

eigenen Leben zu erkennen oder für sich herzustellen, ist also sinnvoll.» Ob wir das, je einzeln und im Paar, in den Alltag hineinholen, gelingt je nachdem, wie frei wir die eigenen Fähigkeiten zum Glücklichen ausüben. Die gelebten Werte, welche in den eigenen Antworten auf Lebensfragen verborgen sind, sind mitbestimmend dafür, wie wir uns in das Staunen über das Ewige eingebettet fühlen. Es kommt darauf an, mit der Transzendenz den Blick freizugeben ins Unfassbare hinein, wo die Weltanschauung, die Sternenhimmelanschauung und die spirituellen Werte sich ineinander verschlingen. Das Finale ist ein Gedicht von Ute Latendorf, dessen letzte Strophe lautet: «Von den Sternen lernen, einer von vielen zu sein / von den Jahreszeiten lernen, dass das Leben immer wieder von neuem beginnt...». Dieses Buch ist eines der leichtesten, die ich in der letzten Zeit gelesen habe, mit der schwersten aller Herausforderungen: Es zu tun.

Theodor Itten

Elke Leithner-Steiner (2016): *Licht werden – Imagination in Therapie und Beratung: Innere Transformationsprozesse durch die Kraft des Bewusstseins*

Wiesbaden: Springer Fachmedien. 130 Seiten.
€ 39,99

Psychotherapie-Wissenschaft 7 (1) 73 2017
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND

In der neuen Serie «BestMasters» von Springer Nature werden die mit der Höchstnote versehenen Arbeiten von renommierten Hochschulen der Schweiz, Deutschland und Österreich, nach Empfehlung von GutachterInnen, publiziert. So werden wir PraktikerInnen auf dem Laufenden gehalten, welche aktuellen Themen in unserem Berufsfeld erforscht und schriftlich reflektiert werden. Gleichzeitig werden so NachwuchswissenschaftlerInnen ermutigt, sich das erste Mal mit einem Buch in der Öffentlichkeit zu zeigen und eine frische Orientierung in der sozialwissenschaftlichen Debatte zu ermöglichen. Die am Achensee lebende und wirkende Autorin Elke Leithner-Steiner hat diese Masterarbeit an der Donau-Universität Krems vorgelegt. Vielen von uns, in der Schweizer Charta für Psychotherapie, ist diese Universität bekannt als Alma Mater fürs ehemalige Charta-Ergänzungsstudium.

Aktive Imagination ist in der Schweiz vor allem mit dem Jung'schen Ansatz verbunden. Die Technik selbst geht auf eine uralte Tradition von mythischen Geschichten und der Märchen zurück. Die Anazasis, um ihre Lagerfeuer sitzend, ermutigten zu solchen imaginären, inneren Seelenreisen. Eine der bekanntesten inneren Geschichten – Imaginationen – ist die des peruanischen Anthropologen Carlos Castaneda: Die Lehren des Don

Juan Matus. Diese inneren Bilder werden von der Autorin als Ressourcen der Seele erkannt, um der Person, die diese in sich wirken lässt, zu stärken und sie dazu zu ermutigen, das, was in ihr oder ihm schlummert, ins äussere Leben zu bringen. Ob die Bilder und Geschichten aus dem Un- oder Vorbewussten kommen, ist wissenschaftlich nicht beweisbar.

Neben all dem, was uns zu diesem Ansatz bekannt ist, – sie wird von vielen im ASP sicher in der eigenen Praxis schon angewendet –, versucht Leithner-Steiner, in logotherapeutischer und tiefenpsychologischer Beratung aktiv, den Zugang zu ihm aus Perspektive der eigenen Wissensfächer ganz auszubreiten, damit die Erkenntnisse aus den uns verwandten Wissenschaften, uns in der Praxis bestärken, ja bereichern können.

Dieses schlanke Buch kommt in fünf Kapiteln daher. Erst werden die äussere Welt und die innere Welt definiert und umrissen. Eine Reisebeschreibung in die innere Welt und deren bedeutungsvollen Erkenntnisfundus wird hier beschrieben. Das Leben will gelebt werden. Nichts einfacher als das. Nur wie geht das, wenn man diesen Wunsch mit mentalen Wachstumsvorgängen verknüpfen will? Da die moderne Traumatherapie sich stärker als früher an den verschiedenen Prinzipien der Selbstorganisation, Transformation, Gegenwärtigkeit und emotionalen Körperlichkeit orientieren, zieht die Autorin mehrere Physiker zu rate. Das bipolare Modell von Traumabelastung und Ressourcenaktivierung wird verbunden mit dem kreativen Prozess der Heilung durch Imagination, also sozusagen ein bildgebendes Verfahren der Seele entwickelt. Die HirnforscherInnen mit ihrem Konzept der Neuroplastizität werden ausgewogen von der Autorin zitiert und rezipiert, was zum Wesen einer erfolgreichen Masterarbeit gehört.

Wie kann ich als Leser gewinnbringend ihre verschiedenen vorgestellten Theorien mit deren Methodentreue und Wahrheitsempirie verstehen und in die eigene Praxis einbringen? Diese Brücke gelingt der Autorin gut. Wenn sie das Menschenbild, das sie in sich aufgenommen hat, zum Schluss noch mit der Frage konfrontiert: «Was ist der Mensch?» bewegt sie sich denkerisch auf schmalen Grat, stürzt aber nicht ab. Eine erquickende Weitsicht ist möglich, weil die hier vorgestellte Imaginationsforschung sich mit der Potenzialenentfaltungphilosophie vereint. Die eigenen Lebensvisionen können sich an den transpersonalen Bildern nähren, die uns einen Übergang von einer Lebensphase in eine andere ermöglichen. Das zeigt uns die Autorin hier gewagt erfolgreich: Ohne Fragen werden wir nie neue Antworten finden. Diese Masterarbeit ist ein gelungenes, schlankes Repertorium. Die angenehm vielen, lustigen und aufmunternden Fallbeispiele aus Elke Leithner-Steiners erfolgreicher Beratungstätigkeit machen dies, ihr erstes Buch, lesenswert.

Theodor Itten