten“ (F. Perls) beständig bedingt durch diesen identifikatorischen Bezug. Handelt das Subjekt eingepasst, so handelt das Individuum nicht frei sondern „**dependent**“ bzw. „**contradependent**“ aber nicht autonom und authentisch (wie z.B. in einer „offen“ & „partnerschaftlich“ gelebten Beziehung, Bindung bzw. institutionalisierten Bindung: „**offene Ehe**“⁴¹), das Subjekt handelt eingepasst aber nicht angepasst und „dressiert“ (wie z.B. in einer romantischen, „**traditionellen Ehe**“⁴²).

Die Freiheit zur „Inter- / Intra-Dependenz“ erlangt ein Mensch durch folgende „**Schlüsselkompetenzen**“: *Awareness (Bewusstheit, Aufmerksamkeit, Wachheit), Konzentration und Achtsamkeit, Kreativität, Sozialkompetenz, Persönlichkeitskompetenz, Emotionale Kompetenz*. Eine weitgehende Autonomie im Leben erhält sich ein Individuum durch folgende „**Lebenskompetenzen**“: *Glaube-Liebe-Hoffnung*⁴³, *Resilienz und Ressourcenorientiertheit, Neues Denken, Handlungs- und Erfolgsintelligenz, Demut & Weisheit* (44) und *Humor*.

- Freiheit ist eine Funktion, ein Ergebnis von **AktivSein / Tätig** („Täter“⁴⁵) **Sein**: ein sich frei machen von etwas (*Leere schaffen und trotz allem Tun unbewegte Mitte sein*⁴⁶) und ein sich frei machen für / zu

³⁹ (Battagay, 1972/2)

⁴⁰ (Castaneda, 1977/3) S.8ff: „Für Don Juan besteht die Wirklichkeit unseres alltäglichen Lebens daher aus einem endlosen Fluß Wahrnehmungsinterpretationen, welche wir, die Individuen, denen eine bestimmte Mitgliedschaft gemeinsam ist, gemeinsam anzustellen gelernt haben. nämlich daß unsere Realität nur eine von vielen möglichen Beschreibungen ist.“

⁴¹ (O'Neill & O'Neill, 1972/2) S.76f.: „Der Partnerschaftsvertrag bietet: Unabhängiges Leben – Persönliche Entwicklung – Individuelle Freiheit – Flexible Rollenverteilung – Gegenseitiges Vertrauen – Erweiterte und vertiefte Beziehung durch Öffnung nach außen.“

⁴² (O'Neill & O'Neill, 1972/2) S.76f.: „Der traditionelle Vertrag fordert: Besitz des Partners – Selbstverleugnung – Nur als Paar auftreten – Starre Rollenverteilung – Absolute Treue – Völlige Ausschließlichkeit.“

⁴³ (Fuchs & Huber, 2007) S. 102ff: Für erfolgreiches Handeln ist von den 3 „göttlichen Werten“ Hoffnung die „Lebensmacht“ und eine, „das Selbst bestimmende Tugend“, die ähnlich wie Glaube und Liebe den LebensWillen einer Persönlichkeit aktiviert. Hoffnung macht ein Subjekt gegen allerlei Widrigkeiten des Lebens resilient, indem „wegbereitendes Denken“ (pathways thinking) sowie „Gestaltungs- & WirkungsDenken“ (agency thinking) angeregt wird und Ressourcen mobilisiert werden. „Hoffnungsvolle Menschen setzen sich realistische, sinnvolle Ziele und motivieren sich, sie auch zu erreichen.“ (high hoppers)

⁴⁴ Frei nach: (Fuchs & Huber, 2007)

⁴⁵ „Täter“ & „Opfer“ sind Definitionen von Rollen eines Subjektes in Relativität zu Objekten und Geschehnissen in seinem Umfeld. Diese Definitionen – von außen aufgestempelt oder selbst gegeben – um-/be- stimmen die Ganzqualitäten, der Gefühlslage der beteiligten Subjekte und der Art der Relativität, in der sich Subjekt und Objekt befinden. Dem Begriff: „Opfer“ wird weniger FreiRaum zugeschrieben als dem Begriff des „Täters“, jedoch die Bezogenheit beider aufeinander bedingt beide in einen „Bewegungsraum“, in dem sie beide „Gefangene“ bzw. „Tuende“ sind, der eine mit mehr „Macht“ der andere mit weniger oder mit „Ohnmacht“, was der Ausgang des Kampfes beider entscheidet. Es kann demjenigen der Titel: „Opfer“ zugesprochen werden, dessen Freiheit unfreiwillig und nachhaltiger eingeschränkt ist.

⁴⁶ (Herrigel, 1973/16): Im ZEN gibt es eine Schulung des Bewusstseins, um das Bewusstsein dem Unbewussten harmonisch anzugleichen, indem der Schüler lernt, intuitiv und spontan aus der Verschmelzung von Bewusstsein mit seinem Unbewussten zu handeln. Es gelingt letztlich, wenn die Übung zum Ziel und das Ziel zur Übung wird, wenn

etwas⁴⁷. Der aktive Mensch als Chairman & Chairwoman sieht sich als Urheber/In seiner/ihrer Taten und damit als verantwortlich für sein/ihr Tun, auch wenn es aus den Tiefen seines/ihrer Unbewussten & seiner/ihrer Triebhaftigkeit entspringt. Der seiner Selbst bewusste „muss nicht müssen“: das **Gewissen** - als kontrollierende moralische und ethische Instanz des Geistes über verdecktes & offenes Verhalten - steuert dem „Unwillentlichen“ das Wissen um lebensfördernde Regeln und Gesetze bei; ebenso kann das Gewissen gegebenenfalls die Freiheit des Wollens einschränken⁴⁸.

Das Erlernen der Metakompetenz: **Selfness** führt zu individuellem „**Erwachsen-Werden**“, indem sich ein Subjekt aus kindhaften Bindungsmustern löst und aus den gewonnenen Regeln, Werten, Normen & Gewohnheiten/Traditionen diejenigen auswählt, die für die eigene Seinsweise förderlich & konstruktiv wirken und eigene universelle und dynamische Ressourcen anregen und freisetzen zur individuellen und aktiven Lebensgestaltung. Selfness führt auch zu Gleichberechtigung, denn ein Subjekt mit Selfness-Kompetenzen begegnet in „Augenhöhe“ und braucht nicht abzuwerten, um sich „O.K.“⁴⁹ zu fühlen.

Emanzipative Abgrenzung bedient sich nicht nur des „NEIN“ (*Freiheit von*) sondern auch des „JA“ (*Freiheit zu*). Das Subjekt lernt auch zuzustimmen und aktiv seinen eigenen Willen zu äußern und nicht nur passiv dagegen zu halten, im Widerstand gegenüber der Aktivität des DU. Abstimmungsleistungen werden gefördert und lebendige, flexible Anpassung in Kompromissen ermöglicht.

Emanzipation ist eine Erweiterung des Rollenrepertoires: z.B. raus aus der passiven Opferhaltung, mit all den Vorteilen der Schuldzuschreibung; oder raus aus der Krankenrolle, mit all den Vorteilen des primären & sekundären Krankheitsgewinnes. Emanzipation ist die Hinwendung zur Akzeptanz der eigenen Täterrolle und damit zur aktiven Übernahme von Verantwortung für eigene Wirkfaktoren in einer gegebenen Situation und somit zu für eine mögliche „Schuld“.

Emanzipation ist auch eine Erweiterung des Funktionsrepertoires: der willentlichen aktiven und passiven Übernahme von und Hingabe an Funktionen zum Wohl eines gemeinschaftlichen wie des gesellschaftlichen Ganzen; und dem Mut: Anerkennung und Förderung, darin einzufordern.

Emanzipation ist auch eine Erweiterung des Repertoires sich zu verhalten: **Positionen** (*R. Schindler*⁵⁰) im gesellschaftlichen Rahmen einzunehmen und aus diesen heraus wirksam zu sein, d.h. Interdependent von einer „Mitläuferposition“ (γ ; *Gamma-Position*) zu einer „Führerposition“ (α ; *Alpha-Position*) mit Sach- und/oder Emotionaler Kompetenz, der die „Gegenposition“ („G“; *Außenfeind, Thema, Ziel, das Begierde, Wunsch, Interesse und Neugier bindet*) anvisiert /formuliert / präzisiert & je nach Führungsstil (*autoritär, demokratisch, Laissez faire, anarchisch*) Wege der Begegnung / Bewältigung /Erledigung vorschlägt / befiehlt, zur „Opposition“/ zum 'Zweifler' (ω ; *Omega-Position*) zu wechseln oder auch einmal sich in der „Beraterposition“ (β ; *Beta-Position*) verantwortlich distanziert & professionell wiederzufinden.

- Freiheit ist die Fähigkeit, Bezugssysteme wechseln zu können; d.h. sich geistig wie körperlich in **Relativitäten** (*Kontakt, Beziehung, Bindung*) zu begegnen und zu entfernen, sich einlassen und wieder verlassen zu können und sich auch interdependent und angstfrei zu binden und zu entbinden. Das sich verhaltende Subjekt macht sich bewusst frei von Kommunikation / Interaktion (*Rückzug/Flucht*) sowie sich frei zu Kommunikation / Interaktion in der Außen- & Innenwelt (*in Kontakt treten/Kampf*). Jede Relativität beinhaltet: einen Interaktions- & KommunikationsAspekt. Diese entwickeln sich synchron und zuerst kreisförmig dann rekursiv zwischen zwei oder mehreren, in diesen Relativitäten verwickelten bzw. vernetzten Elementen/Entitäten des Kosmos, die, in Kontakt getreten, ein Ganzes mit Bezugssystem (Kommunikationsnetz) bilden. Jede Interaktion beinhaltet Kommunikation (*P. Watzlawick*)⁵¹ bei lebendigen Organismen, was über einen bloßen kausalen Zusammenhang von Ursache und Wirkung hinausgeht. **Kommunikation** verläuft dann frei, wenn eine Person: „Wörter,

der Schüler „vollkommen frei und gelöst ist, wenn er eins ist mit der Vollkommenheit seiner technischen Geschicklichkeit.“ S.7f

⁴⁷ s.a. (Watzlawick, Weakland, & Fisch, 1979/2)

⁴⁸ (Eibach, Gott im Gehirn? Ich - eine Illusion?, 2006) S.145: „Der Mensch ist also nie nur Opfer, sondern immer auch Täter seiner Taten und bleibt insofern auch für die durch seine Triebe und Neigungen hervorgebrachten guten und bösen Taten verantwortlich.“ Und das nicht nur vor Gott.

⁴⁹ (Harris & Harris, 2007)

⁵⁰ (Schindler, 1999) S. 271ff

⁵¹ (Watzlawick, Beavin, & Jackson, Menschliche Kommunikation, 1974/4)

Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Muskeltonus, Atemfrequenz, Klang der Stimme, Gestik“ (*V. Satir*)⁵² in Einklang bringen kann, so dass ein in sich konsistenter Informationsfluss entsteht, der eine eindeutige Sinn- & Bedeutungs-Gabe wie -Entnahme ermöglicht.

Die Basis für die kommunikative Interaktion bilden „Affekt-kognitive Bezugssysteme“ (*L. Ciompi*)⁵³. „Affekt-kognitive Bezugssysteme“ lassen sich verstehen, als interne Interaktions- und Kommunikationsnetze im Leib und der Innenwelt. Sie repräsentieren neuronal und assoziativ das Erfahrene und Erlernte in der subjektiven Lebensgeschichte und werden durch den Gebrauch in Kommunikation & Interaktion individuell organisiert, äquilibriert, d.h. auf die in einem Kulturraum gewohnte Realität abgestimmt.

Diese „**affektlogischen Bezugssysteme**“ des Geistes als individuelle Weltanschauungen und Weltbilder entstehen beim Internalisieren des Vorgefundenen bzw. Vorgegebenen im Kontakt mit Wesen, Dingen, Vorgängen im Umfeld („Lebensraum“; *K. Lewin*) des Subjektes durch assimilatorische-akkomodatorische äquilibrierende Strukturaufbauprozesse (*Schemata*; *J. Piaget*) der Assoziationen in „Bedeutungsnetzen“ und Assoziationsbahnen, und sie bilden sich im Leib ab als individuell entsprechend formierte, neuronal-dentritische zerebrale „Verbindungsnetze“ und Marker in den Regelsystemen sowie dem Organsystem/Bindegewebe. Die im Selbst eines Subjektes rekursiv organisierten Egostates greifen je nach Aktiviertheit und Durchlässigkeit in unterschiedlichem Maß zur Bewältigung des Alltages auf diese Verbindungs- & Bedeutungsnetze zurück.

Jeder Leib eines Subjektes hat durch seine genetische, epigenetische⁵⁴ und archetypische (*C.G. Jung*) wie seelische (*F. Ruppert*)⁵⁵ Vorgeprägtheit eine ganz individuelle Eigenart, die sich im Laufe des Werdens & Reifens entfaltet und wächst durch das, was ein Subjekt in Relativität mit seinem Lebensraum erlebt und was von ihm gefordert wird. Selfness führt zu mehr Freiheit des Subjektes, das gefordert ist, sich selbst zu erkennen, sich selbst zu verhandeln, sich selbst zu ver- & zu ent-binden, um sich möglichst frei im unsichtbaren Netz von Relativitäten (*Kontakten, Beziehungen, Bindungen*) bewegen, entfalten und sich gemäß seines Vorgeprägtseins entwickeln zu können.

Erst dann findet ein Individuum zu sich selbst als Teil seiner „Herde“. Selfness⁵⁶ ist eine „Technik der Selbstentwicklung, die das Persönliche immer wieder neu entdeckt und 'nach Vorne', in höhere Komplexität hinein entwickelt.“ Selfness ist aber auch eine „Soziotechnik des Lebens“, die dem Subjekt in den immer komplexer werdenden Anforderungen seines sozialen & ökonomischen Lebens Fertigkeiten und Schlüssel- & Lebenskompetenzen zur Verfügung stellt, welche die Freiheit und Lebensqualität des sich aktiv einsetzenden Subjektes vergrößern.

Die Integration der verschiedenen Rollen, Fertigkeiten, Kompetenzen und Kenntnisse der ineinandergreifenden und aufeinander aufbauenden Egostates zu einem „**Selbst**“, das die Persönlichkeit eines Subjektes in all seinen Aufgaben und Bezogenheiten bestimmt, erhöht das Gefühl: **Selbstwirksam** zu sein, die eigene Stärke situationsadäquat gemäß den eigenen Intentionen erfolgreich einsetzen zu können⁵⁷. Ein selbstbestimmter & selbstwirksamer Mensch gibt seinem Leben eine Richtung⁵⁸ und schwimmt im Meer der Zeit⁵⁹, ohne darin unter zu gehen.

→ Freiheit ist kongruent, authentisch und wahrhaftig interdependent interagieren und kommunizieren

⁵² (Satir, 1992/3) S.117f: „Diskrepanzen zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation ergeben doppeldeutige Botschaften.“

⁵³ (Ciompi, 1982) S.39ff; S.238ff

⁵⁴ Der epigenetische Code beeinflusst als Regelsystem durch Marker & Signale nicht nur durch aktuelle Bedingungen der In- & Umwelt als auch über Generationen vererbt hinweg ebenso wie durch biochemophysikalische & soziale Einflüsse bei: Zeugung/Schwangerschaft/Geburt die Aktivierung bzw. Hemmung von DNS-Abschnitten, die bestimmte Charakteristika und Merkmale des Leibes eines Subjektes ausformen: z.B. Temperament und Intelligenz, Stressanfälligkeit und die Gestimmtheit des Leibes wie auch besondere Ausprägungen der körperlichen Gestalt. (Bauer, 2007/10); (Wieser, 2007); (Lipton, 2006)

⁵⁵ (Ruppert, 2004/2) S 55ff : Kap 3 Seele und Bindung

⁵⁶ (Horx, 2005); (Fuchs & Huber, 2007)

⁵⁷ (Horx, 2005) S.5: „Selbstwirksamkeit ist Eigenstärke: Das Gefühl, kompetent zu sein, schafft aktive Hoffnung und hilft, eine passiv-abwartende Haltung zu vermeiden. **Selbstwirksamkeit** ist heute wichtiger denn je, denn viele Menschen ängstigen sich vor den Risiken der Zukunft, machen den Staat, die Politik, andere Menschen für 'die Zustände' verantwortlich. Die Schwestern der Selbstwirksamkeit sind **Gelassenheit** und **Selbstdistanz**. Denn Sie helfen gegen argloses, Kräfte vergeudendes Agieren und Selbstüberschätzung.“

⁵⁸ (Knoblauch, Hüger, & Mockler, 2007/5)

⁵⁹ (Knoblauch, Hüger, & Mockler, Ein Meer an Zeit, 2007/5)

zu können, ungehindert von außerweltlichen und/oder innerweltlichen Störungen, Hemmungen, Blockaden. Der Selfness-Lern-Prozess vermittelt zur „Feinabstimmung (fine-tuning)“ der kommunikativen Interaktionen zweier oder mehrerer Subjekte Fertigkeiten (*nach G.Z. Laborde*)⁶⁰, welche die Synergie und Awareness in der **kommunikativen** Interaktion steigern.

Ist die Interaktion zweier oder mehrerer Subjekte **frei**, übermittelt die Information eine möglichst eindeutige Botschaft bzw. Nachricht in der Kommunikation, die eine klare Auskunft geben soll, über den Sachinhalt, den Appell, die Beziehung und die jeweilige Selbstoffenbarung der beteiligten Subjekte (F.S.v. Thun)⁶¹, die der Sensorik des Empfängers in der Reizsituation vom Sender zur Verfügung gestellt wird. Die Subjekte sind dann frei zu kommunizieren und die Information frei von Störungen, Verwirrungen, insofern die Kanäle des Informationsflusses den Aus- & Eindruck nicht verfremden.

- Freiheit des **schöpferischen Handelns** ist ein unwillkürliches Handeln, „bei dem der , ohne äußere Sicherung des richtigen Wegs, nur vom Ziel selbst geleitet, sich im freien Überblick über die Lage auf dieses zu bewegt.“⁶² In diesem sich Einlassen auf das Tun wird der schöpferische sowohl dem Lebendigen als auch der zu gestaltenden Materie und Relativität in deren Eigenart gerecht. Die Dichotomie: Subjekt – Objekt wird durch das absichtslose Einlassen auf die Einheit von Subjekt&Objekt aufgehoben. Das Handeln mündet in eine „**seltsame Schleife**“ (*Hofstadter*) und es verwirklicht sich eine **Polarität**: das Subjekt erkennt sich im Objekt – das Objekt erkennt sich im Subjekt, beide nehmen sich von innen wahr⁶³ - bar jeglicher Kontaktgrenzen von den Täuschungen der äußeren Welt befreit.

Die des „schöpferischen Handelns“ im bewussten Gestalten eines Objektes im Umfeld des aktiven Subjektes mündet in ein Eintauchen in den frühkindlichen „**Intermediären Erfahrungsbereich**“ (*D.W. Winnicott*)⁶⁴. Es geschieht eine Regression in einen frühen Ich-Zustand, in dem die „Unterscheidung“ in das „innere & äußere Objekt“ noch nicht ausgebildet ist und in dem die Illusion auf den Geist des gestaltenden Subjektes wirkt, dass die gegebene äußere Realität mit den schöpferischen Fähigkeiten der inneren Realität korrespondiert. In diesem Zustand des freien schöpferischen Handelns fließen in gleicher Weise Erfahrungen der inneren Realität und des äußeren Leben synergetisch & synästhetisch ein. Im Schöpfungsakt ist das Erschaffene noch nicht Teil des Objektiven und immer noch Teil des Subjektiven: ein „**Übergangsobjekt**“ zwischen den Welten der vorgestellten (*symbolischen*) und der Qualität und Konsistenz vorgegebener Objekte.

Gebilde des schöpferischen Handelns lassen sich in ihrem SoSein nur verstehen, indem der Wiedergestalter virtuell das nachfühlt und nachhandelt, was er in der Illusion der Gestaltung als intendiertes Sujet vorfindet. Es ist ein Akt der Meditation in der des „schöpferischen Erlebens“, ein „Nachvollzug“ der Botschaft im Innenraum des Betrachters, eine Art „Seelenresonanz“ (*J. Peichl*) des Leibes – organismisch⁶⁵ & geistig⁶⁶ -, die uns als Subjekt so fühlen und intuieren lässt, wie der Gestalter

⁶⁰ (Laborde, 1992/2) S.4ff: 1. „Wissen, was Sie wollen“, 2. „Ihr bevorzugtes Sinnessystem kennen und das Ihres Partners kennenlernen.“, 3. „Den Rapport durch Matching der Stimme und des Atemmusters Ihres Partners steigern“, 4. Das bevorzugte Sinnessystem Ihres Partners durch die Beobachtung der Augenbewegungen überprüfen“, 5. „Sensorische Schärfe entwickeln – der nächste Schritt nach der sensorischen Bewußtheit“, 6. „Fragen stellen, um vage Worte zu klären“, 7. „Kurze Konferenzen mit erstklassigen Zielen leiten“, 8. „Konflikte lösen“, 9. „Flexibilität“, 10. „Kongruenz“, 11. Die eigene Disposition in der gegebenen Situation wahrnehmen, 12. Feinfühlig wahrnehmen und entspannt und spontan reagieren, 13. Übertragungen und die eigene Gegenübertragung registrieren und angemessen darauf intervenieren.

⁶¹ (Thun, 1993)

⁶² (Metzger, 1949) S.85ff

⁶³ Siehe auch zu diesem Thema: (Bauer, Warum ich fühle, Was Du fühlst, 2005/7)

⁶⁴ (Winnicott, 1997/9)

⁶⁵ (Bauer, Warum ich fühle, Was Du fühlst, 2005/7) Im Gehirn des Menschen gibt es ein komplexes System von multi-modalen „Spiegelneuronen“, die dem wahrnehmenden Subjekt über Verschaltungen mit dem limbischen System einen Eindruck verschaffen, wie sich eine beobachtete Ausdrucksbewegung 'anfühlt', was zu intentionalen empathischen Verstehen von Gesten, Mimik & anderen Ausdrucksbewegungen führt.

⁶⁶ (Peichl, 2007) Eine Reizsituation des Umfeldes eines Subjektes löst einen „ewigen Fluss von Erregungsmustern“ aus, die durch ständige Konzeptbildung im Gehirn strukturiert und figuriert werden. Identifizierungsprozesse vermitteln diesen bloßen Schemen, Schemata, Komplexen & Gestalten im Informationsfluss Bedeutungen, denn „eigentlich besteht dieser Strom des Erlebens nur aus Formen, Farben, Geräuschen, Empfindungen usw., die durch die Wahrnehmungsorgane an der Grenze zur Außenwelt registriert und als Impulsmuster zu den primären und sekundären Assoziationszonen des Kortex geleitet werden.“ S.88

seine Hand von seiner Ausdrucksbewegung im gestalterischen Akt führen ließ und seine Intuition als Bewegungsspur im Übergangsobjekt: „Werk“, verewigte.

drückt sich in unserem Sein zur Welt aus, indem „man allen schöpferischen und wohlwollenden Impulsen, die in unseren Herzen schlummern, freien Spielraum lässt. Im allgemeinen sind wir der Tatsache gegenüber blind, dass wir alle notwendigen Fähigkeiten besitzen, die uns glücklich und anderen gegenüber liebevoll machen.“ (Suzuki, D. T.67)

- Freiheit ist der **Gegenspieler der Knechtschaft**, die entsteht durch Bedingungen in den Relativitäten, durch die Bezogenheit auf andere Lebewesen und Dinge, durch entfremdete Aktivität des Geistes, durch unbemerkte Einflüsse des Vor- & Unbewussten, durch fehlende Homöostase offener Gestalten und Wiederholungszwänge, durch die Eigenart und Störungen der psychischen Funktionen und durch das eigentümliche Wesen des Organismus und des Körperhaften des Leibes eines lebendigen Systems und der Figur, der Struktur und den Qualitäten von Dingen. Die Freiheit eines Subjektes wird ebenso eingeschränkt durch die Knechtschaft, die sich aus der Dynamik des In- & UmFeldes und Behäbigkeit der Masse und der Trägheit im Beginn eines Wandlungsprozesses ergibt.
als Gegenspieler der Knechtschaft im sozialen Feld einer Gemeinschaft, einer Gesellschaft, einer Zivilisation ist in den Werten der französischen Revolution zum Teil einer Kulturrevolution geworden: Gleichheit – Brüderlichkeit – . Der kulturbildende, intelligible, individuelle, der wenig durch Instinkte und Prägungen genetisch bestimmt ist, braucht Regeln, und Normen aus Geistessystemen wie Religion und Ethik, um in der Herde und in seinem als Individuum möglichst reibungslos in Kontakt treten, Beziehungen aufbauen und sich in Bindungen einlassen zu können.
Als Funktion des sich Freimachens fungiert die Metakompetenz . Sie lehrt ein Subjekt, sich frei in den Polaritäten: Freiheit – Grenzen und Geben - Nehmen zu bewegen. Als Lebenskonzept bietet sie gemeinsam leb bare, Normen und Regeln, die der Selbstbestimmung⁶⁸, Selbstwirksamkeit und Selbst-Werdung einen äußeren Rahmen im Zueinander geben. Die Idee des -Konzeptes steht dem Lebenskonzept des „Neuen Menschen“ und einer „Neuen Gesellschaft“ von Erich Fromm nahe. Dieser hat ein Konzept von Julian Huxley aufgenommen, das im Auftrag der Giordano Bruno Stiftung als ein Entwurf zu einer „alternativen politischen Leitkultur“ im Sinne einer „zeitgemäßen Aufklärung“ präzisiert wurde: „Das Manifest des Evolutionären Humanismus“⁶⁹.
- Freiheit ist (E. Fromm⁷⁰) einerseits: „Abwesenheit von äußerem Druck“/“Zwang“/“Entfremdung“, wie auch „Anwesenheit von irgendetwas“, das dem Menschen die Freiheit der Wahl und Entscheidung gibt. Nutzt der Mensch diesen Spielraum, kann er mit erhöhter Eigenbestimmtheit und Selfness handeln. Die Metakompetenz Selfness hilft ihm dabei, sich mittels Awareness in seinem und in der fremdbestimmten Arbeits- und Lebensumwelt zu Recht zu finden und sich wirksam einzusetzen. Ein Individuum lernt als Kind, für was es gelobt oder gerügt wurde, welche An-/Aufforderungen, Regeln, und Normen ihm von seinen Autoritäten vorgelebt wurden, welche Überlebensstrategien und Fertigkeiten ihm nahegebracht wurden.
Die Freiheit im **Erwachsen-Werden** liegt darin, dass der Jugendliche dieses Wissen und diese Erfahrungen sowie die Lehren, die in seinem Gewordensein an ihn herantreten sind und ihm nahegebracht wurden oder auch im Sinne der „schwarzen Pädagogik“ ihm aufgezwungen wurden, differenzieren und sortieren kann, und sich die Lehren behalten kann, die er/sie für sich aus seiner individuellen Erfahrung gezogen hat und für seine Konstruktion der Wirklichkeit und seine Idee seiner Selbstwirksamkeit als sinnvoll

⁶⁷ In (Fromm, Suzuki, & Martino, Zen-Buddhismus und Psychoanalyse, 1972) S.147

⁶⁸ (Neill, 1985) S. 11: „Moralische und religiöse Eiferer, Eltern, denen Disziplin über alles geht, können keine freien Kinder aufziehen. Selbstbestimmung ist ein Verhalten, das aus dem Selbst hervorgeht, das nicht von außen aufgezogen ist. Das von außen geformte Kind hat jedoch kein Selbst, es ist nur eine Kopie seiner Eltern.“

⁶⁹ (Schmidt-Salomon, 2006/2) 1. Grunddefinition: „Der von Julian Huxley eingeführte Begriff **'evolutionärer Humanismus'** kennzeichnet eine aus vielfältigen wissenschaftlichen, philosophischen und künstlerischen Quellen gespeiste, postnationale, säkulare und kritisch-rationale (d.h. sowohl antidogmatische als auch antirelativistische) Weltanschauung, die die erkenntnistheoretische Perspektive des Naturalismus mit dem ethisch-politischen Auftrag einer umfassenden Verbesserung der menschlichen Lebensverhältnisse verbindet (Ermöglichung von Chancengleichheit und Freiheit, Durchsetzung der Menschenrechte, Abbau von direkter, struktureller und kultureller Gewalt etc.).“ S.169ff

⁷⁰ (Fromm, Die Furcht vor der Freiheit, 1972/5)

einsetzen will⁷¹.

- **Freiheit „zu“** mir als individuelles kultur-formendes, intelligibles wie geformtes **Subjekt** kann in der „Wechselwirkung der psychologischen, ökonomischen und ideologischen Faktoren im Gesellschaftsprozess“ zur Entwicklung, Reifung, Vervollkommnung führen zu einer „authentischen Lebensweise“ (E. Fromm) aber auch „Bürde“/ „Bedrohung“ für ein Subjekt sein. Einem **lebendigen Wesen** als „offenes System“ ist es 'Natur': das „Verlangen nach Unabhängigkeit“⁽⁷²⁾ zu leben, den Drang nach „tätiger Selbstbestimmung der Vernunft⁽⁷³⁾ & Inspiration“⁽⁷⁴⁾ Lauf zu lassen, die „Selbststärke“⁽⁷⁵⁾ einzusetzen, die homöostatisch wirkende „im Verlaufe der zunehmenden Vervollständigung & Differenzierung im Reifeprozess der Individuation⁽⁷⁶⁾ zuzulassen sowie dem Locken des „angeborenen Freiheitsverlangen“ nachzugehen.

Wird die (von&zu) im Kontakt-Rückzug-Rhythmus und Austausch&Kommunikation als Bedrohung/Unvertraut-sein/ Unverträglich-sein interpretiert, wird „Frei-sein“ mit einem „Unterwerfungsdrang“⁽⁷⁷⁾ & „einer Gier zu Gehorchen“ kompensierend beantwortet. Das Subjekt versucht die **Einsamkeit & Beängstigung**, die mit dem FreiRaum der individuell⁷⁸ möglichen wie gewünschten⁷⁹ mitgegeben wird, zu vermeiden. Das Erleben der Einsamkeit, als mit sich in eins sein, entsteht durch die Differenzierung& Absonderung vom sozialen&ökologischen Ganzen. Aber dieses Erleben kann auch resultieren aus einem Gefühl von möglicher „Schuldigkeit“ durch das Verletzen vermeintlicher oder festgeschriebener Gesetze/Regeln. Z.B. da sich Kinder – eigentlich als Zentrum der Feinfühligkeit, Aufmerksamkeit und Fürsorge wie Liebe der Eltern erfahren sollten – aus dieser natürlichen „**Egozentrischen Position**“ als Mittelpunkt der Familie sehen, halten sie sich umgekehrt verantwortlich für das Geschehen in der Familie und als Verursacher.

Durch dieses Vermeiden/Verdrängen/Abspalten der Ganzqualitäten (im Sinne von *Gefühlsqualitäten des Leibes*) einer Situation: **Einsamkeit/Leere**, wird die des Subjektes zur Entscheidung gehemmt und das Subjekt entfremdet sich seiner selbst in den psychischen Funktionen: Wahrnehmen, Denken, Fühlen, Intuieren, Erinnern und Handeln. In angehenden Konflikten kommt es zur weniger situationsadäquaten Kompromissbildung der Psyche und des Geistes und somit werden Abstimmungs- & Anpassungsleistungen unprägnant. Das Subjekt ist nicht mehr frei zu allen ihm eigentlich möglichen „verdeckten und offenen Verhalten“⁸⁰.

⁷¹ (Ryle, 1969) S.262 „In der Jugend lernt es, die meisten dieser Methoden höherer Ordnung mit Kindern umzugehen, die regelmäßig von Erwachsenen angewendet werden, auf sein eigenes Benehmen anzuwenden. Es heißt dann, daß es erwachsen wird.“

⁷² des sich aus der Sozietät individuierenden Subjektes, das sich Befreien von primären Bindungen

⁷³ (Kant, 1. Aufklärung, 1775): „Aufklärung ist der Ausgang aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit. Unmündigkeit ist das Unvermögen, sich seines Verstandes ohne die Leitung eines anderen zu bedienen.“ S.13

⁷⁴ gemäß dem wachsenden und sich ordnenden „Gefüge“ des Willens, der Vernunft, der Inspiration

⁷⁵ „Spannkraft und Regsamkeit“ der Körper-, Geist- & Gefühls-Welt

⁷⁶ der „Vervollkommnung der ureigenen Persönlichkeit“ (Selfness)

⁷⁷ s. a. Das Konstrukt der: „**Einpassung** in objektive und subjektive Faktoren“ bei (Jung, 1972) Extraversion und Introversion, Einpassung und Anpassung sind zentrale Begriffe bei C.G. Jung. Sie beschreiben Aspekte des Erlebens und Verhaltens eines Subjektes in seinem Kontakt und seiner Interaktion (= *Relativität: Bezogenheit und Bedingtheit*) mit Objekten seines Umfeldes (bzw. seiner Umwelt, Welt). C.G. Jung versuchte damit die Art und Weise zu verstehen und letztlich zu erklären, wie Einstellungen (der psychischen Funktionen: Denken, Fühlen, Wahrnehmen, Erinnern und Intuieren), Haltungen (situationsübergreifende Funktionen des subjektiven Weltbildes und des Leibes) und Handeln {psychophysiologische Manifestationen des Leibes (Merleau Ponty) als Ein- und Ausdrucksbewegungen bzw. offenes&verdecktes Verhalten des Subjektes} die Bewältigung von Lebensabläufen eines Subjektes in Relativität mit seinem Umfeld steuern, fördern oder auch hemmen.

⁷⁸ Der Freiheit, die sich aus dem „Geworfen Sein in die Welt“ ergibt (Existenzialismus), in der es keine „Fügung Gottes“, kein „Schicksal“, kein „Kismet“, kein „Karma“, kein „Horoskop“ als geistig moralische Entlastung für das Subjekt gibt. Das „Verdammt-Sein“ zur eigenen Verantwortlichkeit und die möglich folgende „Schuldigkeit“ bzw. „Sündigkeit“ fällt gänzlich dem Subjekt zu. Das Subjekt kann keinen „Ablass“ und dadurch Entlastung durch Verschieben seiner Verantwortlichkeit für sein Tun, Denken, Fühlen, Intuieren und Wahrnehmen erhoffen: ER IST WIE ER IST – SIE IST WIE SIE IST – ES IST WIE ES IST.

⁷⁹ Der Freiheit der individuellen reflektierenden diskursiven wie bestimmenden Urteilskraft, Vernunft und Intuition

⁸⁰ (Pearls, 1979/3): „Das Konzept, dass menschliches Leben und Verhalten sich auf verschiedenen Aktivitätsstufen vollzieht, räumt ein für allemal auf mit dem verwirrenden und unbefriedigenden psycho-physischen Parallelismus,.....“ Dank dieses holistischen Konzeptes „des geschlossenen Feldes“ können wir das „menschliche Wesen als das, was es ist, ... betrachten, nämlich als Ganzes, und sein Verhalten ... studieren, wo es sich manifestiert, nämlich auf der offenen (overt) Ebene der körperlichen und auf der verdeckten (covert) der psychischen Aktivität.“ S.32ff

Die Freiheit: schöpferisch zu gestalten und integritäts- wie identitätserhaltend zu leben, wird durch das Vermeidungsverhalten eines aktivierten Egostates im Kontakt mit seinem In-/Umfeld eingeschränkt. Es kann eintreten, dass die mit den Gefühlsqualitäten: Leere und Einsamkeit (*mit der Konnotation: Allein(gelassen)-sein/Eigen-sein und dadurch „unvollkommen-/ fehlerhaft-sein“, hohl sein*) mögliche mitschwingenden Gefühle von „**Schuld**“ / **Beschämung**/ Ohnmacht⁸¹ zur Entlastung des „Ich“ dieses Egostates durch **Verdrängung** dem Erinnern entzogen werden.

Erhöht sich gegebenenfalls in einer konkreten Situation durch bestimmte Trigger unbewusst der Druck des Wiedererinnerns in vorbewusste Sphären eines aktivierten Egostates und kann diese Besetzungsenergie der Nervenbahnen und des Assoziationsdruck nicht sublimiert werden in Übersprunghandlungen oder kreative Tätigkeit, kann die Resilienz⁸² der Psyche die unbequemen und unerfreulichen Inhalte einem Gegenüber – *dem Objekt* – zuschieben (*Projektion, projektive Identifikation*) und so sich ihrer entäußern, um Entlastung zu finden.

In diesem Abwehrvorgang von **Unerträglichem/Peinlichen** ist der Psyche auch möglich, insofern kein geeignetes Objekt zur Verfügung scheint oder die Bedrohlichkeit der Situation es nicht zulässt, durch **Spaltung** innerhalb des eigenen Selbst die Erinnerung traumatisierter Egostates schärfer und unundringlicher abzugrenzen, so dass der Fluss der zwischen den rekursiv aufeinanderweisenden Ich-Zuständen des Selbst eines Subjektes assoziativ und neuronal gehemmt/ blockiert ist (*Dissoziation*).

Einen anderen Weg seine Integrität zu bewahren: das Immunsystem der Psyche kann das Ganze oder Teile des eigenen Organismus unbewusst zum Objekt definieren und diese mit den Gefühlen: „Schmutzig-sein“, „Ekelig-sein“, „Untauglich-sein“ besetzt. Durch dieses **Verschieben** der Funktionen der unerträglichen Inhalte auf die anderen Regelsysteme des Organismus: Immun-/Hormon- & elektrobiologisches System - können vulnerable Organe des Leibes in ihren Funktions-&Wirkmalen pervertieren, was wiederum auf Dauer Einfluss auf Feld-&Masse-Qualitäten des Organismus hat. Bei chronischem Stress kommt es zu Organläsionen⁸³ (*s.a. nicht-lineare Entwicklungssprünge-“dissipative Struktur“; Ilya Prigogine.*)

- **Freiheit** „von“ dem Gewohnten, Vertrauten, gewordenen Relativitäten und „zu“ einem mehr oder weniger bewusst ausgewählten eigenen Weg, einem eigenen Modus der Zur-Welt-Gerichtetheit⁸⁴ über Selbstbetrachtung, Selbstreflexion, Selbstwirksamkeit & Selbstbestimmtheit (*d.i. **Erwachsen-Werden**; Klihm*) birgt die Gefahr des Scheiterns, des Risikos, des Chaos, in dem erst die eigene Gesetzlichkeit und die eigenen mühselig gefunden und definiert werden müssen. Die werdende „“, die sich im Verlaufe der Individuation/Sozialisation/Enkulturation/ Ökologisation ein ureigenstes Weltbild erschafft⁸⁵ und ihr „-Sein“⁸⁶ verfestigt, vollzieht sich gemäß ihrem Gewordensein & der Intention ins Werden im Kontaktfeld eines Hier-und-Jetzt.

Eine Persönlichkeit⁸⁷ definiert sich in ihrem Merk- & Wirk-Bild nach außen, in dem sich ihre Konstitution und Disposition sowie ihr geistig soziokulturelles Gewordensein in einer Situation abgestimmt&angepasst entäußert. Es macht einen Unterschied, ob ein Individuum sich grade als Einzelperson auf der verdeckten und offenen Ebene seines Daseins verhält oder sich als Mitglied einer Gruppe/Gemeinschaft befindet oder in einer Organisation/Institution tätig ist oder als politisches Wesen, sich als Teil einer Gesellschaft/Zivilisation versteht.

⁸¹ (Fromm, Authentisch leben, 2006/4) S.112ff: „nicht ernst genommen fühlen“, „unfähig sein, sich verteidigen zu können“, „sich völlig hilflos fühlen“ sind Konnotationen der Ganzqualität: „**Ohnmacht**“: „Ich kann nichts beeinflussen, nichts in Bewegung setzen, durch meinen Willen nicht erreichen, daß irgendetwas in der Außenwelt oder in mir selbst sich ändert, ich bin nicht ernstgenommen, bin für andere Menschen Luft.“

⁸² (Fuchs & Huber, 2007) S. 110f: **Resilienz** – resilience: ist die besondere psychische Widerstandskraft, wirksam als ein „gelingender Anpassungsprozess gegenüber Elend, Widerwärtigkeiten, Trauma, Tragödien, Bedrohungen oder anderen besonderen Formen von Stress.“

⁸³ (Miller, 2005) S.42: „Schiller hatte immer wieder unter sehr schmerzhaften Krämpfen an verschiedenen Organen zu leiden; Es steht für mich außer Frage, daß diese schweren Krämpfe auf die häufigen körperlichen Strafen in seiner Kindheit und auf die grausame Disziplin seiner Jugendjahre zurückzuführen sind.“

⁸⁴ s. a. (Riemann, 1975/9)

⁸⁵ s. bei (Rubinstein, 1977/9)

⁸⁶ (Gasset, 1962)

⁸⁷ (Pechtl, 1999): S.89ff: „**Persönlichkeit sein** ist ein Streben nach Werten in der Gemeinschaft, ist ein permanenter Lernprozess der Weiterentwicklung eigener Fähigkeiten und ist Sinnfindung, die diesen Menschen zu einer Art Autorität werden lässt, die anerkannt wird. Der Begriff „Persönlichkeit“ ist eine Auszeichnung in der Gemeinschaft und wird unterschieden von den Begriffen Mensch, Individuum und Person.“

Die Gerichtetheit (*Einstellung/Haltung/Position*) des „**Leibes**“⁸⁸ bestimmt die Sinnlichkeit und den in die Taten verlegten Sinn. Die Gerichtetheit Subjektes in der Rolle als „ mit 'Persönlichkeit' ist anders als in der Rolle als „leut“ (*O.y. Gasset*) / „ (*W. Pechtl*). Beide Rollen verstehen sich obigen Kontext als Objekte der Natur, einer bestimmten Kultur und als Subjekte ihrer eigenen Geschichte (*I. Caruso*)⁸⁹, der als Persönlichkeit „lebt bewußt und autonom seine Fähigkeiten, setzt seine Kräfte für sich und andere ein und ist beziehungsfähig in der Gemeinschaft“ (*W. Pechtl*) und ist verantwortlicher Mitgestalter seines Lebensraumes. Seine geistige Ausrichtung ist *wertschätzend, mitfühlend, würdigend, entwicklungsbestrebt*.

⁹⁰ ist eine „Meta-Schlüsselkompetenz“⁹¹ im Zentrum von „ als Gestaltung der eigenen Persönlichkeitspotentiale“ und ein Metakonzepkt des Geistes, das auf eine „transzendente Bezogenheit des Menschen“ (*Arnold*) und seine Individualität (*s.a. K. Lewin*)⁹² hinweist. Eine agiert im Sinne des „ / Chairwoman – Prinzips“: eigenverantwortlich. Ein Chairman / eine Chairwoman⁹³ sind geleitet von intuitiver Gerichtetheit auf die Situation, in der sie sich befinden, und von wacher Handlungsbereitschaft, um situativ angepasst reagieren zu können, sowie von ausgeübter Selbst-Verantwortlichkeit / -Sicherheit / -Bewusstsein, -Bestimmtheit, Gewissenhaftigkeit und von Wertschätzung & Ehrlichkeit sich selbst und anderen gegenüber. Er/Sie bewahrt seine/ihre Freiheit, Würde & Integrität und achtet die der anderen.

Indem eine „Persönlichkeit“ zur Verwirklichung des eigenen Weltbildes steht und sich nicht auf „zugewiesene Autorität“ („*Kapperl-Autorität; E. Ringel*) im eigenen Denken und Tun zurückzieht, gewinnt sie „**personale** Autorität“⁹⁴, die konkret auf sich bezogen argumentiert und sich nicht auf Vorgeschriebenes/Gottes-Wille/Sternzeichen oder ähnliches Abstraktes bezieht. Im Sinne einer antiautoritären Gemeinschaft scheut ein Mensch mit personaler Autorität und 'Persönlichkeit' nicht die Auseinandersetzung, Diskussion und Konflikt im Dienste einer „Funktionalen Autorität“ (*aufgrund individuellen, geforderten Kompetenzen und Fertigkeiten in umschriebenen Situationen*) bzw. einer Alfabigur. Personifizierte, d.h. personale Autorität weiss um die Fundamentalität der „Selbstbestimmung“, und weiss darum, dass sie Teil einer Sozietät ist. Eine selbst bestimmte Autorität vermittelt 'Schutz', 'Fürsorge', 'Verantwortung' (*A. Neill*)⁹⁵ und lässt dem werdenden den gebührenden Freiraum. In gegensätzlicher Position befindet sich die „irrationale“ (*erzeugt auf der Basis einer emotionalen Unterwerfung: Druck, Angst, blinden Gehorsam*) & „Anonyme Autorität“ (*basiert auf dem Doublebind: sorgend-& verständnisvoll Wirken und unausgesprochene Androhung erfahrener bzw. beobachteter schlimmer Folgen; E. Fromm*).

Eine „personale Autorität“ bzw. „offene Autorität“ (*E. Fromm*)⁹⁶ zeigt sich in angewandter **Macht**⁹⁷

⁸⁸ s. bei (Merleau-Ponty, 1966)

⁸⁹ (Caruso, 1976)

⁹⁰ s. bei: (Lersch & Thomae, 1960/2)

⁹¹ (Fuchs & Huber, 2007) S.56ff: Strategien zur Bewältigung von Stress (Coping), Humor und Ausgeglichenheit gehören zur Persönlichkeitskompetenz wie auch folgende Aspekte: „neben Glaubwürdigkeit und Offenheit insbesondere das Übernehmen von persönlicher Verantwortung, sinnvolle Selbst- oder Eigenmotivation, das Erkennen der Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Person, Kritikfähigkeit sowie Bereitschaft zur Weiterentwicklung.“ Der persönlich kompetente Mensch ist auch dadurch bestimmt, „ dass er weiß, was er will, seine Stärken und Schwächen kennt und sich und andere zu motivieren und zu begeistern versteht.“

⁹² Die individuelle Persönlichkeit lässt sich nur als Funktion von der Konstitution und aktuellen Disposition einer Person in seinem Umfeld, seinem Lebensraum definieren ($P = I \times U$; K. Lewin).

⁹³ (Cohn, 1975) S.120ff

⁹⁴ als Führungsqualität ist Kennzeichen einer menschlichen Persönlichkeit, die es vermag, aufgrund eines eigenen geschaffenen Weltbildes im Abgleich mit Tradition und individueller Erfahrung sowie ihrer intuitiven Begabung „Macht über sich selbst“ (*E. Ringel*) zu gewinnen. In der Gelassenheit ihrer Freiheit und ihres Weltbildes ruht die Autorität in sich, formuliert dadurch ihre leiblichen und geistigen Grenzen in Anschauung und Tat. Sie gebiert beständig in ihrem Denken, Fühlen, Intuieren und Tun SINN. Autorität ist somit eine Funktion des „ICH“ (*S. Freud*) bzw. „ERW-ICH“ (*E. Berne*), das sich in direkten Austausch im Lebensraum eines Subjektes befindet. Siehe bei: (Bergmann, 2005) und (Neill A. S., 2007/47): *Laissez faire – Zügellosigkeit* (alles tun, wozu man Lust hat) muss vom Prinzip: Freiheit, unterschieden werden: '**zur Freiheit gehört Geben und Nehmen**'.

⁹⁵ (Neill A. S., 2007/47) S.158: „Jedes Individuum hat die Freiheit, das zu tun, was es will, solange es die Freiheit der anderen nicht beeinträchtigt. Und das ist ein Ziel, das in jeder Gemeinschaft verwirklicht werden kann.“

⁹⁶ (Fromm, *Authentisch leben*, 2006/4) S.19ff

⁹⁷ Macht entsteht aus angewandtem Wissen und Anerkennung dessen, was von Mitmenschen mit dem Auftrag übergeben wird: Taten aufgrund dieses Wissen zielbestimmt einzusetzen. Macht ergibt sich aus bloßer körperlicher/technischer Überlegenheit; aus dem Willen, an etwas herangehen zu wollen/ müssen (Aggression); aber auch daraus:

über sich selbst, gewonnen durch die Polarität: Selbsterkenntnis und Selbstdistanz (*als Zielqualitäten einer Persönlichkeit im -Prozess*) durch das rekursive zwischen dem „bottom-down-Prozess“ / dem Herangehen in der Selbsterkenntnis und dem „bottom-up-Prozess“ / dem Zurückgehen in der Selbstdistanz und lädt zum zu klärenden Dialog ein.

Ein mit richtet die aktivierbaren Kompetenzen, Fähigkeiten & Fertigkeiten, der im Selbst rekursiv verschachtelten Egostates⁹⁸, nach einem wertgebundenen „Geistideal“ (*Arnold*) aus und folgt seinem – im Geist als Orientierung gebendes & Ordnung schaffendes Metakonzept verankerten - Weltbild, das er sich in einem „dynamischen Prozess“ (*Thomae*) und in der Auseinandersetzung mit dem Wissen einer Kultur und den Gegebenheiten und Vorgängen in seinem Umfeld und in Übertragungssituationen gebildet hat (*S.L. Rubinstein; W. Revers*⁹⁹). Ein solcher Mensch lebt „rationale Autorität“ (*E. Fromm*).

Steigt jedoch die Furcht¹⁰⁰ vor dem eigenen Sein und vor eigenem spontanen Handeln an, kann sich die „Seins-Orientierung“ im Lebensprozess des Subjektes¹⁰¹ in eine „Haben-Orientierung“¹⁰² wandeln, die als Ganzqualität die Hinwendung des ICH zum DU / des ICH zum Selbst¹⁰³ färbt. Objekte der AussenWelt und das SelbstObjekt unterliegen der Gier des Haben-/Besitzen-/Beherrschen- Wollens, was der Sucht zu kontrollieren entgegenkommt. Dem Immunsystem der Psyche geht es darum, sich der Furcht zu entledigen. Andererseits fühlt sich das Subjekt in seiner Angst scheinbar auch darin entlastet, indem es sich über seinen **Besitz** definiert, der zu verhandeln und käuflich zu erwerben ist. Besitz lässt sich auch mit der „Macht des Stärkeren erringen“, dem Urgesetz, das wenig mit den Mühen einer Enkulturation gemein hat, die zu einer wertschätzenden 'Persönlichkeit' führt. Indem es sich mit seinem Besitz identifiziert, vermeidet das Subjekt, sich zu sehr mit den Objekten seines Umfeldes bzw. mit einer Gruppierung von sozialen Objekten¹⁰⁴ seines Umfeldes zu identifizieren, aus realer bzw. irrealer Furcht, sich letztlich nicht abgrenzen zu können und die eigene Autonomie und

Gefühle der Hilflosigkeit überwinden zu wollen sowie aus Zuschreibung/ Überantwortung von schon an der Macht Seienden („Kapperlautorität“; E. Ringel). Macht in ihrer Einflussgröße ist eine Funktion der Interaktion innerhalb von Relativitäten. Zu ihrer Bestimmung gilt es auch das Maß der Kontrolle, Unterordnung, der Dependenz & Contradependenz, der Prestigesuggestibilität, der Dominanz und Angst zu beachten, die in dieser Interaktion und Kommunikation im Feld des Lebensraums als Faktoren des Bindungs- und Bezugsystems zwischen Subjekt und Objekt auftreten.

Hinter „Macht“ steht also immer ein Tun oder Handeln, ein Machen. Eine „offene & rationale Autorität“ (*E. Fromm*), „personale Autorität“ (*A.S. Neill*) bzw. „Gute Autorität“ (*Bergmann, W.*) bestimmt eine „echte Persönlichkeit“: „Eine **echte Persönlichkeit** zwingt durch die Bestimmtheit ihres Verhältnisses zu den Grunderscheinungen des Lebens auch die Mitmenschen zur Selbstbestimmung. Zu einem Menschen, in dem man die Persönlichkeit fühlt, verhält man sich selten gleichgültig, so wie er sich selbst nicht gleichgültig zu anderen verhält: man liebt ihn oder hasst ihn; er hat immer Feinde, aber auch echte Freunde. Wie friedlich auch äußerlich das Leben eines solchen Menschen verlaufen mag, das Innere ist immer kampferfüllt.“ *Rubinstein, S.L.: s.o.: S.835f*

⁹⁸ S.a. Klages in (*Lersch & Thomae, 1960/2*): „Ich bin ein ICH, sofern ich allen sonstigen Ichen an ein und dem selben Geiste teilnehme, und ich bin ein eigenes Ich, sofern mein beteiligter Lebenslauf von unteilbarer Eigenart (individuell) und daher vom Lebenslauf aller sonstiger Lebensträger verschieden ist.“

⁹⁹ *Revers* in (*Lersch & Thomae, 1960/2*): Persönlichkeit ist „die menschliche **Person** in der Zeit, die menschliche Person also im Hinblick auf ihre geschichtliche Existenz, die Person, sofern sie in einem konkret historischen Lebenslauf Wirklichkeit wurde.“ S.23

¹⁰⁰ (*Kant, 1. Aufklärung, 1975*): „Faulheit und Feigheit sind die Ursachen, warum ein so großer Teil der Menschen, nachdem sie die Natur längst von fremder Leitung freigesprochen, dennoch gerne zeitlebens unmündig bleiben und warum es anderen so leicht wird, sich zu deren Vormündern aufzuwerfen. Es ist so bequem unmündig zu sein.“ S. 13

¹⁰¹ (*Fromm, Haben oder Sein, 1979/11*): In der **Existenzweise des Seins** wirken: Wachstum, Veränderung, Lebendigkeit, Spontaneität, Austausch, Intuition, Durchlässigkeit und authentische Bezogenheit zur Welt. Weiter lebt die Existenzweise des Seins durch Inspiration, Verantwortungsbewusstsein, Ehrlichkeit, Offenheit, Authentizität, Feinfühligkeit, Einfühlungsvermögen, dem Zeigen meiner wahren Natur, der wahren Wirklichkeit meiner Person im Gegensatz zum trügerischen Schein.

¹⁰² (*Fromm, Haben oder Sein, 1979/11*)

¹⁰³ (*Masterson, 1993/2*)

¹⁰⁴ (*Battegay, 1972/2*) S.30ff Die bewusste **Identifikation** mit anderen als Vorbild fördert das Ausbilden eines eigenen Weltbildes. Die unbewusste Identifizierung führt zu Verwirrungen in Übertragungssituationen. Es kommt zu einem Hemmen der Freiheit, ein anderes Subjekt in seinem SoSein erleben zu können. Überwiegt das Netz unbewusster Identifikationen und Projektionen, desto unreifer und ungefestigter sind die Relativitäten zwischen den Beteiligten. Bei den Individuen werden „archaische Ängste“ aktiviert & es wird versucht, sie durch folgende 3 Verhaltensmuster zu bannen: „Abhängigkeit (dependenz), Paarung (pairing), Kampf oder Flucht (fighting or flight).“ (*Bion*)

Integrität / Identität bewahren zu können. Besitz wird zu zweiten irrealen Haut des Subjektes / einer Gesellschaftsideologie.

Fühlt sich ein Subjekt schutzlos und gefährdet, setzen unterschiedliche **Fluchtmechanismen** des aktivierten Egostates ein und schränken den FreiRaum des Subjektes wie den FreiRaum von Objekten ein, die sich mit diesem Subjekt in Relativität Objekten befinden: „autoritäre Tendenzen“, „Zerstörungstrieb“, „Automatische Anpassung“¹⁰⁵ dominieren obige Hinwendung. Neben dem Versuch: Kontrolle und Macht über sich und andere zu erzwingen, entstehen „Süchte, Impulse, Versuchungen, die eigene wieder aufzugeben und die Gefühle der Ohnmacht und Einsamkeit durch ein völliges Untertauchen in der äusseren“¹⁰⁶ (*Extraversion*) wie der inneren Welt (*Introversion*; C.G. Jung) loszuwerden.

- ➔ - Das Streben nach Freiheit ist dann **konstruktiv** (*von positiver Bedeutung/Wirkung*) als Wirksamkeit im Zeit&Raum der Geist-/In-&UmWelt, wenn ein bezogenes und bedingendes Subjekt sich der Grenzen dieser Trias bewusst ist (= *Weisheit*) und um die Fristigkeit & Finalität alles Seins weiß¹⁰⁷. Die Arbeits-/Abstimmungs-/Anpassungs-&KulturLeistungen dieses Subjektes bewegen sich im Rahmen der Erkenntnis: „Es ist wie es ist.“ (= *Demut*). **Weisheit**¹⁰⁸ ist hier die Kunst¹⁰⁹: Wesentliches von Unwesentlichem zu trennen und sich der Grenzen der situativen Trias bewusst zu sein, um jeweilig intendierte Arbeits- / Abstimmungs- / Anpassungs- & KulturLeistungen zum Wohl des Ganzen ausführen und abschließen zu können (= **Nachhaltigkeit**). Hierbei ist sich das Subjekt unabdingbar bewusst, dass es sich grundsätzlich als Teil des Ganzen, in das hinein es bedeutsam manipulierend eingreift, erlebt und definiert¹¹⁰. Es handelt so selbstwirksam und universell „nachhaltig“ kulturell, ökonomisch und ökologisch¹¹¹.
- ➔ Freiheit und Sprache sind insofern aufeinander bezogen, als mit Sprache das Denken in eins geht. Gedanken werden in verbaler und nonverbalen Sprachakten gebildet sowie ausgedrückt. Unterdrückung der Sprache und des Sprachgebrauches engt die Gedanken in ihrer Freiheit und Kreativität ein. Gesprochenes kann Toleranz aber auch Gewalt bedingen. Gesprochenes bedingt Taten, die Freiheit unterstützen aber auch die eigene Freiheit und die Freiheit anderer einschränken können. Ein differenzierter Sprachgebrauch fördert die Freiheit, sich auszudrücken und sich mitteilen zu können.
- ➔ Freiheit ergibt sich aus einer „dynamischen und lebendigen **Spiritualität**“ (*W. Müller*). Ein , der Gottes Liebe in sich wirken verspürt, kann sich zeigen, wie er wirklich ist. Er spürt, dass sein Leben im Hier&Jetzt im Strom des Unendlichen eingebunden ist, und er erfährt, „mitten im Jetzt an das Gren-

¹⁰⁵ (Fromm, Die Furcht vor der Freiheit, 1972/5)

¹⁰⁶ (Fromm, Die Furcht vor der Freiheit, 1972/5) S.36ff

¹⁰⁷ (Herrigel, Der ZEN-Weg, 1958/4): „Je mehr sich der Mensch als ein **Selbst** fühlt, es zu steigern und in unendlicher, in Wahrheit nie erreichbarer Annäherung zu vollenden versucht, um so entschiedener ist er aus seiner Mitte des Seins, die nicht – nicht mehr – seine eigene Mitte ist, herausgetreten, um so weiter hat er sich von ihr entfernt.“ S.15

¹⁰⁸ Weisheit als Lebenskompetenz bei (Fuchs & Huber, 2007) S.180f: „Weise Menschen verstehen und bewältigen grundlegende Lebensprobleme buchstäblich in ihrer Ganzheit. Sie kennen die existentielle dunkle Lebensseite des Lebens, die anthropologische Verfassung jedes Einzelnen als soziales, von anderen Menschen abhängiges Wesen und natürlich sich selbst – ihre eigenen Schwächen und Stärken.“

¹⁰⁹ **Kunst** versteht sich hier: als ein, auf das intendierte Können einer Person bezogenes, Tun, in der Wechselwirkung von Freiheit der Vernunft und Inspiration mit erworbenem Talent und erarbeiteter Fertigkeit sowie der intuitiven Entdeckung des „Lebendigen“ im Werkstoff und des Sujets wie eines lebendigen „DU“ und des sich Leiten-lassen - Könnens von dieser Lebendigkeit und Zurückstellung des eigenen „Ichs“ im schöpferischen Prozess in der Interaktion und Kommunikation. Die Kunst ist es, ein homöostatisches Gleichgewicht zwischen der Ordnung und Gesetzmäßigkeit vom schaffenden Subjekt / des zu gestaltenden Werkstoffes (Plastik, Bild, Melodie,...) und der Idee zur Umsetzung eines Sujets herzustellen. (s. a. Zen-Buddhismus, Erziehung zu schöpferischer Freiheit)

¹¹⁰ (Lasch, 1995) S.338: „Die größte Hoffnung auf **emotionale Reife** scheint also darin zu liegen, daß wir unser Verlangen nach und unsere Abhängigkeit von anderen Menschen anerkennen – Menschen, die dennoch von uns getrennt bleiben und sich weigern, sich unseren Launen zu unterwerfen. Sie liegt in der Anerkennung der anderen, nicht als Projektion unserer eigenen Wünsche, sondern als unabhängige Wesen mit eigenen Bedürfnissen und Wünschen. Oder, weiter gefasst: Sie liegt darin, daß wir unsere Grenzen akzeptieren. Die Welt existiert nicht nur, um unsere eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu erfüllen; es ist eine Welt, in der wir Erfüllung und Sinn finden können, sobald wir begreifen, daß auch andere ein Recht auf diese Dinge haben.“

¹¹¹ (Lasch, 1995): S.341: „Die Ökologie geht davon aus, daß das menschliche Leben Teil eines größeren Organismus ist und daß menschliche Eingriffe in natürliche Prozesse weitreichende Konsequenzen haben, die bis zu einem gewissen Grad immer unkalkulierbar bleiben werden.“

zenlose, an die Ewigkeit angeschlossen zu sein“. Er erlebt ein mystisches Erlebnis von **Transzendenz**¹¹².

Die Gnade der Freiheit zu lebendiger tragfähiger Spiritualität lässt das Individuum, sich allen Widerigkeiten zum Trotz, der Wirklichkeit des Lebens und der Gebundenheit in Relativitäten stellen; das gläubige Subjekt hat Gott als tragenden Grund des Seins verinnerlicht und fühlt sich in seinem „**Selbstsein**“ (Selfness) von seiner Liebe getragen¹¹³. Indem der spirituelle Mensch die gewährte Liebe weiterreicht, achtet er wirklich die Würde des anderen.

Die Autonomie des Willens ist vorgeprägt und bestimmt durch die Vorgaben der Schöpfung wie auch durch die individuellen Neigungen, Begierden, Wünsche und erstrebten Ziele (*Augustinus*). Die Freiheit des spirituellen Menschen begrenzt sich in den leibhaften und sozialen Bedingungen des Lebens und vollzieht sich „innerhalb von heilsamen lebensdienlichen Ordnungen, Begrenzungen und Abhängigkeiten“ (*U. Eibach*). Freiheit wird zur Unfreiheit, falls sich der Mensch in Sünde verstrickt und der Selbstsucht verfällt. Erst das Wiedergewinnen der Fähigkeit zu bedingungsloser Liebe und das Wiederfinden Gottes Liebe in mir kann zur Befreiung¹¹⁴ führen, so dass ich frei bin, diese Liebe selbstverständlich zum Segen meiner Mitmenschen in mir zu entbinden (*d.i. Nächstenliebe – Agape*).

- - Das Streben nach Freiheit ist dann **destruktiv** (*von negativer Bedeutung/Wirkung*) als Wirksamkeit im Zeit&Raum der Geist-/In-&UmWelt, wenn ein bezogenes und bedingendes Subjekt sich der Grenzen dieser Trias nicht bewusst ist (*Triebhaftigkeit*) bzw. sich dessen zwar bewusst ist, aber dieses Wissen seinen Intentionen unterordnet, um „Macht über etwas“ zu gewinnen (*Gewalt, Schuld*¹¹⁵), aber auch dann ist das Streben nach Freiheit destruktiv, wenn der die „heilsame geschöpfliche Begrenzung der Freiheit“ (*U. Eibach*) nicht wahrhaben will, sondern der **Sucht** – der gefesselten und ohnmächtigen Willensfreiheit – und der „Selbstsucht“ und „Gebundenheit des Willens“ - einem „Verfallen des Menschen an sich selbst“ - frönt (*Knechtschaft der Sünde*).

Die Arbeits-/Abstimmungs-/Anpassungs- & KulturLeistungen dieses Subjektes missachten den Rahmen der Erkenntnis: „Es ist wie es ist“ und opfern die universelle Nachhaltigkeit individueller Zweckhaftigkeit, entfremdet vom Ganzen. Dieses dem Ganzen, seinem System und seiner Teile entfremdete Tun erzeugt Leid¹¹⁶, da es passiv verändernd und nicht aktiv anregend wirkt. Leid unterbricht den gleichberechtigten/brüderlichen/gerechten Dialog unter Wahrung und Würdigung (**Würde**) zwischen dem 'Ich' und 'Du'. Der „Wert“ des Ganzen und seiner Teile wie deren Relativitäten in ihrem Sein/GewordenSein/Werden wird abgewertet. Selbstsucht, Triebhaftigkeit, Gewalt, emotionaler, sozialer, sexueller Missbrauch und Schuldzuschreibung verhindern den Informationsfluss innerhalb von Interaktionen und der Kommunikation, da Toleranz im Entscheidungs- / Handels- & Bewegungs- & ZeitRaum in ihrem Freiraum eingeschränkt und lebendiger, organischer und semantischer Austausch unterbunden wird.

¹¹² (Harris & Harris, 2007) S.250: „**Transzendenz** bedeutet ein Erlebnis dessen, was mehr ist als ich selbst, eine Realität außerhalb von mir, die Das Andere, Das All oder Gott genannt worden ist.“

¹¹³ (Eibach, Gott im Gehirn? Ich - eine Illusion?, 2006) S.132: „Das 'Selbstsein' baut sich erst in dem „Sein-in-Beziehungen“ auf, ist ein in ihnen und durch sie ermöglichtes Selbstsein. Das Leben verwirklicht sich in den heilsamen Grenzen des endlichen **Geschöpfseins**, des Angewiesenseins und zugleich des Verwiesenseins auf andere, auf Gott und die Mitmenschen und die geschaffenen Bedingungen des Lebens (Mitwelt).“

¹¹⁴ (Eibach, Gott im Gehirn? Ich - eine Illusion?, 2006) S144: „**Freiheit** heißt also zutiefst Befreiung vom 'Aus-sich-selbst- und Für-sich-selbst-Leben-Wollen', Befreiung zum Glauben und zur Liebe, zum Empfangen und zum Gewähren von Liebe, in denen der Mensch erst frei wird und ist.“

¹¹⁵ (Müller, Wenn der Geist die Seele berührt, 2007) S. 106: Thomas Morton: „...Daher ist es Missbrauch, wenn Autorität und Macht Selbstzweck werden, dem das Wohl der Menschen untergeordnet wird;, dass Seelen, für die Christus gestorben ist, zerstört werden, nur damit die Macht unangetastet bleiben kann.“

¹¹⁶ (Miller, Abbruch der Schweigemauer, 1994/2) S.7ff: „Die Wahrheit über die Kindheit, wie viele von uns sie erleiden mussten, ist unfassbar, empörend, schmerzhaft, nicht selten monströs und immer verdrängt. Die Fähigkeit des menschlichen Organismus, Schmerzen zu ertragen, ist zu seinem Schutze begrenzt, und alle Versuche, die diese Grenze missachten und die Verdrängung gewaltsam aufheben, haben nur negative und oft gefährliche Wirkungen, wie jede andere Form von Vergewaltigung auch. Es ist das Geschenk der Wahrheit, die eine Befreiung aus dem Gefängnis der destruktiven Meinungen und etablierten Lügen bedeutet, und schließlich das Geschenk der Sicherheit, die uns die Wiedergewonnene Integrität gibt.“

→ Freiheit ist konträr zu Verengungen des „Bewegungsraumes“¹¹⁷ und Einschränkungen im „**Bewegungsraum**“ eines Subjektes¹¹⁸ / einer Gemeinschaft / Gesellschaft. Ähnliches gilt für den „**Zeitraum**“ eines Subjektes. Um den FreiRaum der 4 bekannten Dimensionen und der Dimension des Geistes konstruktiv nutzen zu können, gilt es „**Dressate**“ (F. Künkel) zu bereinigen: „unzweckmässig festgefahrene Bewegungsweisen und Ausführungsgewohnheiten“, „starre Verhaltensgewohnheiten“, die ursprünglich einem Ich-nahen Ziel eines Egostates gedient haben, z. B. der „Vermeidung irgendwelcher wirklicher oder vermeintlicher Gefahren“, dem „Rückzug in vermeintlich sichernde Zäune“, der Ausbildung trauma-/konfliktbedingter Copingstrategien und Abwehrmuster.

Die „Dressate“ weisen dem „schöpferischen Handeln“ eine Starrheit und Zwanghaftigkeit (*Rigidität*) in der Handhabung von Vorstellungen, Regeln, Werten, Normen als Ganzqualitäten zu, die das Denken, Intuieren, Fühlen, Wahrnehmen, Erinnern in ihrem Prozess einengen und die geführte und zielgeführte Gestaltungs- & Anpassungs-Leistungen eines Subjektes hemmen oder blockieren. Dressate verunmöglichen so Phantasie, Kreativität, Spontaneität und letztlich erstickt die Freiheit des „schöpferisches Handeln“ in Phantastereien, Zügellosigkeit, Grenzenlosigkeit, da die Fähigkeit des Geistes zur Orientierung & Ordnung diversen Zwängen gewichen ist. Starrheit führt zur Undurchlässigkeit von Grenzen, welche die Basis zu Kontakt und Informationsfluss bilden, ja erst ermöglichen und dies auch auf neuronaler Ebene und zwischen den Egostates.

Erst der „Abbau falscher Lebensgewohnheiten“ löst Störungen, Blockaden und Hemmungen auf der organismischen wie psychischen und geistigen Ebene auf und ermöglicht das freie Spiel von Selbstreferenz und Selbstresonanz im Kontakt mit dem Umfeld des erlebenden und sich verhaltenden Subjektes. Diese Lösung regt Selbstregulationssysteme an: die Autopoiese¹¹⁹ (H. Maturana) und fördert die Homöostase (F. Perls) offener Gestalten, schließt ihre Grenzen zur prägnanten Figur. Der nun frei fließende Informationsstrom führt nun zu schöpferischen Erleben & Handeln und zu lebendiger Kommunikation, und das mehr noch als es bloße Kunstfertigkeit – *das Wissen um Hand- & Geistwerkzeuge* - und rationales – *psychologisches, psychodynamisches, spirituelles u.a.* – Wissen be-
werkstelligen könnten.

Erst wenn das Subjekt sich einerseits seine Stärken, Kompetenzen, Fertigkeiten und seine ausgrenzenden Eigenheiten zugestehen mag und andererseits seine Fehler, seine Begrenztheit, seine „Licht- wie Schatten-Seiten“ (C.G. Jung), sein krankmachendes biopsychosoziales Material¹²⁰ wahrhaft zu

¹¹⁷ (Metzger, 1949) S.85f

¹¹⁸ s. bei (Rubinstein, 1977/9): „Die Person, die sich in ihrem Selbstbewusstsein widerspiegelt und sich dabei ihrer als „Ich“, als Subjekt ihrer Tätigkeit, bewusst wird, ist ein gesellschaftliches Wesen, das in soziale Beziehungen eingeschaltet ist und bestimmte gesellschaftliche Funktionen erfüllt.“ S.837

¹¹⁹ d.h. ein Organismus und seine Psyche wie sein Geist erhalten durch die Autopoiese ihre Stabilität und ihre Beharrungstendenz, indem sie aus sich selbst heraus leben, sich selbst reproduzieren und eine in sich geschlossene Ganzheit herstellen mit klaren Grenzen zu den Vorgängen und Gegebenheiten des Lebensraumes eines Subjektes. Die Autopoiese (Maturana & Varela, 1990) ist ein Prozess der „Selbsterschaffung“ und „Selbsterhaltung“ und ist im „lebenden System“ ein übergeordnetes Regelsystem in Bezug auf die Regeleinheiten: Immun-, Hormon-, Nerven- (Miketta G., 1992/2) und bioelektronischen System (Oschman, 2006).

¹²⁰ (Plassmann, 2007): Verwirrungen und Störungen des Abstimmungs-, Anpassungs-, Entscheidungs- & Lösungsverhalten kann aus der traumatherapeutischen und tiefenpsychologischer Sicht auf „alles psychische Material“ zurückgeführt werden, „welches aus inneren und äußeren Gründen auf krankmachende Weise **desorganisiert** geblieben ist, unabhängig davon, ob wir eine traumatische Situation im engeren Sinne als Ursache identifizieren können oder ob es ein Konflikt ist, der zum Stocken des menschlichen Wachstumsprozesses führte.“ (S.13) Therapie auf den rekursiv verschachtelten Ebenen des individuellen Seins eines Subjektes: Körper/Organismus – Psyche – Geist – Seele – Umfeld/Relativitäten, bedeutet, die „Fähigkeit der endogenen Heilungsprozesse“ (die „Selbstorganisation“) und die immunologischen, hormonalen, nervlichen & bioelektronischen Steuerungssysteme in einer therapeutischen Bindung und mit wissenschaftlich fundierten Methoden so anzuregen und zu steuern, dass die Autopoiese angeregt wird und eine Wandlung von negativen Material (destruktive Skriptsätze, Konflikte, Traumata) durch „universelle Ressourcen“ und „dynamische Ressourcen“ zu einem Wohlbefinden (WHO) und offene Gestalten in eine Homöostase führt. (Definition ergänzt durch Autor)

„Nach der Kopernikanischen Kränkung (die Erde ist nicht der Mittelpunkt des Kosmos), der Darwinschen Kränkung (der Mensch ist nicht einzigartig, sondern ein sprechendes Tier), der Freudschen Kränkung (das Ich ist nicht Herr im eigenen Haus, sondern das Unbewusste) nun also noch die selbstorganisatorische Kränkung: es ist nicht der Therapeut, der heilt, sondern das endogene Heilungssystem des Patienten.“ (S.12)

Ergänzend zu diesen von S. Freud aufgelisteten „**Kränkungen**“, welche „die Wissenschaft der menschlichen Selbstverliebtheit zugefügt habe“ finden sich heute weitere: die ethologische, epistemologische, soziobiologische, ökologische, kulturellrelativistische, politisch-ökonomische, kosmologisch-eschatologische, paläontologische, evolutionäre, neurobiologische Kränkung. Siehe S.9ff in (Schmidt-Salomon, 2006/2) (Fliedl & Krafft-Ebing, 1999)

schauen wagt und diese als zugehörig zu seiner erleben kann, da das Individuum sich damit auseinandergesetzt und als Polarität seines Seins integriert hat, ist dieser Mensch frei: flexibel, schöpferisch wie selbstwirksam zu denken, zu erleben und zu handeln.

Ist ein Subjekt sich seiner Integrität, Identität und seiner Grenzen und damit seiner Freiheit bewusst, kann es sich auch ungezwungen und frei als Teil einer „Pluralität“, (H. Arendt)¹²¹ verstehen, denn aus der Sicht des Ganzen einer Gemeinschaft / Gesellschaft gesehen, gibt es streng genommen: die „monadische Einheit“ (Leibnitz) Mensch nicht. Es gibt nur 'die' Menschen, die ohne Herde wenig Überlebenschancen haben und grundsätzlich einer von 2 Subjekten entspringen.

- Freiheit zeigt sich in: **Wahrhaftig** (*authentisch, E. Fromm; empathisch, echt & offen, ehrlich*) sein zu können. Wahrhaftigkeit baut darauf auf, sich in unterschiedlichsten Situationen selbst zu kennen. Die Kraft der Wahrheit liegt im Mut, sich auch mit seinen „Fehlern“ zeigen zu können. Ein wahrhaftiger Mensch ist seiner selbst nicht entfremdet und nicht erpressbar, er wandelt auf dem schwierigen Weg der „Selbst-Werdung“ (Selfness) und ist sich seines Wertes und seines „wahren Selbst“ bewusst. Ein wahrhaftiger Mensch mit einem stabilen Narzissmus (*Selbstbewusstsein, Selbstwert, Selbstbild; Th. Klihm*) hat sich mit seinem „falschen Selbst“ (J.F. Masterson), seinem „Narzißterl“ (Th. Klihm) und der polar damit verbundenen „Grandiosität“, die das Unsicherheits-, Unwirksamkeits-, Minderwertigkeitsgefühl, unwirkliche Selbstbild des „falschen Selbst“ kompensieren („Überkompensation“; A. Adler) soll, auseinandergesetzt.

Der „**wahrhaftige Mensch**“ (Th. Klihm) ist in seinem primären und sekundären Narzissmus gestärkt, kompensiert (A. Adler) und kennt seine Stärken und Schwächen, zu denen er auch steht und sie als Teile seines Selbst versteht und akzeptiert. Erst dann ist das Subjekt frei, sich spontan und intuitiv gemäß den Intentionen seiner „inneren Realität“ in seinen Lebens- & Bewegungsraum sinnvoll gestalterisch zu entäußern und die äußere Wirklichkeit & Wirksamkeit („Realität“) weitgehend in seinem Erleben so wieder zu gestalten und zu interpretieren, wie sich diese ihm darbietet und er sie vorfindet.

¹²¹ (Fliedl & Krafft-Ebing, 1999): S.52f: „Merkmale der **Pluralität**: Es gibt nicht *den* Menschen, sondern nur *die* Menschen. 1. Der Einzelne existiert nicht allein, sondern nur unter vielen; er muss mit einer Mehrzahl rechnen und sich auf sie beziehen. 2. Pluralität heißt Vielheit und Verschiedenheit; das bedeutet als Glied einer Vielheit einzigartig zu sein. 3. Pluralität bedeutet nicht souverän sein, nämlich unbedingte Herrschaft und Autonomie über sich selbst; das widerspricht der Bedingtheit der Pluralität. 4. Pluralität bedeutet Unabsehbarkeit der Folgen des eigenen Tuns: 'Folgen ergeben sich nicht aus der Tat selbst, sondern aus dem Bezugsgewebe, in welches sie fällt'.“

Stichwortverzeichnis

A

Agape 17
Anpassung 16
Aufklärung 1
Ausdruck 4
Ausgeglichenheit 4
Autonomie 1, 2, 6, 7, 16, 17
Autopoiese 12, 19
Autorität 4, 14, 15
Autorität, Funktionalen 15
Autorität, Kapperl- 14
Autorität, offene 15
Autorität, personale 14, 15
Autorität, personifizierte 15
Autorität, rationale 15
Autorität, zugewiesene 14
Awareness 3, 4, 6, 11

B

Beängstigung 12
Bedeutung 16, 17
Beschämung 13
Beziehung, offene 6
Bezugssystem 8
Bezugssystem, affekt-kognitives 8
Bezugssystem, affektlogisches 8
Botschaft 9, 10

C

Chairman 3, 7, 14
Chairwoman 3, 7, 14

D

Demut 4, 16
dependent 6
dependent, contra- 6
dependent, inter- 6
dependent, intra- 6
destruktiv 17
Dissoziation 13
Dressat 6, 18

E

Ehe, offene 6
Ehe, traditionelle 6
Ehrlichkeit 5
Einpassung in objektive und subjektive Faktoren 12
Einsamkeit 12, 13, 16
Emanzipation 7, 8
Empfänger 10
entmenschlichen 1
epigenetisch 9
Erwachsen-Werden 7, 11, 13
Evolutionären Humanismus 11
Extraversion 16

F

Fluchtmechanismen 16
Freiheit 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18
Freiheitsgrad 3
Freisein 6
Frei-sein 4
Frei-sein 12
Fühlen 3, 12, 18
Führungsstil 8
Funktion 1

G

Ganze 3, 12, 17, 18
Geist 2, 3, 4, 5, 7, 11, 12, 14, 16, 17
Gerichtetheit des Leibes 14
Gewissen 7
Grandiosität 20
Grenzen 2, 6, 16, 17

H

Hippokratische Balance 4
Höflichkeit 4, 5
Homöostase 19

I

Ich 18
Ideale 5
Idee 2
Identifikation 16
Identität 16
Information 9, 10, 13, 18
Inspiration 3
Integrität 5, 13, 16
Interaktion 4, 8, 9
Interaktion, kommunikative 9
Intermediären Erfahrungsbereich 10
Introversion 16
Intuition 5

K

Kanal 10
Kant'schen Imperativ 4
Kernwerte der SELFNESS – Kultur 5
Kommunikation 4, 8, 9, 12, 18, 19
Kommunikationsnetz 8
Kompetenz 7, 15
Kompetenz, Schlüssel- 6, 14
Kompetenzen, Lebens- 7
Kongruenz 5
konstruktiv 16
Kosmos 5
Kränkungen durch wissenschaftlichen Fortschritt (Freud) 19
Kunst 16

L

Leben 2, 4, 7, 9, 10, 17
Lebenskunst 2
Lebensraum 3, 6, 8, 9, 11
Leere 7, 12, 13

Leib 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14

Leid 18

Leistung, Abstimmungs- 2, 12, 16, 17, 18

Leistung, Anpassungs- 2, 12, 16, 17, 18

Leistung, Arbeits- 2, 11, 16, 17, 18

Leistung, Kultur- 2, 16, 17, 18

Leitkultur 11

Leut 14

M

Macht 15, 16, 17

Macht über sich selbst 15

Meditation 10

Mensch 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 14, 15, 17, 18, 19, 20

Mensch, wahrhaftiger 20

Mindness 4

N

Nachhaltigkeit 17, 18

Nachricht 9

Narzissmus 5, 20

Narzißterl 20

Netz, Bedeutungs- 8

Netz, Verbindungs- 8

O

Ohnmacht 13, 16

Ökologie 17

Oszillieren 6, 15

P

Peinliches 13

Person 6, 14

Persönlichkeit 1, 3, 4, 9, 13, 14, 15, 16, 19

Persönlichkeit, echte 15

Pluralität 19

Polarität 10

Position, Egozentrische 12

Projektion 13

projektive Identifikation 13

R

Raum, Bewegungs- 18

Raum, Zeit- 18

Realität 20

Regulationssysteme des Selbst 19

Reife, emotionale 17

Reifung 4

Relativität 5, 6, 8, 16

Resilienz 13

Richtlinie 5, 6

S

schöpferisches Erleben 10

schöpferisches Handeln 10, 18

Schuld 13, 18

Seelenresonanz 10

Sein, Existenzweise des 16

Sein, Geschöpf- 17

Selbst 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 20
Selbst, falsches 20
Selbst, wahres 20
Selbstdistanz 5, 15
Selbsterkenntnis 15
Selbstreferenz 19
Selbstresonanz 19
Selbstsein 17
Selbst-Werdung 20
selbstwirksam 9, 17
Selfness 3, 4, 7, 9, 11, 14, 15, 17, 20
seltsame Schleife 10
Sender 10
Sinn 14
Sinnhaftigkeit 3, 4
Spaltung 13
Spiritualität 5, 17
Spirituelle Abkürzung 5
sublimiert 13
Sucht 18
Sünde 18

T

Tat 2, 7, 14
Täter 7
Teil 3, 17
Therapie 19
Toleranz 2, 4
Transzendenz 17
Trigger 13

U

Übergangsobjekt 10
Überkompensation 20
Unabhängigkeit 6, 12
Unerträgliches 13

V

Verdrängung 13
Verschieben 13

W

wahrhaftig 19, 20
Wahrheit 18
Weisheit 5, 16
Wellness 4
Welt 4, 5, 10, 13, 16
Weltanschauung 8
Weltbild 8, 15
Wert 18
Werte 5, 6, 11, 13
Werte, Affinitäts- 5
Werte, egozentrische 5
Werte, Synthese- 5
Wirklichkeit 4
Wirksamkeit 4, 16, 17
Wissen 3, 17
Wohlbefinden 4
Würde 3, 4, 18

Z

ZeitRaum 2
Zugehörigkeit 6

Literaturverzeichnis

- Battegay, R. (1972²). *Der Mensch in der Gruppe* (Bd. III). Bern-Stuttgart: Hans Huber.
- Bauer, J. (2007¹⁰). *Das Gedächtnis des Körpers: wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern*. München: Piper.
- Bauer, J. (2005⁷). *Warum ich fühle, Was Du fühlst*. Hamburg: Hoffmann&Campe.
- Bengelsdorf, Carolin (2010), *Kontext menschlicher Entwicklung (Uri Bronfenbrenner)*, München/Ravensburg, Grin
- Bergmann, W. (2005). *Gute Autorität*. Weinheim-Basel: Beltz.
- Bowlby, John (2006), *Bindung*, München, E. Reinhardt
- Bowlby, John (2006), *Trennung*, München, E. Reinhardt
- Bowlby, John (2006), *Verlust*, München, E. Reinhardt
- Bottequin, J.-M. (kein Datum). *schottenforum*. Abgerufen am 2009 von www.schottenforum.de/resources/Alte+und+neue+H%C3%B6flichkeit.pdf
- Bronfenbrenner, Urie (1993⁵⁰⁰⁰), *Die Ökologie der menschlichen Entwicklung*, Frankfurt a. Main, Fischer
- Capra, F. (1985). *Wendezeit*. Bern-München-Wien: Scherz.
- Caruso, I. A. (1976). *Narzißmus und Sozialisation*. Stuttgart: Bonz.
- Castaneda, C. (1977/3). *Reise nach Ixtlan*. Frankfurt a.M.: Fischer.
- Cieslak, Hanna (2007), *Zur „Feldtheorie“ von Kurt Lewin*, München/Ravensburg, Grin
- Ciampi, L. (1982). *Affektlogik*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Ciampi, L. (1988), *Außenwelt – Innenwelt*, Göttingen, Vandenhoeck&Ruprecht
- Cohn, R. C. (1975). *Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion*. Stuttgart: E. Klett.
- Dürkheim, K. G. (1972/4). *Der Alltag als Übung*. Bern-Stuttgart: H. Huber.
- Dürkheim, K. G. (1978/3). *Zen und Wir*. Frankfurt a.M.: Fischer.
- Eibach, U. (2006). *Gott im Gehirn? Ich - eine Illusion?* Wuppertal: R. Brockhaus.
- Einstein, A. (1977). *Mein Weltbild*. Frankfurt a.M.-Berlin-Wien: Ullstein.
- Fliedl, R., & Krafft-Ebing, I. (1999). Tiefenpsychologische Wurzeln und Aspekte der Methode - Psychoanalytische Tradition. In M. Majce-Egger (Hrsg.), *Gruppentherapie und Gruppendynamik - Dynamische Gruppenpsychotherapie*. Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Fromm, E. (2006/4). *Authentisch leben*. Freiburg i.B.: Herder.
- Fromm, E. (1972/5). *Die Furcht vor der Freiheit*. Frankfurt a.M.: Europäische Verlagsanstalt.
- Fromm, E. (1979/11). *Haben oder Sein*. Stuttgart: DVA.
- Fromm, E., Suzuki, D.T. & Martino, R.d. (1972). *Zen-Buddhismus und Psychoanalyse*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Fuchs, H., & Huber, A. (2007). *Selfness - Nehmen Sie Ihr Leben in die Hand*. München: dtv.
- Gasset, J. O. (1962). *Der Mensch und die Leute*. Stuttgart: dva.
- Goudie, A. (1994), *Mensch und Umwelt*. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Harris, T.A. & Harris, A.B. (2007), *Ich bin o.k. Du bist o.k. - Einmal o.k. Immer o.k.* Reinbeck: rororo 62286.
- Hawking, S. (2004³). *Das Universum in der Nußschale*. Hamburg: Hoffmann&Campe.
- Hawking, S. (2006/2007). *Eine kurze Geschichte der Zeit*. Hamburg: Spiegel-Edition.
- Hellbrück, J., & Fischer, M. (1999). *Umweltpsychologie - Ein Lehrbuch*. Göttingen: Hogrefe.
- Herbold, Willy/Sachsse (2008), *Das sogenannte Innere Kind*, Stuttgart, Schattauer
- Herrigel, E. (1958⁴). *Der ZEN-Weg*. München: O.-W. Barth.
- Herrigel, E. (1973¹⁶). *ZEN in der Kunst des Bogenschiessens*. München: O.-W. Barth
- Höck, Kurt (9/1981), *Dynamische Gruppenpsychotherapie in Theorie, Forschung und Ausbildung*, Berlin, Sonderheft HDG (ISSN 0138-1040)

- Hofstadter, D.R. (1985⁵), *Gödel, Escher, Bach - ein Endlos Geflochtenes Band*, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hofstätter, P. R. (1973¹⁶), *Gruppendynamik*. Hamburg: Rowohlt.
- Hohm, Hans-Jürgen (2000), *Soziale Systeme, Kommunikation, Mensch*, Weinheim-München, Juventa
- Homburg, A., & Matthies, E. (1998). *Umweltpsychologie, Umweltkrise, Gesellschaft und Individuum*. München: Juventa.
- Horx, M. (2005), *Der Selfness Trend - Was kommt nach Wellness*. Kelkheim: Zukunftsinstitut.
- Ittelson, W. H., Prohansky, H. M., Rivlin, L. G., & Winkel, G. H. (1977). *Einführung in die Umweltpsychologie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Jochum, Rene (2002), *Umweltpsychologie – Kurt Lewins Feldtheorie und Roger Barkers Behavior Setting-Konzept*, München/Ravensburg, Grin
- Jung, C. G. (1972). *Typologie*. Olten-Freiburg i. Breisgau: Studienausgabe bei Walter.
- Kaminski, G. (Hrsg.). (1976). *Umweltpsychologie*. Stuttgart: Klett.
- Kant, I. (1975). 1. Aufklärung. In W. Weischedel, *Kantbrevier*. Frankfurt a.M.: Insel.
- Kant, I. (1975). 2. Das Sittengesetz. In W. Weischedel, *Kant-Brevier*. Frankfurt a.M.: Insel.
- Kant, I. (1975). 3. Freiheit, Gewissen, Würde des Menschen. In W. Weischedel, *Kantbrevier*. Frankfurt a.M.: Insel.
- Katz, David (1969), *Gestaltpsychologie*, Basel, Schwabe
- Kegel, B. (2009). *Epigenetik: Wie Erfahrungen vererbt werden*. Köln: DuMont.
- Knoblauch, J. W., Hüger, J., & Mockler, M. (2007⁵). *Dem Leben eine Richtung geben*. Frankfurt a.M.: Campus.
- Knoblauch, J. W., Hüger, J., & Mockler, M. (2007⁵). *Ein Meer an Zeit*. Frankfurt a.M.: Campus
- Koffka, Kurt (2008), *Zu den Grundlagen der Gestaltpsychologie*, Wien, Kramer Vlg.
- König, Eckard-Volmer, Gerda (1993), *Systemische Organisationsberatung*, Weinheim, Dtsch. Studien V.
- Kruse, L., Graumann, C.-F., & Lantermann, E.-D. (Hrsg.). (1996²). *Ökologische Psychologie - Ein Handbuch in Schlüsselbegriffen*. Weinheim: PVU.
- Laborde, G. Z. (1992²). *Kompetenz und Integrität*. Paderborn: Junfermann.
- Laotse. (1972). *Tao te king*. Düsseldorf-Köln: Diederichs.
- Lasch, C. (1995). *Das Zeitalter des Narzißmus*. Hamburg: Campe.
- Lersch, P., & Thomae, H. (Hrsg.). (1960²). *Persönlichkeitsforschung und Persönlichkeitstheorie*. Göttingen: Hogrefe.
- Lipton, B. (2006). *Intelligente Zellen - wie Erfahrungen unsere Gene steuern*. Burgrain: Koha.
- Lück, Helmut E. (1996), *Kurt Lewin*, Weinheim, Beltz
- Magris, C. (2004). *Die Welt en gros und en détail*. München: dtv
- Marrow, Alfred J. (2002), *Kurt Lewin – Leben und Werk*, Weinheim-Basel, Beltz
- Masterson, J. F. (1993²). *Die Sehnsucht nach dem wahren Selbst*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1990). *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln des menschlichen Erkennens*. München: Goldmann.
- Merleau-Ponty, M. (1966). *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Berlin: W. de Gruyter.
- Metzger, W. (1949), *Die Grundlagen der Erziehung zu schöpferischen Freiheit*. Frankfurt a.M.: Waldemar Kramer.
- Miketta, G. (1992²), *Netzwerk Mensch - Psychoneuroimmunologie*. Stuttgart: Trias.
- Miller, A. (1994²), *Abbruch der Schweigemauer*. Hamburg: Campe.
- Miller, A. (2005), *Die Revolte des Körpers*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Müller, W. (2007), *Wenn der Geist die Seele berührt*. Ostfildern: Grünewald.
- Neill, A.S. (1985). *das prinzip summerhill: fragen und antworten*. Reinbek b.Hamburg: Rowohlt.
- Neill, A.S. (2007⁴⁷), *theorie und praxis der antiautoritären erziehung*. Reinbek b.Hamburg: Rowohlt.
- Nestele, K. (1987/2), *Die Neue Höflichkeit*. München: Ariston.
- O'Neill, N., & O'Neill, G. (1972/2). *Die offene Ehe*. Bern-München-Wien: Scherz.
- Oschman, J. L. (2006). *Energiemedizin*. München-Jena: Urban&Fischer.
- Perls, Fritz (1979³). *Grundlagen der Gestalttherapie*. München: Pfeiffer.
- Pechtl, W. (1999). Persönlichkeit, Gruppe, Organisation. In M. Majce-Egger (Hrsg.),

- Gruppentherapie und Gruppendynamik - Dynamische Gruppenpsychotherapie*. Wien: fakultas-Univ.-Verl.
- Peichl, J. (2007). *Die inneren Traumalandschaften*. Stuttgart: Schattauer.
- Plassmann, R. (2007). *Die Kunst des Lassens*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Popp, F.-A. (2006³). *Biophotonen - Neue Horizonte in der Medizin*. Stuttgart: Haug.
- Rapoport, A. (1972). *Bedeutungslehre - Eine semantische Kritik*. Darmstadt: Verlag Darmstädter Blätter.
- Riemann, F. (1975⁹). *Grundformen der Angst*. München: E. Reinhardt.
- Rubinstein, S. L. (1977⁹). *Grundlagen der Allgemeinen Psychologie*. Berlin: Volk und Wissen.
- Ruppert, F. (2004²). *Verwirrte Seelen*. München: Kösel.
- Ryle, G. (1969). *Der Begriff des Geistes*. Stuttgart: Reclam.
- Satir, Virginia (1992³). *Kommunikation - Selbstwert - Kongruenz*. Paderborn: Junfermann
- Shazer, Steve de (2010¹¹). *Der Dreh*, Heidelberg, Carl-Auer
- Shazer, Steve de (2010¹⁰). *Wege der erfolgreichen Kurztherapie*, Stuttgart, Klett-Cotta
- Schindler, R. (1999). *Rangdynamik in Anwendung*, In M. Majce-Egger (Hrsg.), *Gruppentherapie und Gruppendynamik - Dynamische Gruppenpsychotherapie*. Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Schmid, Bernd (1994). *Wo ist der Wind, wenn er nicht weht?*, Paderborn, Junfermann
- Schmidt-Salomon, M. (2006²). *Manifest des Evolutionären Humanismus - Plädoyer für eine zeitgemäße Leitkultur*. Aschaffenburg: Alibri.
- Schlippe, Arist v.-Kriz, Willy Ch. (2004). *Personenzentrierung und Systemtheorie*, Göttingen, Vandenhoeck&Ruprecht
- Schwäbisch, Lutz/Siems, Martin (2000^x). *Anleitung zum sozialen Lernen für Paare, Gruppen und Erzieher*, Reinbeck bei Hamburg, Rowohlt,
- Simon, Fritz B. (2007²). *Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus*, Heidelberg, Carl-Auer
- Spork, P. (2009). *Der Zweite Code _ Epigenetik-oder wie wir unser Erbgut steuern können*, Reinbek bei Hamburg, Rowohlt
- Stemmerger, Gerhard (2002). *Psychische Störungen im Ich-Welt-Verhältnis*, Wien, Krammer
- Thun, Friedemann Schulz v. (1993). *Miteinander reden (Bd.I+II)*. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt.
- Watkins John G./Watkins Helen H. (2003). *Ego-States-Theorie+Therapie*, Heidelberg, Carl-Auer
- Watzlawick, P. (1976). *Wie wirklich ist die Wirklichkeit*, München, Piper
- Watzlawick, P. (2008²). *Wenn du mich wirklich liebtest, würdest du gern Knoblauch essen*, München, Piper
- Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1974⁴). *Menschliche Kommunikation*. Paderborn: Junfermann.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H. & Fisch, R. (1979²). *Lösungen*. Bern-Stuttgart-Wien: Hans Huber.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H. (1980). *Interaktion*, Bern, H. Huber
- Wieser, W. (2007). *Gehirn und Genom: ein neues Drehbuch für die Evolution*. München: C.H.Beck.
- Winnicott, D. W. (1997⁹). *Vom Spiel zur Kreativität*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Yalom, Irvin D. (1989). *Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie*, München, Pfeiffer
- Yalom, Irvin D. (2005⁴). *Existenzielle Psychotherapie*, Bergisch Gladbach, EHP