

Theodor Itten, Ron Roberts
Politik der Erfahrung

Forum Psychosozial

Theodor Itten, Ron Roberts

Politik der Erfahrung

**Kritische Überlegungen zur Entwicklung
von Psychologie und Psychotherapie**

Übersetzung aus dem Englischen von Dörte Fuchs

Psychosozial-Verlag

Titel der englischen Originalausgabe:
»The New Politics of Experience and The Bitter Herbs«
© Theodor Itten und Ron Roberts, 2014
This translation of »The New Politics of Experience and The Bitter Herbs«
is published by arrangement with PCCS Books, Monmouth, UK

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

Deutsche Erstausgabe
© 2016 Psychosozial-Verlag
Walltorstr. 10, D-35390 Gießen
Fon: 06 41 - 96 99 78 - 18; Fax: 06 41 - 96 99 78 - 19
E-Mail: info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © Raphael Grischa, Monkey on Your Back, 2016
Umschlaggestaltung & Innenlayout nach Entwürfen von
Hanspeter Ludwig, Wetzlar
www.imaginary-world.de
Satz: metiTEC-Software, me-ti GmbH, Berlin
ISBN 978-3-8379-2537-1

Inhalt

Vorwort	11
Dank	19
<i>Teil 1: Erfahrung</i>	
Kapitel 1 Anfänge	25
Kapitel 2 Woher wir kommen: Ursprünge und Sichtweisen	41
Kapitel 3 Was tun wir in der Psychotherapie?	65
Kapitel 4 Spielen: Theorie und Praxis	87
Kapitel 5 Therapeutisches Mitgefühl	109

Teil 2: Methode

Kapitel 6 Geistige Gesundheit, Gedächtnis und Gesellschaft	133
--	-----

Kapitel 7 Feminismus, Wahnsinn und Familie	161
--	-----

Kapitel 8 Erinnerungspolitik: Feldnotizen eines urbanen Anthropologen	183
---	-----

Teil 3: Wahrheit

Kapitel 9 Die Politik der Wahrhaftigkeit in der Psychotherapie	211
--	-----

Kapitel 10 Psychologie: Individuen, Moral und Ideologie	241
---	-----

Kapitel 11 Die neue Politik der Erfahrung	263
---	-----

Kapitel 12 Wie soll es weitergehen?	279
---	-----

Die bitteren Kräuter	303
-----------------------------	-----

Literatur	309
------------------	-----

Personenregister	329
-------------------------	-----

Beteiligte Personen	335
----------------------------	-----

*Für Evelyne (T. I.)
und
Svetlana, Merry, Wandia und Subi (R. R.)*

Es ist möglich, dass wir am Rande einer Ära leben, in der die akzeptierten kulturellen Mythen des Spätkapitalismus und des technologischen und digitalen Fortschritts nicht länger für uns arbeiten. Wir stehen an der Schwelle zu einem Paradigmenwechsel, und um ihn zu antizipieren, müssen wir unseren Horizont erweitern.

Svetlana Boym

Es liegt keine Leidenschaft darin, sein Potenzial zu vergeuden – ein Leben zu leben, das nicht an das heranreicht, das wir leben könnten.

Nelson Mandela

Erst wenn das Volk vor deiner Macht nicht bangt,
Hast du die größte Macht erlangt.
Enge nicht ein, worauf sie wohnen!
Mache nicht mühsam, wovon sie leben!
Wohl, nur wenn du sie nicht mühst,
Werden sie deiner nicht müde.

Lao-tse

Vorwort

Die moderne akademische und experimentelle Psychologie ist weitgehend eine Wissenschaft, in der entfremdete Forscher mit entfremdeten und entfremdenden Methoden entfremdete Menschen untersuchen.

Fromm (1972, S. 146)

Ich war immer der Ansicht, dass Psychologie sich im Schreiben fortsetzen müsse. Also war eine der Fragen, die ich mir stellte: Wie schreibt man Psychologie? Nun, man sollte so schreiben, dass es die Seele berührt, sonst ist es keine Psychologie. Das Geschriebene muss so bewegend sein wie die Erfahrung, das heißt, es muss vielerlei Metaphern und Absurditäten und andere Dinge enthalten, die zum Leben gehören. Andernfalls verfasst man vielleicht eine akademische oder wissenschaftliche Abhandlung, doch das ist keine Psychologie mehr.

Hillman & Shamdasani (2013, S. 200)

Erfahrungen sind subjektive Tatsachen. Sie ernen uns und verleihen uns Präsenz inmitten der Stürme des Schicksals, in die wir alle auf die eine oder andere Weise psychisch verwickelt sind. Vieles von dem, was heute im Namen der Psychotherapie und der Psychologie geschieht, ist von niederen, oberflächlichen und kommerziellen Motiven geleitet. Theorien über die *conditio humana* folgen allzu häufig ideologischen Moden, die in einem Zeitalter des »Terrors« ohne Weiteres als biologische und ökonomisch-korporative Fundamentalismen bezeichnet werden können. Dieses toxische Gemisch verhext nicht nur die Allgemeinheit, es macht auch aus professionellen Psychologinnen und Psychologen Sklaven der Epistemologie (und zunehmend auch des Kommerzes).

Nach allgemeiner Auffassung ist die Psychologie noch immer eine junge Wissenschaft. Als Kennzeichen jeder Wissenschaft gilt, dass altes Wissen ir-

gendwann durch neues ersetzt wird und Tatsachenirrtümer und Fehlschlüsse durch einen Zuwachs an Weisheit, durch methodische Fortschritte und anerkannte Fakten korrigiert werden. Anders als die traditionellen Wissenschaften Physik, Chemie und Biologie hat sich die Psychologie jedoch nicht auf diese Weise weiterentwickelt, denn sie ist keine Naturwissenschaft und wird auch nie eine sein. Wie die Wirtschaftswissenschaft, ihre Komplizin in Sachen Pseudowissenschaft, ignoriert sie weiterhin »empirische Daten, die den Mainstream-Theorien widersprechen, zugunsten von »allzu theoretischem Unsinn«¹ und übergeht geflissentlich die Erkenntnisse früherer Denker, die über das menschliche Sein nachgedacht haben. In ihrer Fixierung auf quantitative Methoden und technische Verfahren zur Sichtbarmachung der Gehirnaktivität geben sich die Psychologinnen und Psychologen der Hoffnung hin, der Rückgriff auf diese Methoden werde schon irgendwie über den allgemeinen Bankrott der Ideen hinwegtäuschen und die Reputation der Psychologie als *Bona-fide*-Wissenschaft steigern. Ungeachtet des Interesses am Bewusstsein als dem größten noch unge lösten Rätsel gibt es kaum Bestrebungen, von jenen zu lernen, die sich gründlich mit dem Wesen der menschlichen Erfahrung auseinandergesetzt haben. Marx griff, wie Fromm ausführt, »die herrschende Meinung« an, »gemäß der das Bewußtsein das letzte Gegebene und die Qualität alles psychischen Geschehens ist« (Fromm, 1972, S. 159). Seine Auffassung, dass das Bewusstsein das Produkt gesellschaftlicher Lebenspraxis und an ein bestimmtes System sozioökonomischer Beziehungen gebunden sei, hat unter kritischen Sozialpsychologinnen und -psychologen wachsende Zustimmung gefunden, wird jedoch von der großen Mehrheit, die sich an die vertrockneten Früchte des Positivismus hält, nach wie vor ignoriert. Die Behauptung, die Psychologie sei eine Naturwissenschaft wie jede andere, kann nur aufrechterhalten werden, wenn man solches Wissen unterdrückt.

In diesem Buch untersuchen wir, wie es zu dieser Situation – der heimlichen Politisierung der Erfahrung und dem Verkauf von Wissen an den Meistbietenden – gekommen ist, weshalb diese Entwicklung ungebremst fortschreitet und in wessen Interesse dies geschieht. Zu den Folgen dieser Entwicklung gehört, dass auch die Stimme, mit der wir unser Verständnis vom Menschsein zur Sprache bringen – sei es in der therapeutischen Begegnung selbst, in der Reflexion darüber oder in der dazugehörigen Theorie –, vom Hunger der Psychologie nach Status, Macht und Kontrolle infiziert wird – alles unter dem Deckmantel vermeintlicher

1 Adam Posen, Leiter des Peterson Institute for International Economics, eines Thinktanks mit Sitz in Washington (zit. nach Inman, 2013).

Neutralität und Objektivität. Dies hat dazu geführt, dass die Beziehung zwischen der praktischen und der akademischen Seite unserer Disziplin zutiefst problematisch geworden ist. Selten, wenn überhaupt, kommunizieren beide Seiten in einem gemeinsamen menschlichen Bezugsrahmen miteinander, und ebenso selten wird diese Problematik auch nur eingestanden. Ungeachtet aller Bestrebungen der klinischen Psychologie, wissenschaftliche Praktikerinnen und Praktiker hervorzuheben, gibt es heute kaum noch Schnittmengen zwischen dem Publikum des psychotherapeutischen und dem des universitären Diskurses. Der Ansatz, den wir gewählt haben, um Klarheit in diese Zusammenhänge zu bringen, ist analytisch, historisch, persönlich und empirisch. Mit unserem Versuch, diesen Graben zu überbrücken, wollen wir zu einer *Politik der Erfahrung* zurückkehren – auf eine neue und frische Weise, indem wir die Wissenschaft der Seele gewissermaßen verfremden. Damit folgen wir Svetlana Boyms Einladung, ein Spektrum kreativer und menschlicher Möglichkeiten zu inszenieren, die unser Dasein bereichern können. Die Verfremdung *für* die Welt wirkt daher befreiend – sie haucht den Möglichkeiten des Seins neues Leben ein und lässt die Vorstellung des »ganz gewöhnlichen Wunderbaren« (Boym, 2005, S. 583) wiederauferstehen. Ursprünglich eine künstlerische Technik, ist Verfremdung zu einer existenziellen Kunst und Praxis der Freiheit geworden, die die große Bedeutung der Erneuerung und des Neuanfangs in unserem Leben unterstreicht und Möglichkeiten des Widerstands unterstützt.

Unsere neue *Politik der Erfahrung* sollte, so glauben wir, mit unserer eigenen Erfahrung beginnen, und zwar sowohl in unserem jeweiligen Lebensumfeld als auch in unserer psychotherapeutischen bzw. universitären Praxis. Auf diese Weise möchten wir nicht nur die beiden bislang getrennten Diskurse zusammenführen, sondern auch unser berufliches mit unserem persönlichen Leben verknüpfen. Von dort aus begeben wir uns auf eine praktische und theoretische Reise, die unter dem Primat der Erfahrung steht. Damit verbinden wir die Hoffnung, dass sich die Psychologie eines Tages von der Entfremdung, die sie heimgesucht hat, befreien wird. Auf dieser persönlichen (und interpersonellen) Grundlage und geprägt und inspiriert von unserer täglichen Arbeit untersuchen wir Bewegungen, die Menschen in den Systemen der psychosozialen Gesundheitsversorgung und der psychologischen Ausbildung stärken und die Entwicklung von Resilienz sowie geistige und emotionale Selbstverteidigungskompetenz fördern. Was hilft Menschen innerhalb und außerhalb der Psychotherapie, sich selbst zu helfen und zu einer kontinuierlichen Praxis des Gewahrseins und der Sorge für das eigene Wohlbefinden zu finden? Zugleich reflektieren wir immer wieder über das Wohlbefinden und die Gesundheit unserer Professionen: Worin besteht heute

das Versprechen einer gründlichen, schonungslosen Re-Vision der Psychotherapie und der Psychologie?

Was genau erwartet Sie also auf den folgenden Seiten? In den ersten Kapiteln reflektieren wir unsere eigenen Ursprünge und Sichtweisen sowie die Grundannahmen, von denen sich die Disziplinen der Psychologie und der Psychotherapie leiten lassen. Aus unserer jeweiligen persönlichen und beruflichen Geschichte bringen wir Erfahrungen, Vorstellungen und Sichtweisen mit, die mit der beruflichen Tradition, in der wir uns bewegen, verbunden (oder von ihr abgekoppelt) sind. Deshalb untersuchen wir, wie Lehrtherapie bzw. -analyse und Selbsterfahrungspraxis die Haltungen beeinflussen, die wir in unserem beruflichen Kontext einnehmen. Als Menschen, die ihre Profession schätzen und sich ihr mit Freude und Engagement widmen, setzen wir uns mit der Frage auseinander, wie das Persönliche unsere beruflichen Gewohnheiten beeinflusst und vice versa. Ausgehend von dem Standpunkt, dass Erfahrung die Grundlage jeder Theorie ist, versuchen wir die Kernerfahrungen, -praktiken und -annahmen freizulegen, die in die vielfältigen Ansätze einfließen, denen wir als Psychologinnen und Psychologen, Psychotherapeutinnen und -therapeuten folgen. Indem wir das in den Blick nehmen, was wir tatsächlich tun und getan haben, möchten wir so genau wie möglich zeigen, wie Reflexivität in der Praxis funktioniert, statt ihre keimfreie akademische Version zu präsentieren. Daraus folgt notwendigerweise, dass wir mit (mindestens) zwei Stimmen sprechen und uns gelegentlich auch unterschiedlicher Stile und Sprechweisen bedienen. Das ist beim Überqueren der vielen Gräben zwischen Theorie, Methode, Praxis und Erfahrung unvermeidlich. Während wir so zwischen Beschreibung und Analyse, Erfahrung und Reflexion hin und her tanzen, werden die unterschiedlichen Level von Harmonie und Disharmonie im Verhältnis von Praxis und Theorie immer wieder ins Spiel kommen. Manchmal sind es auch die Lebenstraumata, die uns mit verschiedenen Stimmen sprechen lassen, in denen sich unterschiedliche Pläne, Lebensgeschichten und -ziele verkörpern. Anders als vieles, was sich als Psychologie ausgibt, will unser Ansatz nichts erfinden, nicht lügen oder täuschen. Was Sie in diesem Buch finden, entspricht also unserer aufrichtigen Überzeugung und unserem derzeitigen Wissensstand. Es ist ebenso ein Dialog zwischen uns beiden wie ein Gespräch mit Ihnen, unseren Leserinnen und Lesern. Ronald D. Laing hat nie eine befriedigende Antwort auf die Frage gefunden, wie es der Psychologie in der Praxis wie in der Theorie gelingen kann, vollkommen menschlich zu bleiben und die Depersonalisierung, Entfremdung und Mystifizierung ihres Gegenstands zu vermeiden. Dieses Buch ist unser Versuch, die Diskussion ein Stück voranzubringen. Dabei ist und bleibt unser »Gegenstand« stets das menschliche »Wir«.

Das fünfte Kapitel, »Therapeutisches Mitgefühl«, basiert auf Theodor Itten's Erfahrungen und erörtert die Rollen von Intuition und Wissenschaft in der Psychotherapie unter Einbeziehung von R. D. Laings unvollendet gebliebenem Werk und den in über 30 Jahren therapeutischer Praxis gewonnenen Erfahrungen. Hier werden tiefer gehende Fragen im Kontext von »Selbst« und »Anderen« beleuchtet.

In der Mitte des Buchs wenden wir uns Laings Werk zu. Marx' Erkenntnisse fanden in Laings und Estersons Familienstudien Anwendung auf das psychische Leben. In Kapitel 6 untersuchen wir zunächst die Relevanz dieser Studien für das Verständnis bestimmter Formen des sozialen und des kollektiven Gedächtnisses. Darauf aufbauend, richten wir unsere Aufmerksamkeit auf die intergenerationelle Weitergabe einer umfassenderen Form des Gedächtnisses, in der wir Erinnerungen an kollektives Verhalten über Generationen hinweg speichern, erneut durchleben und re-präsentieren. Indem es das Erbe der Geschichte aus der Perspektive psychoanalytischer Einsichten betrachtet, enthüllt dieses Kapitel das Wesen unserer fragmentierten subjektiven Realität im frühen 21. Jahrhundert. In Kapitel 7 reflektieren wir Laings und Estersons meisterhafte Studie über elf Frauen mit einer psychiatrischen Vorgeschichte inmitten ihrer verworrenen familiären Situation (Laing und Esterson präsentierten eine Auswahl aus ursprünglich über hundert untersuchten Familien). Eine kritische Relektüre der Dynamiken weiblicher Macht, wie sie sich in dieser Studie zeigen, schließt das Kapitel ab.

Kapitel 8 mit dem Titel »Erinnerungspolitik: Feldnotizen eines urbanen Anthropologen« ist eine Sammlung merkwürdiger Geschichten aus dem urbanen akademischen Dschungel, zusammengestellt von Ron Roberts. Sie handeln von Mord, Korruption, Politik und Gedankenkontrolle in den Elfenbeintürmen und zeigen nicht nur, dass Wahrheit zuweilen bizarrer sein kann als jede Fiktion, sondern auch, warum »Fiktion« als solche wesentlich ist, wenn wir die Tatsachen unseres Lebens verstehen wollen, und wie es dazu kommt, dass Fiktion zu einem Teil der Realität wurde und untrennbar mit ihr verbunden ist. Dieses Kapitel soll unsere Leserinnen und Leser daran erinnern, dass unzählige Geschichten unseres gelebten realen Lebens in unseren Werken eine Ausdrucksmöglichkeit finden – bewusst, wie wir hoffen.

Kapitel 9 trägt die Überschrift »Die Politik der Wahrhaftigkeit in der Psychotherapie« – so sollte ursprünglich ein noch gemeinsam mit Laing geplantes und nicht mehr verwirklichtes Buch heißen. Hier reflektiert Theodor Itten über die heilenden und die emanzipatorischen Aspekte der Psychotherapie als die beiden Seiten jeder Wahrheit im Prozess und in der Praxis des Heilens. Ziel die-

ses Kapitels ist, Laings Untersuchungen zur Politik der Familie zu erweitern, Forschungswissen sowohl auf der Wissenschaft als auch auf der Erfahrung der Psychotherapie aufzubauen und so neue Variationen über die allgegenwärtige Problematik zu entwickeln, auf welche Weise die Geschichten der Psychotherapeutinnen und -therapeuten das Leben anderer ansprechen.²

Wie es sich für einen Autor geziemt, der an einer Universität arbeitet, enthält das von Ron Roberts geschriebene Kapitel 10 – »Psychologie: Individuen, Moral und Ideologie« – eine gründliche und kritische Auseinandersetzung mit der Politik und den Grenzen eines methodischen Individualismus in der Psychologie. Wir sind nicht die Ersten, die die Erhebung des Individuums in den Status eines Halbgotts in unserer Disziplin mit großer Skepsis betrachten. So präsentierte Throop (2009) eine provozierende Forschungsstudie über die nordamerikanische Kultur, die ihrer Meinung nach von der Sprache der Psychotherapie und einer kolonialen Verpflichtung auf einen Hyperindividualismus dominiert ist, in dem die Psychotherapie und ihre Sprachspiele als Allheilmittel für gesellschaftliche Probleme eingesetzt werden. Der Kampf zwischen dem Persönlichen und dem Sozialen in der Psychologie und ihre Beziehung zu staatlichen Interessen bilden den Schwerpunkt dieses Kapitels.

In Kapitel 11 führen wir unsere Erkenntnisse zusammen und geben so einen Überblick über die »neue Politik der Erfahrung«. Außerdem stellen wir einige dringliche Fragen zum Wesen der psychologischen und der psychotherapeutischen Praxis. Wenn wir in unserem Verständnis der *conditio humana* tatsächlich so weit fortgeschritten sind, sollte es uns allen dann nicht inzwischen gut gehen? Wie passt die gegenwärtige Arbeit professioneller Psychotherapeutinnen und -therapeuten und Psychologinnen und Psychologen zu der Erfahrung von Patientinnen und Patienten und anderen Nutzerinnen und Nutzern des psychosozialen Gesundheitssystems? Wie erklärt sich das ständige Bedürfnis der Expertinnen und Experten nach immer neuen Ansätzen und Techniken? Spiegelt sich darin möglicherweise eine innere Kritik an den eigenen beruflichen Kompetenzen? Verschiedene neue Bewegungen, die sich die Förderung von Empowerment, Resilienz und Wohlbefinden sowohl für Patientinnen und Patienten als auch für Psychologinnen und Psychologen sowie Psychotherapeutinnen und -therapeutinnen auf die Fahnen geschrieben haben, werden kritisch beleuchtet. Hier behandeln wir subjektive Erfahrungen als evidenzbasiert und reflektieren über das, was daraus gelernt wurde.

2 Hillman (1986) erkundet, inwiefern Fallgeschichten ein Mittel sein können, die Heilung zu »erfinden«.

Mit diesem Buch laden wir unsere Kolleginnen und Kollegen in den Therapiepraxen und Elfenbeintürmen herzlich dazu ein, reinen Tisch zu machen und sich an der Neubelebung eines Unterfangens zu beteiligen, das immer eine Suche nach Wahrheit war und sein wird – sowohl in Hinblick auf formales Wissen als auch im Hinblick auf die Natur der menschlichen Erfahrung. Für uns ist diese Suche eine Reise, die uns tief in das Wirken unseres Selbst hinein- und wieder hinausführt. Manche haben diesen Weg als »Seelenbildung« bezeichnet, andere als »das Schattensystem anrufen und ihm zuhören« (so haben unsere Altvorden das Unbewusste und das kollektive Unbewusste genannt). Wir nennen ihn die »neue Politik der Erfahrung« – eine so weit irgend möglich tabulose Reise in das professionelle, persönliche und kollektive Unbewusste. Diese möchten wir dem üblichen, in akademischen Jargon gewandeten Unsinn gegenüberstellen, den verhaltenswissenschaftliche Journale im Interesse des superspätkapitalistischen Monsters regelmäßig in die Welt setzen. Psychologie und Psychotherapie sind zwei unabhängige und doch miteinander verbundene Humanwissenschaften. Es scheint (zumindest uns), als hätten sich die »Psy«-Professionen, die sich immer größerer öffentlicher Bewunderung und Unterstützung vonseiten der Wirtschaft erfreuen, in einem Netz eitler Selbstzufriedenheit verfangen. Dies ist ein gefährlicher Moment für uns alle. Wir rufen dazu auf, diese selbstgefällige Ruhe zu stören – aufzuschrecken, zu beunruhigen, aufzuklären, zu informieren und vielleicht auch zu verärgern, um eine frische, neue Erzählung über unsere Erfahrung in dieser Welt entstehen zu lassen. Es ist ein Abenteuer, unerforschtes berufliches Terrain zu erkunden und zu dem uns abhandengekommenen Thema der Seele zurückzufinden. Wo kluge akademische Köpfe furchtsam zurückweichen, haben Romanciers eine Welt aus unseren Gefühlen und für unsere Gefühle geschaffen. Wir laden Sie ein, sich der »Rebellionsbewegung gegen die Enthumanisierung des Menschen in der industriellen Gesellschaft« (P. Tillich, zit. nach Fromm, 1963, S. 51) anzuschließen.

Ihre Gedanken und Überlegungen sind uns sehr willkommen.

*Theodor Itten und Ron Roberts
St. Gallen und London, im Oktober 2015*

Dank

Ohne die niemals nachlassende Unterstützung meiner großartigen besten Freundin Merry hätte ich es in dieser Profession vermutlich nicht weit gebracht. Sie ist alles, was eine Freundin sein sollte – ermutigend, unterstützend, kritisch und ehrlich – und eine unermüdliche Kämpferin für Gerechtigkeit. Ich kann mich überaus glücklich schätzen, sie zu kennen. Auch ihre Töchter Wandia und Subira haben mein Leben sehr bereichert, mich vieles gelehrt und sind eine große Freude. Chris Hower, Ana Nikcevic und Anthony Esgate haben mich immer wieder zum Lachen gebracht und mir das Überleben in der kafkaesken Welt des heutigen Hochschulwesens erleichtert. Dank schulde ich auch Alice Comi für ihren Beitrag zu »Academics Anonymous« – und dafür, dass sie mich daran erinnert hat, wie wichtig es ist, dass wir Hochschullehrerinnen und -lehrer sowie -wissenschaftlerinnen und -wissenschaftler gut behandelt werden. Danken möchte ich außerdem all den Außenseiterinnen und Außenseitern – intellektuellen wie nichtintellektuellen – die mir im Laufe meines Lebens begegnet sind und mir auf welche Weise auch immer vermittelt haben, dass es in Ordnung ist, anders zu sein. Schließlich möchte ich an meine Freundin Svetlana Boym erinnern und ihr danken. Sie hat mich auf zahllose Weisen inspiriert und mein Verständnis und meine Wertschätzung für das Leben, die Liebe und das Rätsel Mensch vertieft. Die Welt ist ärmer seit ihrem Tod – und ich bin ein reicherer Mensch, weil ich sie gekannt habe.

Ron Roberts

Mein tief empfundener Dank gilt zuvorderst meiner geliebten Frau Evelyne Gottwalz-Itten – für ihre Liebe und Anteilnahme, Inspiration und Ermutigung ebenso wie für ihre klugen Anregungen und Erkenntnisse und ihre emotionale und intellektuelle Unterstützung. Herzlich danken möchte ich auch meinen langjährigen Freundinnen und Freunden – für ihre Bereitschaft, mir zuzuhören, ihre kritischen Gedanken, ihre unerschöpfliche Ermutigung und nicht zuletzt für ihre Weisheit des Herzens. Ihre Einblicke in meine Profession der heilenden Künste, ihre unterschiedlichen Weisen zu leben und sich für ein authentisches, gutes und weises Leben einzusetzen, sind für mich von unschätzbarem Wert. In diesem Sinne danke ich Michael Albers, Deirdre Bair, Klaus Beeler, Brian Evans, Hans Feurer, Ada Holl, Francis Huxley, Jürg Gassmann, Hazel Nash (†), Kurt Roth, Urs Ruckstuhl, Bernhard Schär, Rupert Sheldrake, Peter Schulthess, Emil Stutz, Rolf Vetterli, Birgit Voss und Karin Wallenczus. Ein sehr herzliches Dankeschön geht nicht zuletzt an meine erwachsenen Söhne Dimitrij, Anatol und Raphael – für ihre unerklärlich gute Laune und ihren lebendigen, liebevollen und durch und durch modernen Geist.

Theodor Itten

Unsere tiefe Wertschätzung und unser großer Dank gilt unserer Übersetzerin Dörte Fuchs für ihre virtuose Übertragung dieses Buches ins Deutsche. Bedanken möchten wir uns außerdem bei Christian T. Flierl, Lektor des Psychosozial-Verlags, der mutig genug war, unser Buch in sein Programm für kritische Psychologie und Psychotherapie aufzunehmen. Für ihr genaues und sorgfältiges Lektorat danken wir Jessica Vogt vom Psychosozial-Verlag. Ein großes Dankeschön geht auch an Raphael Grischa (Itten), der uns die Abbildung, die wir uns für den Umschlag gewünscht haben, unentgeltlich zur Verfügung stellte. Ebenso herzlich bedanken wir uns bei Herrn H. M. für sein großzügiges Übersetzungsstipendium – ein echtes Geschenk und keine Kleinigkeit.

Unser Dank gebührt außerdem Merry Cross in London und Thomas Redl in Wien, die unser Manuskript mit großer Sorgfalt gelesen und wichtige Verbesserungsvorschläge gemacht haben. Dank schulden wir auch Paul Jarvis, dem Leiter von Libri Publishing, der sich dieses Buch von uns wünschte, nachdem er *Rage* (Itten, 2011) publiziert hatte, und uns dann freundlicherweise erlaubte, zu einem auf psychologische Titel spezialisierten Verlag zu wechseln. Sehr zu schätzen wissen wir die grenzenlose Begeisterungsfähigkeit von Heather Allan bei PCCS Books, die uns in großartiger Weise unterstützt hat. Wir danken ihr und dem Rest des Teams von PCCS Books, insbesondere Kate Morris und Sandy Green, die

nicht nur unser Manuskript durch alle Stadien begleitet und in ein schönes Buch verwandelt haben, sondern auch einen im wahrsten Sinne des Wortes radikalen Geist in unserer Disziplin wahren und pflegen – in einer Zeit der intellektuellen und finanziellen Austerität keine geringe Leistung.

Theodor Itten und Ron Roberts

Teil 1: Erfahrung

Kapitel 1

Anfänge

Ist es so wenig,
sich an der Sonne erfreut zu haben,
im Frühling unbeschwert gewesen zu sein?
Matthew Arnold, The Hymn of Empedocles

Als wir Anfang der 1970er Jahre offiziell Bekanntschaft mit der Psychologie schlossen, waren die negativen Auswirkungen des Behaviorismus in sämtlichen Bereichen des Fachs zu spüren. Es war eine Art Metapsychologie, die keine echte Psychologie mehr beinhaltete, schließlich war die Psyche doch von Skinner und seinesgleichen für nicht der Aufmerksamkeit würdig befunden und fallengelassen worden. Auch wenn man dem Behaviorismus einen gewissen theoretischen Nutzen zubilligen mag, was die Erklärung konditionierten Verhaltens betrifft, war es für uns und unsere Mitstudierenden offensichtlich, dass er absolut nutzlos war, wenn es um tiefer gehende existenzielle Fragen ging und man sich darüber hinaus mit den Anforderungen des täglichen Lebens herumschlagen hatte. Wie sollte man über das unmittelbare Erleben hinaus einen Ansatzpunkt, einen Rahmen für all das finden?

Vermutlich kommen diese Fragen dem sehr nahe, was angehende Studierende der Heilkunst und -wissenschaft (Psychologie und Psychotherapie) zu vollbringen hoffen: etwas von praktischem Wert für die schwierige Aufgabe, ein gutes Leben zu leben. Wer diesen Disziplinen angehört und solche Fragen in sich lebendig halten konnte, kann sich glücklich schätzen – allzu oft werden solche Hoffnungen und Träume von einer anderen Art zu leben und »der Zeiten Spott und Geißel« und »des Mächt'gen Druck« (Shakespeare, 1995, *Hamlet*, 3. Akt, erste Szene) zu ertragen, unter dem fortwährenden Druck des heute vorherrschenden Szientismus zerrieben, der alles durchdringt, obwohl es ihm in keinsten Weise gelungen ist, ein Bild des Menschen zustande zu bringen, in dem wir uns wiedererkennen würden. Stattdessen gibt man uns »den Übermut der Ämter« (ebd.), überzieht uns mit medialen Attacken und professionell inszeniertem wissenschaftlichen Psychogeschwätz. Dennoch gelingt es den meisten Menschen,