

# 1 Vorwort

*Persönliche Hintergründe:* Anfang der 70er Jahre, als junges Mädchen, war ich fasziniert von der Hippie-Bewegung, dem politischen Aufruhr dieser Zeit und den ersten Impulsen von Selbsterfahrungsgruppen. In dieser Mixtur bewegte ich mich zwischen verschiedenen Szenen und versuchte eine erste eigene Lebensorientierung zu finden. In einem Projekt, damals Glashaus genannt, in dem ich mich engagierte, wurden jugendliche Straftäter im „Knast“ besucht, dann bei ihren Freigängen begleitet und lebten nach der Entlassung in einer Übergangs-WG. Mir wurde sehr deutlich vor Augen geführt, dass Menschen in Not völlig verschiedene Arten der Begleitung brauchen, mal konfrontativ, mal sanft geduldig, biografisch orientiert oder ganz praktisch auf den Alltag bezogen, und ich erfuhr hautnah die Fallen des Helfen-Wollens. In nächtelangen Gesprächen in der Wohngemeinschaft wurden meine eigenen naiven Vorstellungen von richtig oder falsch knallhart und doch sehr liebevoll konfrontiert und ich lernte Respekt zu haben vor dem Leiden anderer Menschen. Rückblickend glaube ich sagen zu können, dass dies mein Interesse, verschiedenste Wege der Selbsterforschung kennen zu lernen, untermauert hat und mich in die Richtung geschubst hat, herauszufinden wer ich eigentlich bin.

Während meines Lehrer-Studiums und des Zweitstudiums im Fachbereich Sozialwesen an der damaligen GHK Kassel (1972-1977) waren neben den Kunstseminaren an der HbK (Hochschule für bildende Künste Kassel) meine „Lieblings“-Seminare und -Vorlesungen in psychologischen Bereichen zu finden: Entwicklungspsychologie, psychoanalytische Themen, katathymes Bilderleben, Gruppendynamik, Psychodrama. Schon damals zeichnete sich ein besonderes Interesse an experimentellen Methoden ab, die ich in meiner Freizeit vertiefte. Zeitgleich interessierte mich insbesondere der kreative Prozess und das Tiefenverständnis des „Unbewussten“. Dies drückt sich auch in den beiden Examensarbeiten aus (1. Kreativität und darstellende Aktion, Dokumentation und Analyse von zwei Beispielen darstellender Aktionen und 2. Malen als Medium kreativer Problembearbeitung). Zusätzlich befasste ich mich intensiv mit dem Verständnis der Gruppendynamik und erlangte 1976 eine erste Zertifizierung durch den Deutschen Verband für Gruppendynamik.

Die Auseinandersetzung mit Freud, Adler und C.G. Jung fand in studentischen Diskussionsgruppen statt; die ersten Erfahrungen mit körperbezogenen Methoden, z.B. Atemarbeit nach Dürkheim, sowie mit kunsttherapeutischer Gestaltungsarbeit machte ich in diversen Workshops, unter anderem an der Akademie Remscheid und der evangelischen Akademie Hofgeismar.

Während meiner Arbeit in Drogenberatungsstellen konnte ich in kreativen Workshops mit verschiedenen Methoden, die ich gerade gelernt hatte (kathymes Bilderleben, Aktionsmalerei in Gruppen, Atemgruppen etc.) experimentieren und fand dann Anschluss an die erfahrungsbezogene Bewegung der humanistischen Psychologie, die einen Grundstein für die Entwicklung der Orgodynamik bildet.

1977 kam durch die Begegnung mit meinem Lebenspartner und Mann Michael Plesse, der Therapeut in der biodynamischen Psychologie nach Gerda Boyesen war, der wesentliche Grundbaustein der körperbezogenen Psychologie hinzu. Meine Ausbildung in biodynamischer Psychologie eröffnete mir den ersten tieferen Einblick in eine multidimensionale Perspektive, da hier eine deutliche Verschränkung der mentalen Dimension mit der körperlichen und energetischen Dimension sichtbar wurde.

Von der mentalen Ebene der Selbsterkenntnis, der Analyse von Gruppenprozessen, Gesprächstherapie und kunsttherapeutischen Elementen, die bis zu diesem Punkt für mich im Vordergrund waren, erweiterte sich der Horizont, und die therapeutische Begleitung von Menschen zeigte sich als ein vielschichtiger Prozess. Dies wurde durch die weitere Ausbildung in Unitive Psychology mit Jay Stattman vertieft und erweitert.

Ich sammelte Erfahrungen in der Einzelarbeit und in der Leitung von Volkshochschulkursen zu Themen wie z.B. Stressabbau, „weibliches Bewusstsein“ etc. und entwickelte zusammen mit M. Plesse erste Selbsterfahrungskurse, die wir mit Studentengruppen in verschiedenen Bildungseinrichtungen durchführten.

Zeitgleich entstand ein persönliches Interesse an östlicher Spiritualität und kontemplativen Methoden. Das Lesen von Texten von Alan Watts und Krishnamurti, die Poesie von Walt Whitman sowie Yoga, stilles Sitzen und dynamische Formen der Meditation rückten in den Vordergrund, und regelmäßige Meditationspraxis wurde Teil des Alltags.

Die Auseinandersetzung mit indischen Lehrern wie Rajneesh, später Ramana Maharshi und Nisargadatta Maharaj, wurde zur Herausforderung, westliche Weltansicht mit östlichen Weisheitslehren in Bezug zu setzen. Auch die Verbindung von westlichen psychologischen Methoden mit östlichen Weisheitslehren konnte ich während meiner Indienaufenthalte Ende der 70er/Anfang der 80er Jahre intensiv beobachten und selbst erfahren.

In dieser Zeit, in der ich viel reiste, wurden für mich auch die kulturübergreifenden Zusammenhänge prägend. So leitete ich z.B. Massageseminare in Indien, arbeitete mit Japanern und Europäern sowie in den USA. Die kulturellen Unterschiede waren so groß, dass ich mein bis dahin gesammeltes methodisches „Handwerkszeug“ der neoreichianischen Körperarbeit immer wieder anpassen und verändern musste.

Massagegruppen für Japaner brauchten z.B. eine behutsame und langsame Hinführung zum Körper, sanfte Spür- und Entspannungsübungen vor einer Massage, und so fand ich z.B. heraus, dass ausführliche Fuß- oder Handmassagen vor einer Ganzkörpermassage sehr hilfreich waren, um die kulturell geprägten Berührungsängste zu überwinden. In den USA half eine gute theoretische Einbettung meines Vorhabens in einem Seminar und wenn möglich ein ausgearbeitetes „How to do it right-paper“. In Italien brauchte ich ein gutes Team, denn hier geschah es schnell, dass eine Gruppe in emotional regressive Themen eintauchte. In der Schweiz war Humor ein wichtiger Schlüssel, um die Gruppenseele zu erfassen. Usw.

Entscheidend für die Entwicklung der Orgodynamik waren weiterhin viele Impulse aus diversen Weiterbildungen und Seminaren der humanistischen Psychologie und der humanistisch orientierten Körperarbeit sowie die eigene spirituelle Praxis. Hier die wichtigsten Einflüsse:

- Energiearbeit nach Michael Barnett (England),
- Dehypnotherapie nach Dick Shoulders (auch Jeru Jabbal genannt, USA),
- Radix nach Laura Dillon (Schülerin des Begründers Charles Kelly, USA),
- Organismische Psychotherapie nach Malcolm Brown (USA/Italien),
- Biosynthese nach David Boadella (England),
- Neo-Tantra nach Margo Naslednikov (Frankreich/USA),
- Reichianische Körperarbeit nach Al Bauman (USA),
- Postural Integration nach Jack Painter (USA/Holland),
- Ritualarbeit nach Paul Rebillot (USA),
- Schamanische Ritualarbeit in der Tradition der Cherokeeindianer (USA),
- spirituelle Praxis des ZaZen, des Latihan und das einfache Sitzen in Stille.

Die Entwicklung der eigenen Arbeit, die in diesem Frühstadium eine Synthese der verschiedenen Methoden und Perspektiven war und eine „bunte“ Vielfalt verschiedener Themen beinhaltete, führte dazu, die unterschiedlichen Methoden und Perspektiven in einen größeren Kontext zu betten. Dies geschah 1985, als wir das Konzept des Lebensbogens (von Geburt, Kindthemen, Kreativität, Liebe, Beziehung, Tod, Lebensausrichtung) fanden und nun die Seminare und Ausbildungen in diesen thematischen Bogen betteten. Dieser Kontext verpflichtete von innen heraus, eine Zuordnung der Methoden je nach Themenschwerpunkt vorzunehmen.

1986 begründeten wir die Orgodynamik als transpersonale und körperorientierte Methode der Erwachsenenbildung. Von Beginn an war eine konsequente Meditationspraxis während der Seminare Bestandteil der Ausbildung.

Durch die Art und Weise, wie wir die Ausbildung didaktisch umsetzten, bildeten sich die inneren Paradigmen heraus, die zunächst aus einem intuitiven Verständnis entstanden und im weiteren Verlauf der Praxisentwicklung spezifiziert wurden.

In den 90er Jahren fand eine kontinuierliche Ausarbeitung und Verfeinerung der Methode der Orgodynamik statt, wobei sich durch die Erfahrung in der Praxis das Verständnis der Multidimensionalität, der Präsenz, des Fließenden Gewahrseins und der bewussten Bezogenheit als Kernsäulen der Orgodynamik herauskristallisierte. Diese Paradigmen führe ich in der vorliegenden Arbeit erstmalig aus.

Die Auseinandersetzung mit dem transpersonalen Ansatz von Richard Moss (USA) sowie mit der Quantenpsychologie nach Stephen Wolinsky (USA) wurde Ende der 90er Jahre richtungweisend für das theoretische Verständnis der multidimensionalen Perspektive, in welcher die spirituelle Perspektive gleichermaßen verankert ist.

Die Dissertation zum Thema: Orgodynamik als Konzept und Methode einer transpersonal orientierten Forschungs- und Lehrpraxis pädagogisch-psychologischer Bewusstseins-schulung in der Erwachsenenbildung, an der Universität Kassel, hat zu einer theoretischen Klärung und konzeptionellen Verdeutlichung geführt, die sich im Lehralltag vor allem in präziseren Modellen und „Kontexttalks“ und in der Veränderung verschiedener Module niederschlägt.

*Ziel des Buches:* Es geht in diesem Buch um eine Dokumentation, theoretische Begründung und Auswertung des in 25 Jahren Praxis entwickelten Curriculums der Bewusstseins-schulung und -weiterung der Orgodynamik. Dabei geht es insbesondere um den Vergleich und die forschungsorientierte Verknüpfung verschiedener Traditionen der Bewusstseinsbildung, der ihnen zugrunde liegenden Konzepte und anthropologischen Dimensionen.

Dies wird anhand der exemplarischen Darstellung eines multidimensionalen Ansatzes und eines integralen Methodenspektrums in der Praxis der Erwachsenenbildung verdeutlicht.

*Aufbau des Buches:* Nach einer kurzen Definition von Orgodynamik als multidimensionalem Ansatz im Schnittfeld von psychologischen, spirituellen und pädagogischen Fragestellungen wird zunächst in Anlehnung an Fuhr/Dauber (2002) die Methode der Praxisentwicklungsforschung diskutiert und der

orgodynamische Ansatz sowie die wissenschaftliche Vorgehensweise der Arbeit in diesem Kontext verortet.

Die Verschränkung von subjektiven Wahrnehmungen und objektiv nachvollziehbaren Beschreibungen, die sich durch den induktiven Ansatz der orgodynamischen Methode ergibt, beinhaltet eine Doppelrolle für mich als Durchführende und Reflektierende der Methode.

In der vorliegenden Arbeit greife ich auf ein umfassendes Archiv von Protokollen aus mehr als 25 Jahren Praxis zurück und erschließe, durch rückblickende Reflexion und Analyse neue Erkenntnisse.

Dies erfolgt durch Reflexion, vergleichende Auswertung und Darstellung von Praxisbeispielen in Bezug zu den drei Grundzielen und vier Kernorientierungen der Praxisentwicklungsforschung:

- Integration von pädagogischer Praxis und Forschung.
- Verbindung von Erkenntnisgewinnung für die Entwicklung und Durchführung konkreter pädagogischer Praxis durch Tiefenreflexion und differenzierte Dokumentation.
- Einbeziehen subjektiver ebenso wie objektiver, individueller ebenso wie kollektiver Dimensionen im Forschungsprozess und im praktischen pädagogischen Geschehen mithilfe von Metakzepten, z.B. dem Quadrantenmodell nach Ken Wilber.

Diese Ziele sollen unter Beachtung der vier Prinzipien Verflechtung von Praxis und Forschung, Prozessorientierung, Integration der vier Dimensionen der Wirklichkeit und Selbsterforschung im Dialog verfolgt werden (ebenda, 15).

In einem ersten theorieorientierten Kapitel wird das orgodynamische Methodenspektrum in seinem Grundmodell und den vier zentralen Dimensionen (mentale, körperliche, emotionale, energetische Dimension) dargestellt und mit theoretischen Hintergrundkonzepten verglichen und verknüpft. Die vier sich überlappenden Methodengruppen der mental, körperlich, emotional und energetisch orientierten Bewusstseinsarbeit werden differenziert dargestellt und in ihrer Beziehung zueinander diskutiert. Anhand eines Modells (Methodenrad) wird die multidimensionale Perspektive des Methodenspektrums sichtbar gemacht.

In dem zweiten theorieorientierten Hauptteil werden zunächst die zentralen vier Paradigmen der Orgodynamik (Präsenz, Multidimensionalität, Flow/Fließendes Gewahrsein, Bezogenheit) vorgestellt, theoretisch und praxisbezogen entfaltet und in einer Paradigmen-Landkarte zueinander in Beziehung gesetzt.

Dabei werden die kategorialen Ausführungen durchgehend an Praxisbeispielen veranschaulicht und im Blick auf drei vorgestellte Zugänge zur Bewusst-

seinsweitung (Immersion, Integration und Dekonstruktion) exemplarisch didaktisch kommentiert.

Im Schlusskapitel wird ein kurzer Überblick über das Gesamtcurriculum gegeben und das Modell einer multidimensionalen Auswertungsmatrix erläutert.

Insgesamt wird mithilfe eines integralen Forschungsansatzes ein komplexes Praxismodell reflexiv durchleuchtet und damit die theoretischen Voraussetzungen für weiterführende (empirische) Untersuchungen geklärt.