

Psychosynthese

Wat is het?

Psychosynthese is een transpersoonlijke of spirituele psychotherapie, een product van de Westerse wereld, van de twintigste eeuw.

Een transpersoonlijke psychotherapie biedt het kader waarbinnen, en de technieken met de hulp waarvan, de betreffende persoon een spiritueel pad kan volgen, dat zowel naar de ontdekking van zin en betekenis, als naar zelfkennis voert.

De psychosynthese gaat ervan uit dat de mens een persoonlijkheid heeft en een ziel.

Het belangrijkste idee was eenvoudig, men legt de meeste nadruk op het streven van het organisme naar heelheid, op de mogelijkheid van de mens tot groei, tot uitbreiding van bewustzijn, gezondheid, liefde en vreugde.

Psychosynthese is een van de weinige therapeutische systemen die voortdurend op zoek zijn naar de mogelijkheid om hun ideeën in de praktijk van alledag toe te passen, en de wil is uiteraard essentieel voor het naar buiten toe handelend optreden.

De ontwikkeling van bewustzijn, zowel persoonlijk als collectief, wordt in de Psychosynthese als een elementaire factor beschouwd.