

Wer Schmetterlinge lachen hört,
Der weiß, wie Wolken schmecken,
Der wird im Mondlicht ungestört
Von Furcht sich selbst entdecken.

Er wird zur Pflanze, wenn er will,
Zum Tier, zum Narr, zum Weisen,
Und kann in einer Stunde
Durch das ganze Weltall reisen.

Er weiß, dass er nichts weiß,
Wie alle anderen auch nichts wissen,
Nur weiß er, was die anderen
Und er noch lernen müssen.

Wer in sich fremde Ufer spürt,
Und Mut hat sich zu recken,
Der wird allmählich ungestört
Von Furcht sich selbst entdecken.

Abwärts zu den Gipfeln
Seiner selbst blickt er hinauf,
Den Kampf mit seiner Unterwelt
Nimmt er gelassen auf.

Wer Schmetterlinge lachen hört,
Der weiß, wie Wolken schmecken,
Der wird im Mondschein ungestört
Von Furcht die Nacht entdecken.

Wer mit sich selbst in Frieden lebt,
Der wird genauso sterben
Und ist dann selbst lebendiger
Als alle seine Erben.

Lutz Rahn/Novalis

Vielleicht kennt der ein oder die andere noch diesen Titel der Gruppe Novalis aus den 70er Jahren. Ein Song aus meiner Jugend. Damals hatte ich gerätselt, was der Text wohl bedeutet. Er hatte etwas Mystisches, Geheimnisvolles, Unverständliches und passte auf jeden Fall gut zu der melancholischen Gestimmtheit meiner Pubertät. Heute berühren mich die Textzeilen immer noch und durch mein Erleben mit der Psychosynthese füllen sie sich jetzt mit einem persönlichen Sinn.

Der Songtext war dem Programmheft des diesjährigen Kölner Psychosynthese-Forums beigelegt. Das Motto des Forums lautete: „Dem Wandel vertrauen, dem Wunder die Hand reichen!“. Wenn ich nur den Titel gelesen hätte, ohne Mitglied in der DPG zu sein, hätte ich wahrscheinlich mit meiner Anmeldung gezögert. Ich leide an der Überzeugung, Wunder gibt es für mich nicht. Für andere Menschen schon, ich kann dort auch Wunder erkennen, aber für mich gilt dies eben nicht.

Und so wie es für mich keine Wunder gibt, ist es auch mit dem Wandel nicht so einfach. Dem Wandel vertrauen ist eine Herausforderung, die für mich nicht in allen Lebensbereichen gleich verlockend ist. Zum einen will ich nicht immer den Wandel, vor allem, wenn nicht ich ihn veranlasse, zum anderen ist es mit dem Vertrauen bei mir manchmal so eine Sache.

Nun war die Anmeldung dennoch geschehen und ich spürte eine Vorfreude, Menschen zu treffen, für die die Psychosynthese einen Platz in ihrem Leben einnimmt. Ich war bereit, mich einzulassen, etwas zu entdecken, denn das ist eine der Erfahrungen mit Psychosynthese: Zu entdecken gibt es immer etwas.

Zum Motto passend gab es ein vielseitiges Workshop-Angebot, aus dem gewählt werden konnte. Das Angebot reichte von z.B. einer Einführung in die Psychosynthese (das war nicht nur für „Neue“ interessant) über Kurse mit Selbsterfahrung (z.B. die Möglichkeit, auf drei inneren Reisen mit den drei Aspekten des Inneren Kindes in Kontakt zu kommen) bis hin zu Bewegung (meditative Kreistänze, für mich ganz fest zur Psychosynthese gehörend). Am Samstagabend fand ein Mitsing-Konzert statt, bei dem sofort alle Teilnehmer mitgeschwungen sind. So gab es auch Raum für unsere fröhlichen, freien, unbeschwerten Teilpersönlichkeiten und uns, diesen zu begegnen.

Jetzt, nach dem Wochenende, merke ich, dass meine Psychosynthese-begeisterte Teilpersönlichkeit wieder lebendiger ist. Ich spüre wieder eine gewisse Neugierde auf den eigenen Wandel und dies stärkt das Vertrauen in den Wandel an sich. Ebenso habe ich eine Ahnung, was Wunder für mich sein können. Es muss nicht das große Wunder sein, wie auf dem Wasser laufen zu können... Mir scheint, ein Wunder ist wie eine Kunst, das Besondere, Schöne, Berührende, sich Fügende wahrzunehmen. Nicht alles einfach nur hinnehmen, sondern staunen können, über das was passiert. Es ist eine Fokusverschiebung, von „Es ist halt so“ auf „Ich will mich berühren lassen“ oder „Was gibt es doch so Schönes hier!“. Es ist wie eine andere Brille aufzusetzen oder die alte zumindest mal wieder geputzt zu haben.

Wunder brauchen einen Raum, manchmal Stille und Ruhe, damit sie passieren können. Ebenso brauchen wir diesen Raum, diese Stille und Ruhe, um unser Unbewusstes wahrzunehmen als Voraussetzung, damit sich etwas wandeln kann.

Und so sind die Symbole des Forums, die Raupe und der Schmetterling, ein schönes Bild für Wandel und Wunder: von der Raupe zum Schmetterling.

Das Besondere an diesen Symbolen mit ihrer naturgegebenen Wandlung ist für mich, dass sie mich seit meiner ersten Berührung mit Psychosynthese als innere Bilder begleiten. Am Forums-Wochenende hat mein Schmetterling eine weitere Farbe bekommen!