

Spiritualität jenseits institutionalisierter Frömmigkeit

Maria Kratochvil

Masterarbeit
zur Erlangung des Masters of Science (MSc)

Eingereicht bei Univ. Doz. DDr. Alfried Längle
und Mag. Dr. Astrid Görtz

Wien, August 2011

Titelbild: Tatjana Gamerith
Ausschnitt aus „Jahreszeitenbaum“

"Dass du noch nicht gestorben bist, reicht nicht aus als Beweis, dass du wirklich lebst. Lebendigkeit bemisst sich am Grad deines Wachseins. Voll Staunen darüber aufwachen, dass wir in einer "gegebenen" Welt leben, bedeutet lebendig werden. Das Bewusstsein dieser Überraschung ist der Anfang der Dankbarkeit."

David Steindl-Rast

Für meine Kinder
Ruth, David, Martha und Anna

Für ihre Beharrlichkeit und ihren Mut die eigene Spiritualität zu leben

ABSTRACT

Die Arbeit setzt sich mit dem Wandel des Begriffs Spiritualität auseinander, der in den letzten Jahrzehnten erfolgte. Durch die Abnahme des Interesses an institutionalisierter Religiosität erhält individuell erlebte und gestaltete Spiritualität als persönliche Ressource für viele Menschen hohen Stellenwert, dem auch in der psychotherapeutischen Praxis Aufmerksamkeit zu geben ist. Nach einer begrifflichen und phänomenologischen Unterscheidung zwischen Spiritualität und Religiosität wird ein Verständnis von Spiritualität vorgestellt, das sich im Wesentlichen auf Beziehung und Verbundenheit stützt. Spiritualität wird als eine wesentliche Dimension des Menschseins verstanden, die unverzichtbar ist für die Entfaltung existenziellen Lebens.

Schlüsselwörter: Spiritualität – institutionalisierte Frömmigkeit – Religiosität – Verbundenheit – Beziehung

My Master thesis focuses on spirituality, its meaning, and its change in the last decades. Regarding the diminishing interest in institutional religiousness, individually experienced and individually created spirituality has a high personal significance for many people, which therefore should be paid more attention to in psychotherapy. The thesis begins with the difference between religiousness and spirituality both in notion and phenomenon and leads to a comprehension of spirituality that focuses on relationship and commitment. Spirituality is perceived essential for every human being and is therefore indispensable in the development of existence.

key words: spirituality – institutional devoutness – religiousness – commitment - relationship

INHALTSVERZEICHNIS

1.	SPIRITUALITÄT, EINE STANDORTBESTIMMUNG	7
2.	SPIRITUALITÄT VERSUS RELIGIOSITÄT	11
3.	SPIRITUALITÄT UND ATHEISMUS	14
3.1.	ATHEISMUS	14
3.2.	AGNOSTIZISMUS	18
3.3.	GOTTESBEWEISE?	19
4.	SPIRITUALITÄT UND ESOTERIK	21
4.1.	BEGRIFFSKLÄRUNG	21
4.2.	HISTORISCHER ÜBERBLICK	22
4.3.	KRITIK DER ESOTERIK	29
5.	SPIRITUALITÄT UND RELIGIOSITÄT IN DER KINDHEIT	31
6.	RELIGIÖSER/SPIRITUELLER MISSBRAUCH ALS HINDERNIS AUTHENTISCHER SPIRITUALITÄT	35
6.1.	WAS IST RELIGIÖSER MISSBRAUCH	35
6.2.	GESELLSCHAFTLICHE UND INDIVIDUELLE BEDINGUNGEN, DIE RELIGIÖSEN/ SPIRITUELLEN MISSBRAUCH ERMÖGLICHEN	37
6.3.	SPIRITUELLER/RELIGIÖSER MISSBRAUCH AM BEISPIEL DER KINDERTAUFEN	40
7.	GOTTESBILDER – HELFER ODER STÖRENFRIEDE AUTHENTISCHER SPIRITUALITÄT	44
8.	ALLGEMEINE RELIGIONSKRITIK	48
9.	KRITISCHE AUSEINANDERSETZUNG MIT DEN CHRISTLICHEN RELIGIONEN AM BEISPIEL DER RÖM. KATH. KIRCHE	49
10.	SPIRITUALITÄT - EIN PHÄNOMEN DES LEBENS	53
11.	SPIRITUALITÄT IN DER PSYCHOTHERAPIE	69
11.1.	SPIRITUALITÄT BEI C. G. JUNG	72
11.2.	SPIRITUALITÄT BEI S. FREUD	72
11.3.	SPIRITUALITÄT IN DER TRANSPERSONALEN PSYCHOTHERAPIE	73
11.4.	SPIRITUALITÄT IN DER EXISTENZANALYSE	74
12.	PSYCHOTHERAPEUTISCHE METHODEN, DIE TRANSSZENDENTE BEZÜGE AUFWEISEN	85
13.	ETHISCHE PRINZIPIEN OHNE RELIGION?	88
14.	AUSWIRKUNGEN AUTHENTISCH GELEBTER SPIRITUALITÄT AUF DIE LEBENSQUALITÄT	90
15.	AUSBLICK	93

BEWEGGRUND

Diese Arbeit beschäftigt sich mit dem Thema Spiritualität vor dem Hintergrund eines humanistischen, a-religiösen Weltbildes und es ist ihr Anliegen, Spiritualität aus einer humanistischen/psychotherapeutischen/psychologischen Blickrichtung zu betrachten. Die Gründe für mein Interesse an der Auseinandersetzung mit einem Thema, das bislang in erster Linie den großen Weltreligionen, den vielen kleinen Religionsgemeinschaften und Kirchen, fundamentalistischen religiösen Gruppierungen oder der New Age-Bewegung vorbehalten waren, sind vielfältig und werden im Zuge meiner Ausführungen noch klarer werden. Zum einen entstanden meine Überlegungen aus einer persönlichen Betroffenheit, zum anderen aus der Wahrnehmung von Auswirkungen gesellschaftlicher und politischer Veränderungen auf das religiöse bzw. spirituelle Alltagsleben von Klientinnen und Klienten. Als aufmerksame Beobachterin der „spirituellen Szene“ sind mir folgende Trends aufgefallen:

- eine zunehmende Säkularisierung des gesellschaftlichen Alltags einhergehend mit dem Vormarsch atheistischer bzw. naturalistischer Weltbilder
- sinkende Mitgliederzahlen der christlichen Kirchen in Europa, die oftmals mit einer massiven „Kirchen- und Religionskritik“ einhergehen
- Radikalisierung und fundamentalistische Tendenzen in den großen monotheistischen Weltreligionen und jenen Staaten, die sich den religiösen Traditionen und Werten derselben stark verbunden fühlen
- zunehmendes Interesse an alternativen spirituellen Strömungen wie New-Age, Esoterik, meditativen Praktiken oder fernöstlicher Spiritualität
- verstärkter Zulauf zu totalitär-religiösen/fundamentalistischen oder pseudoreligiösen Gruppierungen und/oder Sekten.

Die Wahrnehmung der genannten Phänomene lässt in mir die Frage reifen: Ist Spiritualität ein Phänomen, das Religionen, religiösen Ritualen und Praktiken vorbehalten ist, oder ist Spiritualität etwas spezifisch Menschliches, ein wesentlicher Aspekt von Person oder existenzanalytisch gesehen eine Grundbedingung der Existenz? Ausgehend von dieser Hypothese stellen sich viele Fragen.

Was ist Spiritualität im Grunde?

Was unterscheidet Religiosität und Spiritualität von einander? Was sind die verbindenden und was die trennenden Elemente?

Wie kann Spiritualität gelebt und erfahren werden?

Wie kann sie auch dann gelebt werden, wenn traditionelle Vermittler und ausgewiesene „Experten“ in Sachen Religion und Spiritualität den persönlichen Bedürfnissen der Person nach Spiritualität nicht im gewünschten Ausmaß gerecht werden können oder wollen.

Welche Art von Religiosität oder welche spirituellen Praktiken sind es, die einer lebendigen, authentisch und persönlich gelebten Spiritualität im Wege stehen oder sie gar verhindern?

Das Thema Spiritualität hat sich in der Fachdiskussion, in der psychologischen oder psychotherapeutischen Ausbildung meiner Erfahrung nach noch nicht etabliert. Man kann Psychologie oder Psychotherapie studieren, ohne jemals mit dem Begriff Spiritualität in Berührung zu kommen. Mit dem Phänomen Spiritualität, mit den dazugehörigen Fragen der Klientinnen und Klienten: „Woher komme ich? Wozu bin ich da? Was ist nach dem Leben im Hier und Jetzt? Welchen Sinn hat mein Leben?“

sind wir jedoch in der Psychotherapie laufend konfrontiert und gefordert, die Klientinnen und Klienten dabei zu begleiten. Um dieser Aufgabe professionell gerecht werden zu können, bedarf es der persönlichen Auseinandersetzung mit der Thematik. Eine möglichst klare Abgrenzung zwischen der Psychotherapeutischen Wissenschaft und der Theologie bzw. Religion sind notwendig, um die unterschiedlichen oder überlappenden Anliegen festmachen zu können.

1 SPIRITUALITÄT, EINE STANDORTBESTIMMUNG

Eine eindeutige, allgemeingültige Erklärung des Begriffes Spiritualität ist in der mir zugänglichen Literatur nicht aufzufinden gewesen und erscheint mir persönlich auch schwierig.

Als spontane Assoziationen zum Begriff Spiritualität fallen mir folgende Worte ein: Religion, Kirche, Glaube, Übernatürliches, Transzendenz, Esoterik, Trance, Mystik, transpersonale Erfahrungen, New Age...

Sehr oft, besonders in der älteren Literatur, wird der Begriff als Synonym für Religiosität verwendet. In diesem Sinn möchte ich ihn in dieser Arbeit nicht verstehen, da mir dies zu wenig differenziert, zu sehr verallgemeinernd und zu eng erscheint. Die sprachliche Unklarheit trägt auch nicht der Realität Rechnung, dass immer mehr Menschen ihr spirituelles Leben unabhängig von traditionellen Kirchen und institutioneller Religiosität entfalten. Eine derartige Festlegung in der Bedeutung könnte auch zu dem etwas voreiligen Schluss führen, dass a-religiöse oder a-theistische Menschen von Haus aus auch a-spirituell lebende Personen sind. Spiritualität ist keine Domäne der Religionen, ebenso wenig fallen die Themenbereiche Moral und Ethik in deren alleinige Zuständigkeit. Religiöse Institutionen sind in der Regel menschliche Gemeinschaften, die hierarchischen Strukturen unterworfen sind. „Institutionalisierte Macht“ ist als solche höchst anfällig für Machtmissbrauch im Sinne der Durchsetzung persönlicher Interessen.

Etymologie des Begriffes:

Spiritualität: kommt aus dem Lateinischen (Stowasser, 1971, 462) Wort *spiritus*, -us und heißt:

1. Luft, Hauch; gelegentlich Atem oder das Atmen
2. im übertragenen Sinn auch Lebenshauch, Leben, fallweise auch Seele, Geist
3. Anhauch, Begeisterung
4. Mut, Sinn, Gesinnung

Die heute übliche Verwendung des Begriffes hat sich von seinen ursprünglichen Bedeutungsinhalten erheblich entfernt. Die Rückbesinnung auf diese originären Bedeutungen erscheint mir sehr hilfreich in Bezug auf die inhaltliche Unterscheidung zum Begriff Religiosität.

„Spiritualität bedeutet im weitesten Sinne eine Form von Geistigkeit und kann eine auf Geistiges aller Art oder im engeren Sinn auf Geistliches in spezifisch religiösem Sinn gerichtete Haltung meinen. Spiritualität im spezifisch religiösen Sinn steht dann auch immer für die Vorstellung einer geistigen Verbindung zum Transzendenten, dem Jenseits oder der Unendlichkeit. Spiritualität steht für die Verbindung zum Transzendenten oder der Unendlichkeit.“ (<http://de.wikipedia.org/wiki/Spiritualität>) [26. 03. 2010].

„Theologische Spiritualität bezeichnet die Auffassung, dass die menschliche Seele ihren oder der menschliche Geist seinen Ursprung einer göttlichen oder transzendenten Instanz verdankt oder zu einer absoluten höheren Wirklichkeit in Beziehung steht.“ (ebd.)

Im Lexikon für Theologie und Kirche ist folgende Formulierung im Sinne einer neureligiösen Spiritualität zu finden:

„Spirituelle Wege zielen auf innere Transformation mit Hilfe spiritueller Techniken aus den Bereichen östlicher Meditation und westlicher Psychologie, häufig verbunden mit entsprechenden Vorstellungen (Reinkarnation und

Karma) und Lebensweisen. Dogmatische Eindeutigkeit und institutionelle Bindung werden abgelehnt zugunsten einer Bezogenheit auf das umgreifende eine Sein, das den Menschen als unfassbares Geistiges, Transmaterielles, Metaphysisches erscheint. Theologisch geht es um einen „homo naturaliter religiosus“, der sich an keinen geschichtlich-personalen Anspruch bindet.“ (Sudbrack zit. nach Kasper, 2006, Band 9, 859)

Die Festlegung auf eine deistische oder theistische Begrifflichkeit, die von einem Schöpfergott oder einem persönlichen Gott ausgeht, erscheint mir angesichts einer Zunahme atheistischer Weltbilder und Weltanschauungen unpassend. Folgende Differenzierung erscheint mir notwendig:

Weltlich-humanistische Spiritualität definiert Joachim Kahl, deutscher Philosoph und Religionskritiker, in einem Aufsatz folgendermaßen:

„Spiritualität heißt Geistigkeit, Geistorientiertheit. Gemeint sei damit: die geistige Einstellung zum Leben, die innere Haltung zur Wirklichkeit und zwar gemüthhaft vertieft, Verstand und Gefühl umgreifend.“ (www.humanistische-aktion.de, Artikel 87,2, 2007) [26.03.2010]

Auch bei Rudolf Sponzel, Psychologe und Psychotherapeut, findet sich eine Definition von Spiritualität, die eine ganze klare Trennlinie zwischen humanistischer und religiös verstandener Spiritualität zieht. Er versteht **Spiritualität** als die

„mehr oder minder bewusste Beschäftigung mit den Sinn- und Wertfragen des Daseins, der Welt und der Menschen und besonders der eigenen Existenz und seiner Selbstverwirklichung im Leben.“ (www.sgpt.org, 2008, 13) [26.03.2010]

Anton A. Bucher, römisch-katholischer Theologe an der Universität Salzburg, beschäftigt sich in seinem Werk „Psychologie der Spiritualität“, das meines Wissens eine der wenigen Veröffentlichungen im deutschsprachigen Raum zum Thema psychologische Spiritualität ist, sehr fundiert und umfassend mit allen Aspekten von Spiritualität.

Bucher vergleicht in seiner Arbeit zahlreiche qualitative und quantitative Studien zum Thema Spiritualität, in denen sich Spiritualität als höchst differenziertes und vielschichtiges Phänomen zeigt.

Er schlägt folgende Arbeitsdefinition vor:

*„...es ist unumgänglich Spiritualität stets zu präzisieren:... **Spiritualität** als Beziehung zu Gott oder einer höheren Macht; Spiritualität als Verbundenheit mit allem Leben; Spiritualität als Selbstverwirklichung und Wachsen der Persönlichkeit; Spiritualität als intensive Sozialbeziehung etc.“* (2007, 56)

In diesem Buch plädiert er für ein Verständnis von Spiritualität, das im Wesentlichen Verbundenheit und Beziehung ist, und zwar zu den Mitmenschen und zur Natur.

Ergänzend versteht er als Theologe Spiritualität auch als Verbundenheit zu einem den Menschen übersteigenden, umgreifenden Letztgültigen, Geistigen, Heiligen, das für viele Menschen nach wie vor das Göttliche ist.

Nachfolgende Abbildung veranschaulicht das Resümee der qualitativen Untersuchungen, in denen sich der Begriff der Verbundenheit als wesentlichste Komponente zeigt:

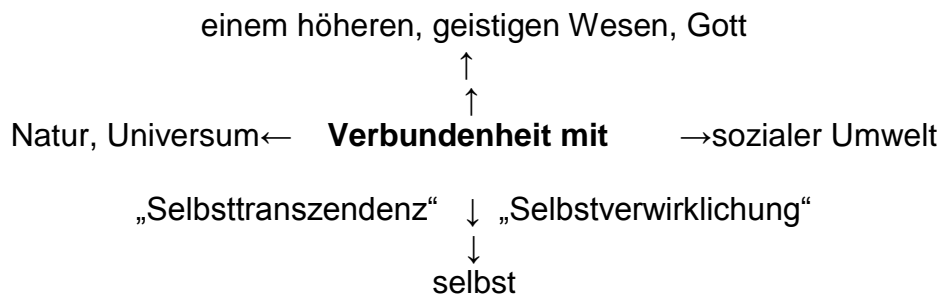


Abb.1: Resümee der qualitativen Studien, Bucher 2007, 33

Das Modell zeigt, dass sich Verbundenheit in vier Hauptrichtungen entfalten kann: vertikal nach oben zu einer höheren/größeren Wirklichkeit, zu einem allumfassenden Ganzen oder vertikal nach unten zu sich selbst, und horizontal zu einem realen Gegenüber in Gestalt der Natur oder eines menschlichen DU. Spiritualität besteht dem gemäß darin, dass der Mensch sich selbst transzendieren und Verbundenheit entfalten kann zu einer über ihn hinausgehenden größeren, nicht fassbaren Wirklichkeit, zu sich selbst, zur Natur und zur sozialen Umwelt (Lebewesen).

Angesichts der Vielfalt des Phänomens Spiritualität ist es nicht verwunderlich, dass in dem Versuch, Spiritualität zu messen, eine Objektivierung nicht möglich ist. In seiner Arbeit beschreibt Bucher (2007, 40) zehn verschiedene Skalen, die zur Quantifizierung von Spiritualität eingesetzt wurden. Für den Zusammenhang dieser Arbeit ist die Skala „Humanistisch-phänomenologische Spiritualität“ nach Elkins, die ausdrücklich nicht-theistische Spiritualität misst und die gemeinsam mit spirituellen Autoritäten aus den verschiedensten religiösen Traditionen entwickelt wurde, am interessantesten.

Die Autoren gehen davon aus, dass Spiritualität ein multidimensionaler Prozess ist, der sich in den verschiedensten Religionen und Kulturen ereignen kann und zum Wesen des Menschen gehört. Im Folgenden sind die Dimensionen aufgelistet, die mit jeweils einem Item gemessen werden:

1. *Transzendenz: Es gibt eine transzendente Dimension im Leben*
2. *Sinn- und Zweckhaftigkeit: Das Bedürfnis nach Sinn- und Zweckhaftigkeit ist eine der stärksten menschlichen Triebkräfte.*
3. *Lebensmission: Das Leben ist dann am wertvollsten, wenn es im Dienste einer wichtigen Aufgabe steht.*
4. *Heiligkeit des Lebens: Dass die einfachen Völker die Natur als „heilig“ verehren, ist für mich Weisheit.*
5. *Materielle Werte: Obschon Geld und Besitz für mich wichtig sind, finde ich die tiefste Befriedigung durch spirituelle Faktoren.*
6. *Altruismus: Ich bin schnell und tief betroffen, wenn ich menschliches Elend und Leid sehe.*
7. *Idealismus: In allem, was ich tue, habe ich einen tiefen und positiven Glauben an die Menschheit.*
8. *Bewusstsein für die Tragik: Offensichtlich sind Schmerz und Leid notwendig, damit wir unser Leben prüfen und neu orientieren.*
9. *Früchte der Spiritualität: Der Bezug zur transzendenten, spirituellen Dimension half mir persönlichen Stress zu verringern. (Elkins et al ,1988, zitiert nach Bucher 2007, 40).*

Es handelt sich um eine der differenziertesten Skalen zum Phänomen Spiritualität und setzt keine Zugehörigkeit zu einer Religionsgemeinschaft voraus.

Eine weitere Definition von Spiritualität, die sinnbezogen orientiert ist, findet sich bei Wolfgang Roth in einem Aufsatz zum Thema „Spiritualität, Vernunft und Selbsterkenntnis“. Er benennt vier Perspektiven von „Sinn“, die zusammengekommen Spiritualität ergeben können:

1. *Bewusste Wahrnehmung, Erkenntnis seiner selbst, bewusste Zielsetzung*
2. *Umfassendes tiefes Verstehen und Gespür seiner selbst, z.B. durch Achtsamkeit, Meditation*
3. *Gemeinsam auf ein Ziel gerichtet: Gemeinsinn, „Kategorischer Imperativ“*
4. *Kommunikation auf spiritueller Ebene: Verschmelzung mit anderen, mit Gott, mit dem Kosmos. (2009,19)*

In diesen vier Aspekten des Sinns ist es dann angemessen von „Spiritualität“ zu sprechen, wenn er die Wahrnehmung, das Ziel, das Verstehen, das Spüren auf das größere Ganze der Person, eines Kollektivs oder des Universums einbezieht. Die Beachtung und Anwendung dieser Prinzipien in die persönliche Lebensgestaltung würde a priori eine spirituelle Lebenshaltung implizieren.

Die unterschiedlichen Definitionen zeigen Folgendes auf: Das Verständnis, die Ausprägung und die individuelle Bedeutung des Begriffes sind sehr vom Weltbild, dem weltanschaulichen Hintergrund und den persönlichen Werten abhängig. Offensichtlich ist jedoch, dass Spiritualität inner- und außerhalb von Religionen, religiösen Gemeinschaften und Kirchen zu finden ist.

Eine Definition, die den Inhalten, Zielen und dem Konzept der Existenzanalyse entspricht, könnte meiner Meinung nach folgendermaßen lauten:

Spiritualität ist ein bewusstes oder unbewusstes Erleben, eine Erfahrung von Ganzheit und Verbundenheit im Fühlen, Denken und Handeln, sei es im Alltag oder in ritualisierten Auszeiten vom Alltagsgeschehen. Wesentliche Kriterien von Spiritualität sind: innere Zustimmung, Achtsamkeit, Bezogenheit, Zuwendung, und Hingabe.

Etwas anders, inhaltlich auf das Strukturmodell der heutigen Existenzanalyse bezogen und auf die geistige Dimension des Menschen verweisend, versteht A. Längele Spiritualität:

„...eine erlebende, geistige Offenheit für eine den Menschen und seine Existenz in allen vier Grundbezügen übersteigende Größe oder tragende Schicht, die er als Ursprünglichkeit für das eigene Personsein und für die eigene Existenz empfinden kann und in der er seine letzte Geborgenheit spürt. Sofern diese Bezüge auch bewusst werden, versteht sich der Mensch auch als darin begründet. – Spiritualität kann zusammenfassend bezeichnet werden als Geist erfahren inmitten des Lebens.“ (2005, 52)

Auf die vier Grundbezüge oder Grundmotivationen der Existenzanalyse wird im Abschnitt elf genauer eingegangen. Im Zuge dieser Arbeit soll versucht werden eine phänomenologisch-inhaltliche, erlebnishafte Beschreibung von dem zu geben, was Spiritualität sein kann.

2 SPIRITUALITÄT VERSUS RELIGIOSITÄT

Der alltagssprachliche Umgang mit dem Begriff Religiosität ist einigermaßen einheitlich, doch gelingt es nicht, die Merkmale von Religionen eindeutig zu bestimmen. Es gibt eine Unzahl an Definition des Begriffs Religion, aber keine allgemein gültige, die in den verschiedenen wissenschaftlich philosophisch-theologischen Disziplinen allgemeine Anerkennung findet. Die Pluralität der Begrifflichkeit führt zu sprachlichen Konstrukten, die von unterschiedlichen religiösen und philosophischen Positionen abhängig ist.

Die etymologische Herkunft des Begriffes Religion ist unklar, gibt jedoch Hinweise auf das Wesen von Religion. Unter dem lateinischen Verb re-ligo sind folgende Bedeutungen zu finden: „zurück-, empor-, anbinden, festhalten, verbinden.“ (Stowasser, 1971, 424) Religionen verbinden Menschen, ermöglichen Anbindung an ein größeres Ganzes und geben Halt.

Soweit der Begriff die sprachlichen Konventionen berücksichtigt, umfasst er laut Lexikon für Theologie und Kirche folgendes:

...Religion umfasst alle Orientierungssysteme und Gemeinschaften, die sich selbst als Religionen bezeichnen oder als solche benannt werden, wie verschieden sie sich im übrigen nebeneinander ausnehmen mögen.....Inhaltlich gemeinsame Elemente der Religionen lassen sich am leichtesten unter funktionalen Gesichtspunkten bestimmen. Sie vermitteln alle in irgendeiner Weise Orientierung über das Ganze des Lebens (...) dabei sind alle Religionen daran beteiligt, Belastungen tragbar zu machen, Werte zu sichern, Verpflichtungen zu bekräftigen, Hoffnungs- und Handlungsperspektiven zu eröffnen usw. Solches leisten aber nicht nur Religionen, deshalb bleiben die funktionalen Momente für die Begriffsbildung unzulänglich (...) Dass Religion schlechthin eine Beziehung des Menschen zu Gott sei, lässt sich nicht behaupten, falls man dem Selbstverständnis von Religionen gerecht werden will. Demgegenüber sind „das Absolute, die Transzendenz, das Unendliche, der letzte Grund, das Heilige in ihrer „inhaltlichen Unbestimmtheit“ eher geeignete Elemente eines allgemeinen Religionsbegriffes.“ (Zirker zit. nach Kaspar, 2006 Band 9, 1035)

Auf die anthropologisch-philosophische, religionswissenschaftliche oder systemisch-theologische Interpretation des Begriffes kann hier nicht weiter eingegangen werden.

Aus existenzanalytischer Sicht ist Spiritualität die „*Grunderfahrung jeder Religiosität*“ (Längle, 2005, 53). Sie ist sozusagen die „Erlebnisgrundlage“ von Religiosität.

„Religion vermag nun durch ihr ganz anderes Wissen, durch die göttliche Botschaft, das Erlebte zu interpretieren, auszuformulieren, auszudeuten, in einen noch größeren Zusammenhang zu stellen, den der Mensch aus sich heraus nicht mehr wissen kann.“ (ebd.)

Ob dem Menschen durch göttliche Offenbarungen, die immer im Kontext des subjektiven Erlebens zu betrachten sind und daher möglichen Irrtümern unterlegen sind, Heilbringendes widerfährt, bleibt der persönlichen Beurteilung überlassen.

Aus der Sicht der analytischen Psychotherapie C. G. Jungs bedeutet das Phänomen Religion eine

„...sorgfältige und gewissenhafte Beobachtung des Numinosen, eine dynamische Existenz oder Wirkung, die nicht von einem Willkürakt verursacht wird.“ (WB der Psychotherapie, 2007, 590, Jung, GW, Bd.16, §99)

Eine alltagstaugliche Definition des Begriffes Religion ist bei Wikipedia zu finden:
*„Als **Religion** bezeichnet man eine Vielzahl unterschiedlicher kultureller Phänomene, die menschliches Verhalten, Denken und Wertvorstellungen normativ beeinflussen. Religiöse Sinngebungssysteme stehen jenseits von naturalistischen Welterklärungen, indem sie sinnlichen Erfahrungen transzendente oder immanente Ursachen zuschreiben.“*
(<http://de.wikipedia.org/wiki/Religion>) [26.03.2010]

Häufig werden unter dem Begriff Religion, vor allem aufgrund der christlichen geprägten kulturellen Tradition in der westlichen Welt, Erklärungen über die Welt vermittelt, wie diese entstanden ist, wie sie „funktioniert“. In den religiösen Lehren und Schriften werden häufig direkte „Sinnverordnungen“ und Anleitungen zur Lebensbewältigung in einem moralischen Regelwerk zusammengefasst. Diese Lebensvorschriften und Regeln sind meist in sehr langen kulturellen Traditionen entstanden.

Dieser religiös verstandene Auftrag zur „Sinnstiftung“ steht in Widerspruch zur existentiellen Auffassung von Sinnfindung. *„Sinn kann nicht gegeben, sondern nur gefunden werden“*....schreibt V. Frankl (1979, 155). Ausgangspunkt seines Sinnverständnisses ist die existentielle Wende, wonach der Mensch Zugang zu seiner Existenz dann findet, wenn er sich als ein vom Leben Befragter versteht. (Frankl, 1982, 96) In der verantwortungs-geleiteten Beantwortung der aktuellen Lebensfragen erfüllt sich der „Sinn des Lebens“. Im heutigen Verständnis der Existenzanalyse bedeutet Sinn die für die jeweilige Person „wertvollste Möglichkeit des Handelns in der konkreten Situation“ (Längle, 1994, 43).

Ein weiteres Merkmal von Religionen ist die zumeist institutionalisierte und organisierte Annahme der Existenz einer oder mehrerer persönlicher oder unpersönlicher transzendenter Wesen (einer oder mehrerer Gottheiten, Geister und/oder Prinzipien). Es kann sich dabei auch um Vorstellungen wie Nirwana und Jenseits handeln. Allerdings erfasst dieses Merkmal nicht alle Religionen, da es in einigen Religionen keine oder kaum eine Rolle spielt. In den Hindu-Traditionen oder im Buddhismus spielen beispielsweise Glaubenslehren, Institutionalisierung oder Gottheiten eine unerhebliche Rolle.

Ein weiteres Kennzeichen stellt die Zuschreibung des Begriffes Religion an die Existenz einer Gemeinschaft dar. Einige Religionen beruhen auf philosophischen Systemen, deren praktische Ausübung an keine Gemeinschaften gebunden ist, bei anderen ist die politische Orientierung oder die spirituelle Dimension sehr ausgeprägt. Eine klare Abgrenzung ist fast nicht möglich. Überschneidungen und/oder Gemeinsamkeiten gibt es in nahezu allen Religionen. Insbesondere bei der Rezeption durch einzelne Menschen finden sich die unterschiedlichsten individuellen Anwendungsformen religiöser Lebensstile. Sehr viele Religionen weisen jedoch gemeinsame Elemente auf, wie die Kommunikation mit transzendenten Wesen unter Einbeziehung von Priestern, Propheten, Heilslehrern und die Verwendung von Symbolen oder mystischen Ritualen.

Für diese Arbeit verwende ich folgende von mir formulierte Definition des Begriffes Religion:

Religion ist das Konstrukt eines institutionalisierten Glaubenssystems, das sich um einen Menschen, eine Gottheit, einen Propheten oder ein Prinzip entwickelt hat, und in religiösen Überzeugungen, Handlungen/Verrichtungen gelebt wird, die sich in Einstellungen zum Leben und zur Welt zeigen. Diese

werden sichtbar in konkreten Anleitungen, wie man leben soll und haben Auswirkungen auf das ethisch/moralische Verhalten eines Menschen.

Aus dem Gesagten lässt sich ableiten, dass es Religiosität ohne Spiritualität gibt und auch den umgekehrten Fall, dass Spiritualität ohne Zugehörigkeit zu einer Religion gelebt werden kann.

Spiritualität ohne religiöse Einbindung findet sich in der Beschreibung der weltlich humanistischen Spiritualität von J. Kahl bzw. in der Definition nach Bucher, wie sie oben angeführt worden sind.

Spiritualität ohne Bezug zu Religiosität kann als ein intensives Erleben von Natur oder eine tiefgehende Berührung durch einen Menschen (z.B. in der Sexualität) exemplifiziert werden.

Ein Klient beschrieb ein solches spirituelles Erlebnis einmal folgendermaßen:

„Ich sitze in einer lauen Sommernacht in meinem Garten und beobachte den Sternenhimmel. Die Sterne strahlen nur für mich. Da fühle ich mich eins mit dem Universum und ruhe ganz in mir selbst.“

Ebenso kann jemand meditative Praktiken ausüben ohne die Absicht, in Beziehung zu einer Gottheit oder einem höheren Wesen zu treten.

Religion ohne Spiritualität findet sich in vielen religiösen Ritualen, die ihre ursprünglich inhaltliche Bedeutung verloren haben. Beispielsweise wenn jemand ein Gebet rein formelhaft herunterleiert, um einer vermeintlichen religiösen Pflicht nachzukommen; oder wenn jemand an einer christlichen Zeremonie teilnimmt, weil dies sozial erwünscht ist; oder wenn ein Politiker ausschließlich am Sonntag vor der nächsten Wahl den Gottesdienst besucht, um damit Wählerstimmen zu lukrieren. Ein Beispiel aus der psychotherapeutischen Praxis:

Ein vierzehnjähriger Klient erzählt in der Therapiesitzung, dass er sich zum Firmungsunterricht angemeldet hat. Auf meine Frage nach dem Beweggrund dafür ist er vorerst einmal sehr irritiert und verunsichert. Im Laufe des Gesprächs stellt sich heraus, dass er dieses religiöse Angebot des Pfarrers, der Kirche eigentlich nur deshalb wahrnimmt, weil ihm sein Patenonkel als Geschenk zur Firmung einen neuen Laptop versprochen hat. Ihm ist ein möglicher Sinn dieses religiösen Rituals völlig fremd.

Ein anderes Beispiel für religiöse Praktiken ohne spirituellen Hintergrund:

Ein Kind wird von seinen Eltern zu Erstkommunion geschickt, weil es im Dorf so üblich ist und die Eltern befürchten, es ansonsten in eine Außenseiterposition zu bringen, oder sie fürchten für sich selbst, Opfer des örtlichen Klatsches zu werden. Rituale und religiöse Handlungen, die ihres Sinnes entleert worden sind, sind auch ihrer Spiritualität entleert worden.

Religiosität und Spiritualität sind keineswegs ident, Religion kann unter widrigen Umständen Menschen am Leben ihrer persönlichen Spiritualität hindern, da sie zu fremdbestimmtem Handeln verleiten kann und dadurch zur Selbstentfremdung führt. Spiritualität und Religiosität überlappen einander, weisen viele Gemeinsamkeiten auf. Spiritualität ist breiter, umfassender und kann als eine menschliche Fähigkeit an und für sich angesehen werden.

3 SPIRITUALITÄT und ATHEISMUS

3.1 ATHEISMUS

„Ich bin ein Gegner der Religion. Sie lehrt uns damit zufrieden zu sein, dass wir die Welt nicht verstehen.“ schreibt Richard Dawkins, einer der bekanntesten Atheisten der Gegenwart, in seinem Buch „Der Gotteswahn“ (2007) im Untertitel.

Was hat das Eine mit dem Anderen zu tun? Sind da nicht unüberbrückbare, Jahrtausende alte Gegensätze, die aufeinanderprallen? Sehen wir einmal genau hin. Im „*Neuen theologischen Wörterbuch*“ wird Atheismus übersetzt als „*Auffassung von der Nichtexistenz Gottes*“ (Vorgrimler, 2000, 64), also eine sachliche wertfreie Begriffsbestimmung.

Atheismus (griechisch) übersetzt als „*Gottesleugnung*“ (*Duden 7, Die Etymologie der deutschen Sprache*, 37) weist in dieser Begriffsklärung eindeutig auf das Wort „Lügeleugnen“ (gleicher Wortstamm) hin und ist damit negativ wertend.

Die wörtliche Übersetzung von Atheismus als „*Gottlosigkeit*“, die das DTV-Lexikon (1968, Bd.1, 235) als ersten Begriff anführt, legt nahe, an einen Mangel zu denken. Im Sinne eines Defizites verstehen sich viele Begriffe mit der Silbe „LOS“ am Ende. Wer herzlos ist, kann nicht mitfühlen, wer kopflos ist, ist verwirrt, wer gedankenlos ist, kann nicht klar denken, ein sinnloses Leben gilt als wenig lebenswert, auch wer arbeitslos ist, hat unter einer „Losigkeit“ zu leiden.

Ist der „Gottlose“, der Atheist, tatsächlich jemand, dem etwas fehlt? Im allgemein üblichen Verständnis ist es wohl so, wenn auch der „Gott-lose“ selbst möglicherweise eher das Gefühl hat, freier, unabhängiger, „sorgloser“ leben zu können.

In der Tat sind Atheisten seit dem Altertum Anfeindungen und Verfolgungen ausgesetzt. Seit der Philosoph Sokrates um 399 v. Chr. wegen Atheismus und Jugendverführung zum Tode verurteilt wurde und seit die kirchlich-staatliche Inquisition zahlreiche Opfer unter sogenannten Gottesleugnern fand, hat sich an der Ausgrenzung und Abwertung von Atheisten wenig geändert. Werden sie auch heute in unserem Kulturkreis selten mit dem Tode bedroht, werden ihnen doch vielfach moralisch/ethisches Denken und verantwortungsgeleitetes Handeln abgesprochen. Das ist jedenfalls mein ganz persönlicher Eindruck, den ich in der Begegnung mit streng katholischen Gruppen gewonnen habe.

Ein Beispiel dazu aus der jüngsten Vergangenheit: Papst Benedikt sagte in einer seiner Predigten bei seinem Österreichbesuch im September 2007: *„Ohne Gott keine Zukunft!“* Was bedeutet dieses prophetische Wort einer moralischen Instanz, wie sie der Papst zweifellos für die Christen ist, für jene Menschen, die nicht an Gott glauben? Haben „gottlose Menschen“ ein schlechtes Leben, oder vielleicht gar kein Leben in der Zukunft? Sind Menschen, die nicht gottgläubig sind, oder ist eine Welt ohne Gott perspektivenlos dem moralischen Verfall und damit dem Untergang geweiht?

Ein streng gläubiger Katholik würde diese Frage vermutlich ohne Zögern bejahen. Atheistisch denkende Menschen werden diese Behauptung als unzulässige Zumutung zurückweisen.

In Europa werden Atheisten in der Regel nicht mehr ausgegrenzt und verfolgt. Bisweilen unterstellt man ihnen eine gewisse Selbstbezogenheit, denn „an irgendetwas muss man ja glauben“. Nach wie vor entstehen bekennenden Atheisten Nachteile, haben sie unter Abwertungen zu leiden, wenn in amtlichen Dokumenten in der Rubrik religiöses Bekenntnis steht: o.B. (ohne Bekenntnis).

„Das verneinende Präfix steht für eine Negation, für einen Mangel, eine Lücke oder eine Oppositionshaltung. Es gibt keine positive Bezeichnung für

denjenigen, der nicht den Schimären opfert, nur diese sprachliche Konstruktion, mit der die Amputation noch verschärft wird: A-theist also, aber auch UN-gläubiger, A-gnostiker, Irr-religiöser, Un-frommer. Nichts, was auf den positiven, bejahenden freien und unabhängigen Aspekt des Individuums hindeutet, das jenseits der Fabeln und des magischen Denkens zu Hause ist“... schreibt der französische Philosoph M. Onfray (2007, 37).

Wenn wir über die Grenzen unseres Kulturkreises hinausblicken, sehen wir sehr wohl noch ganz Anderes. Nach wie vor werden unzählige Menschen aufgrund ihrer nichtreligiösen oder andersreligiösen Überzeugung als „Ungläubige“, „Heiden“ benachteiligt, angefeindet, verfolgt und/oder mit dem Tode bedroht.

Die Argumente für die Notwendigkeit von Glaube und Religion sind vielfältig. Am häufigsten wird meines Erachtens mit der Angst vieler Menschen vor dem Nichts, der Leere, der Ungewissheit und dem Bedürfnis nach Sicherheit und Halt argumentiert. Diesem Grundbedürfnis kommen Religionen und Glaubenssysteme entgegen. Die Frage ist: „Wie viel Gott braucht der Mensch?“ „Braucht der Mensch tatsächlich einen Gott, mehrere Götter oder eine göttliche Instanz, um ethisch verantwortungsvoll handeln zu können?“

Diese Fragen trägt der Zeitgeist an uns heran und beschäftigt viele. Es ist doch höchst bemerkenswert, dass das im September 2007 erschienene Buch von Richard Dawkins „*Der Gotteswahn*“ im November bereits auf den Bestsellerlisten rangierte. Dawkins, Evolutionsbiologe an der renommierten Universität Oxford, zieht in seinem Buch mit sehr harten Worten gegen die Religion zu Felde, und gleichzeitig ist dieses Buch ein Plädoyer für den Atheismus.

„Atheist zu sein ist nichts, wofür man sich entschuldigen müsste. Im Gegenteil: Man kann stolz darauf sein und hochoberhalb des Horizontes bis zum Horizont blicken, denn Atheismus ist fast immer ein Zeichen für eine gesunde geistige Unabhängigkeit und sogar für einen gesunden Geist.“ (Dawkins, 2007, 15)

Dawkins bezeichnet Gott als eine Illusion, wenn er schreibt:

„Jede kreative Intelligenz, die ausreichend komplex ist, um irgendetwas zu gestalten, entsteht ausschließlich als Endprodukt eines langen Prozesses der allmählichen Evolution.“ (2007, 46)

Sind Darwinismus und Schöpfergott ein Widerspruch? Für den Kreationismus und die Theorie vom „Intelligent Design“ nicht, ebenso wenig für die katholische Theologie.

Der Trend zum Atheismus spiegelt sich unter anderem in der ansteigenden Zahl der Kirchenaustritte wider.

Nach den jährlichen Veröffentlichungen des ORF hat sich die Zahl der Kirchenaustritte in Österreich seit 1980 verdoppelt. Im Jahr 2004 verließen erstmals mehr als 50.000 Menschen die katholische Kirche, 2005 waren es 44.609 Katholiken und 2006 verließen 36.645 Personen die katholische Kirche.

Die Salzburger Nachrichten veröffentlichten am 23.12.2008 folgende Graphik unter dem Titel „Österreicher verlieren Glauben“:



Die Zeitreihenanalyse der GfK Austria zeigt, dass der Anteil der nicht gläubigen Österreicher/innen in den letzten neunzehn Jahren um acht Prozentpunkte gestiegen ist. 2007 gab bereits jeder Fünfte an, nicht an Gott glauben zu können, also Atheist zu sein. Etwa ein Drittel (34%) der befragten Personen bezeichneten den Glauben als einen wichtigen Teil ihres Lebens. Weiters heißt es in dem Bericht *„...nach wie vor bezeichnen sich Männer überdurchschnittlich oft als ungläubig, am wenigsten Gläubige finden sich vor allem unter den jüngeren Befragten. Große Bedeutung hat der Glaube vor allem für Frauen, für über 60-Jährige, für Personen mit Volks- und Hauptschulabschluss sowie für Bauern und Haushaltsführende.“*

Aus dieser Umfrage lässt sich schließen, dass mit dem höheren Grad eines Schulabschlusses auch die Bedeutung von Religion sinkt. Je mehr der Mensch über die Welt weiß und wie sie funktioniert, desto kritischer ist er möglicherweise gegenüber den Wahrheiten, die religiöser Glaube vermittelt. Wissenserweiterung und Wissenschaft können also offensichtlich den Glauben beeinflussen, verändern oder bis zu einem gewissen Grad ersetzen.

Der Glaube an „göttliche Wundertaten“, wie sie in der Bibel oder im Koran beschrieben sind, verliert mit zunehmenden intellektuellen Fähigkeiten an Bedeutung. Gerade der Fortschritt der Naturwissenschaften ermöglicht immer wieder unglaubliche Einblicke in die geniale Werkstatt der Natur oder eben eines Schöpfergottes.

Die Wunder, die die Natur für Menschen bereit hält, sind in der Tat gewaltig und faszinierend. Sei es das herrliche Glitzern und Schillern eines Schneekristalles in der Wintersonne oder der betörende Duft einer sich öffnenden Rose im sommerlichen Garten. Das wunderbare Erlebnis eines Regenbogens ist um nichts geringer, seit man wissenschaftlich erklären kann wie er entsteht. Newton hat die Poesie dieses Naturschauspieles nicht zerstört, in dem er es auf Spektralfarben reduzierte.

„Das Gefühl des ehrfürchtigen Staunens, das uns die Naturwissenschaft vermitteln kann, gehört zu den erhabensten Erlebnissen, deren die menschliche Seele fähig ist. Es gehört zu den Dingen, die das Leben lebenswert machen.“ (Dawkins 2007, 10)

Im Vorwort zum Gotteswahn heißt es:

„Genügt es nicht zu sehen, dass ein Garten schön ist, ohne dass man auch noch glauben müsste, dass Feen darin wohnen?“ (ebd. 8)

Eine weitere Frage taucht beim Lesen dieser Zeitungsmeldung im Zusammenhang mit der Gendergewichtung in der Bedeutungsfrage von Religiosität auf. Wer regelmäßig oder gelegentlich einen Gottesdienst in einer röm.-kath. Kirche besucht, dem wird auffallen, dass die weiblichen Teilnehmerinnen eindeutig in der Überzahl sind. Was bringt Frauen in die Kirche und was hält Männer draußen? In vielen ländlichen Gebieten gibt es auch den Brauch: Die Frauen sind in der Kirche, währenddessen vergnügen sich die Männer am Stammtisch. Folgendes fällt auf: Die Kirchenbesucherinnen sind in erster Linie ältere Frauen, die in der Regel noch sehr von patriarchalen Strukturen geprägt sind und nach dem Motto leben: Kinder- Küche – Kirche. Gott ist in der katholischen Kirche vorerst einmal männlich definiert: Gott Vater – Gott Sohn – Gott Heiliger Geist. Auch Einfluss, Macht und die Ehre des Vollzuges der heiligen Rituale, verbunden mit besonderen Weihen, sind der Männlichkeit vorbehalten. Auf den ersten Blick ist es jedoch paradox, dass sich in erster Linie Frauen von dieser Männerdomäne angezogen fühlen. Aber vielleicht macht gerade dieses Phänomen die Faszination aus?

Vielleicht sind es auch "typisch weibliche Lebenssituationen", wie existenzielle Abhängigkeit, Armut, fehlende Selbständigkeit oder emotionale Not, die eine Rolle spielen. Möglicherweise setzen sich Frauen allgemein weniger mit naturwissenschaftlichen Themen auseinander und haben einen mehr emotionalen als rationalen Zugang zur Welt. Weibliche Gehirne funktionieren anders, verkünden populärwissenschaftliche Sachbücher wie: „*Warum Männer nicht zuhören und Frauen schlecht einparken.*“ (Pease, 2000) Wenn inzwischen auch bekannt ist, dass „*Männer vom Mars und Frauen von der Venus sind*“ (Evatt, 2005), sind aus dem Bereich der neurobiologischen Genderforschung noch klarere Ergebnisse und Erklärungen zu erwarten. Es ist zu vermuten, dass sich dieses Phänomen des weiblichen Überhangs bei aktiven Gläubigen mit der fortschreitenden Emanzipation der Frauen ändern wird.

Nach den Ergebnissen der Umfrage zu schließen dürfte die Esoterikbewegung auch nicht wirklich ein Ersatz für Religion sein. Deren Bedeutung hat sich in den von der Umfrage erfassten vergangenen zehn Jahren deutlich verringert, genauer gesagt fast halbiert. Esoterik als eine Heil und Heilung versprechende Kraft braucht eben auch den „Glauben“.

Das Faktum des allgemeinen Glaubensverlustes findet sich auch in den laufenden Diskussionen um den Ethikunterricht wieder. Schülerinnen und Schülern wird die Abmeldung vom katholischen Religionsunterricht nicht leicht gemacht. Wer seine Abmeldung nicht in den ersten fünf Kalendertagen des Unterrichtsjahres abgibt, wird „zwangsverpflichtet“. Viele Religionslehrer/innen lösen das Problem der desinteressierten und unwilligen Schüler/innen dadurch, dass sie sich jeglicher Diskussion und Auseinandersetzung entziehen und die Religionsstunde von vorn herein zur „Freistunde“ erklären. Damit wird meines Erachtens eine große Chance vergeben. Ein großer Teil des pädagogischen Auftrages der Schule besteht in der Hinführung der Kinder und Jugendlichen zu ihrem persönlichen Werte-Leben. In welchem Gegenstand könnte das besser gelingen als in einem Unterrichtsfach Ethik oder Spiritualität, in dem die jungen Menschen verschiedene spirituelle Erfahrungen machen können?

Englisch, Mathematik oder Informatik eignen sich wohl wenig dazu, den Fragen junger Menschen nach dem Sinn des Lebens Antworten zu geben. Ein Ethikunterricht, der über den Wert von Religiosität und Spiritualität sachlich informiert

ohne ideologisch einzuengen, der auch auf Gefahren von Fundamentalismus und religiösen Fanatismus hinweist, könnte für alle im Schulsystem, aber auch auf gesellschaftlicher Ebene, ein Gewinn sein. Er wäre auch ein großer Schritt zu gegenseitiger Akzeptanz, zu mehr Achtung und Respekt für andere Kulturkreise und ihre religiösen Anschauungen und Werte. Es ist zu befürchten, dass diese Vision eines allgemein verpflichtenden Ethikunterrichtes noch eine Weile auf sich warten wird lassen. Die Widerstände sind zu groß.

Derzeit (Unterrichtsjahr 2009/2010) läuft an sechs verschiedenen Schulen in der Steiermark ein Pilotprojekt mit dem Unterrichtsfach: „Glück macht Schule“. Das Unterrichtsziel ist definiert als lebenspraktische Orientierungshilfe. Könnte nicht die Erfahrung von Glück eine wunderbare Vorbereitung für die Entwicklung spiritueller Fähigkeiten sein? Wenn sich Kinder und Jugendliche mit den Fragen nach Glück und Lebensfreude auseinandersetzen, wie Glück entsteht, kommen sie meines Erachtens in sehr große Nähe zu spirituellen Prozessen. Dieses Projekt lässt hoffen.

In der zeitgenössischen Literatur, Kunst und Kultur zeigt sich ein Trend zum Atheismus. Schriftsteller und Schriftstellerinnen finden ihre Themen in allen Bereichen des Menschen und seines Schicksals, doch religiöse Themen sind hier rar geworden. In den Musikkreationen des zu Ende gehenden 20. und beginnenden 21. Jahrhunderts finden sich kaum Messen, Oratorien oder geistliche Lieder. Orgelmusik, Choräle und Kirchenchöre wurden abgelöst von Rock, Pop und heavy metal. Welche Musik hätten wohl Haydn und Bach komponiert, wenn sie keine religiösen Menschen gewesen wären? Eine spannende Frage, die leider niemand beantworten kann. Mit Sicherheit wäre ihre Musik genauso genial und großartig gewesen. Auch in der bildenden Kunst finden sich wenige Motive, die einen religiösen Bezug haben.

Es ist doch keineswegs so, dass Atheisten an nichts glauben. „*Woran glaubt ein Atheist*“ ist der Titel eines Buches von Andre Comte-Sponville (2008), in dem er versucht Antworten zu finden.

3.2 AGNOSTIZISMUS

Sich als „Agnostiker/in“ zu deklarieren, so erlebe ich es, stößt im Allgemeinen auf wesentlich höhere Akzeptanz als zu sagen, Atheist/in zu sein. Das ist auch nachvollziehbar, da Agnostizismus als Weltanschauung die Annahme der grundsätzlichen Begrenztheit menschlichen Wissens beinhaltet. Die persönliche Erfahrung der eigenen Begrenztheit von Möglichkeiten und Wissen ist eine Erfahrung des täglichen Lebens, die jedermann und jederfrau zugänglich ist. Der wohl bekannteste Satz des griechischen Philosophen Sokrates: „Ich weiß, dass ich nichts weiß!“ ist zum „Parameter für Weisheit und Erkenntnis“ geworden. Gläubige Menschen, die nicht den Einflüssen fundamentalistischer Tendenzen erliegen, nehmen in der Regel den Unterschied zwischen „etwas glauben“ und „etwas wissen“ sehr deutlich wahr und distanzieren sich daher auch leichter von einem „Wahrheitsfanatismus“.

Der grundsätzliche Unterschied zwischen Agnostizismus und Atheismus besteht darin, dass es beim Agnostizismus um die prinzipielle rationale Nicht-Erkennbarkeit Gottes, beim Atheismus dagegen um die Annahme von der tatsächlichen Nicht-Existenz Gottes geht. Daher ist der Agnostizismus vor allem eine philosophische (Grund)Sichtweise, während sich der Atheismus vor allem als Gegenpol zum Theismus bzw. Deismus sieht. Der Unterschied erscheint zunächst gering, weshalb

auch die Begriffe Agnostizismus und Atheismus oft (fälschlicherweise) synonym gebraucht werden.

Agnostizismus, abgeleitet vom lateinischen Wort „a-gnosco“ (nicht wissen) steht als Begriff für eine Haltung, die für sichere Erkenntnisse und Aussagen über das Vorhandensein empirisch belegbarer Fakten und allgemein nachprüfbarer Erfahrungen verlangt. Im theologischen Taschenlexikon wird Agnostizismus definiert als „...eine Überzeugung, die die Möglichkeit jeder sicheren Erkenntnis jenseits der unmittelbaren Alltagserfahrung oder der auf sie bezogenen Wissenschaft leugnet.“ (Herders Theologisches Taschenlexikon, 1972, Bd.1, 38)

Unter diesen Voraussetzungen ist daher auch die Frage nach der Beweisbarkeit bzw. Nichtbeweisbarkeit Gottes vom Agnostizismus eindeutig beantwortet. Eine Beweisführung über die Existenz eines höheren Wesens oder eines Gottes in naturwissenschaftlichem Sinn, als logische Schlussfolgerung aus vorgegebenen Sachverhalten oder Prämissen, ist de facto nicht möglich. Ebenso wenig ist dies mit Hilfe der reinen Vernunft möglich. Die Annahme der Existenz einer Gottheit ist meiner persönlichen Schlussfolgerung nach eine Hypothese, die bislang weder wissenschaftlich bestätigt noch widerlegt werden konnte, denn Theologie als Wissenschaft geht von einer „Gotteshypothese“ aus.

Die Auffassung, dass die Existenz von Göttern und anderen höheren Wesen grundsätzlich unerkennbar sei, wird auch als *starker Agnostizismus* bezeichnet. Dagegen vertritt *schwacher Agnostizismus* die Auffassung, dass die Existenz von höheren Wesen nicht grundsätzlich unerkennbar, sondern nur zum gegenwärtigen Zeitpunkt unbekannt sei. Während ein *schwacher Agnostiker* auf die Frage, ob es einen Gott gibt, mit „Ich weiß es nicht“ antworten würde, würde ein *starker Agnostiker* mit „Ich kann es nicht wissen“ antworten.

3.3 GOTTESBEWEISE?

Die Annahme von der grundsätzlichen Nichtbeweisbarkeit transzendenter Wesen oder eines „Ursprungsprinzips“ steht im Widerspruch zur Theologie der Gottesbeweise. Die Existenz einer Gottheit wurde bis jetzt nicht bewiesen, und dieser Beweis ist nach Ansicht moderner Theologen auch nicht möglich, weil sein „Wesen“ über alles menschlich Begreifbare und sinnlich Erfahrbare hinausgeht, weil Gott eine ganz andere Dimension ist.

Theologische Gottesbeweise sind der Versuch, jenseits von irrationalen oder persönlichen Offenbarungen die Existenz Gottes oder eines göttlichen Prinzips nachzuweisen. Die „Natürliche Theologie“ behauptet im Gegensatz zur Offenbarungstheologie, mit Hilfe der Vernunft und einer sinnhaften Beobachtung (natürlichen Wahrnehmung) der Schöpfung, Aussagen über die Existenz und das Wesen Gottes machen zu können.

Als klassischer Gottesbeweis gilt der „ontologische Gottesbeweis“ (Anselm von Canterbury). Seinen Namen erhielt der Beweis nach dem darin vorgenommenen Schluss von der logisch-begrifflichen Ebene zur Ebene des Seins. Ausgangspunkt des Beweises ist der Begriff von Gott als demjenigen, „worüber hinaus nichts Größeres (Vollkommeneres) gedacht werden kann“ (Neues Theologisches WB, 2000, 466). Das Nachdenken über Gott führe auch den (noch) nicht Gläubigen zur Erkenntnis, dass dieses „worüber hinaus nichts Größeres gedacht werden kann“ nicht nur existiert, sondern notwendig existiert, d. h. dass nicht einmal gedacht werden kann, es existiere nicht, ohne dass das zu einem logischen Widerspruch führen würde.

Der kausale Gottesbeweis geht davon aus, dass alles, was in der Welt existiert, kontingent ist, also in einem Zusammenhang steht. Da man die Reihe der Ursachen nicht unendlich fortsetzen könne, müsse eine erste nicht kontingente Ursache existieren, die selbst unverursacht sei. Dieser „Erstverursacher“ wird mit Gott gleichgesetzt. Diese Argumentation liegt auch dem klassischen kosmologischen Gottesbeweis zugrunde: Das Universum muss eine Ursache außerhalb seiner selbst haben, und diese Ursache heißt Gott.

Moderne Varianten des kosmologischen Gottesbeweises argumentieren wie folgt: Die physikalischen Naturkonstanten (damit gemeint sind physikalische Größen, die sich weder räumlich noch zeitlich verändern, wie zum Beispiel Lichtgeschwindigkeit oder absoluter Nullpunkt) sind so aufeinander abgestimmt, dass Leben, wie wir es kennen, möglich ist – was sich bei Abweichung um wenige Promille ändern würde. Diese Abstimmung ist nur erklärbar als planvolle Wahl – durch einen Schöpfergott.

Nach dem teleologischen Gottesbeweis ist alles in der Welt zielgerichtet und auf Ordnung, Schönheit und Zweckmäßigkeit hin ausgelegt. Diese zweckhafte Ordnung ist nur damit erklärbar, dass ein Gott existiert, der die Welt so eingerichtet hat. Angesichts eines kritischen Blickes in die Welt lässt sich ein Prinzip von Ordnung und Schönheit nicht immer und überall erkennen. Für die Erklärung der Zweckmäßigkeit des Seins bietet die Evolutionstheorie eindeutig die besseren Argumente an.

Die umstrittene **Intelligent-Design**-Theorie benutzt Varianten des teleologischen Gottesbeweises in der Argumentation für die Existenz eines Gottes.

Die Intelligent-Design-Bewegung ist eine moderne Form des Kreationismus. Der Kreationismus erklärt die Entstehung des Universums und der Welt durch das unmittelbare Wirken und Eingreifen eines Schöpfers in natürliche Vorgänge. Naturwissenschaftliche Methoden und Theorien, vor allem die darwinistische Evolutionstheorie, werden abgelehnt.

Die Idee des Intelligent Designs, die von Amerika ausging, verfolgt das Ziel, naturwissenschaftlichen Erklärungsversuchen über die Entstehung komplexen Lebens auf der Welt die Theorie eines „intelligenten Entwurfs“ entgegenzusetzen. Sie steht im Widerspruch zu den Theorien der Biowissenschaften, die die Natur durch beobachtbare Vorgänge erklären (wie Mutation und Selektion) und diese Erklärungen durch Experimente und das Sammeln wissenschaftlicher Daten fortwährend prüfen.

Erklärter Zweck des Kreationismus ist zu untersuchen, ob man aus den empirischen Belegen schließen kann, dass das Leben auf der Erde durch die schöpferische Handlung eines oder mehrerer intelligenter Akteure entstand. In der Intelligent-Design-Kontroverse, die in Amerika teilweise sehr emotional geführt wird, geht es im Grunde um folgende Themenbereiche:

- ob Intelligent Design als Wissenschaft anerkannt werden kann oder soll
- ob es Belege gibt, die diese Theorien stützen
- ob es angebracht ist, diese Theorien in Schulen zu unterrichten.

In naturwissenschaftlichen Kreisen genießt Intelligent-Design keine breite Anerkennung als Wissenschaft, da seinen Vertreterinnen/Vertretern in erster Linie religiös fundamentalistische Beweggründe zugeschrieben werden.

Neuere Gottesbeweise laufen darauf hinaus, dass sich auch in der Weigerung, sich auf die Transzendenz einzulassen, oder im Zweifel darüber ein göttliches Geschehen ereignet. Allgegenwärtig sei demnach „der Hintergrund eines bejahten SEINS“.

Jedes Ist-Sagen geschieht vor dem Horizont eines tragenden Grundes, jede

Erkenntnis vor einem namenlos Anwesenden, wobei es zweitrangig ist, wie man es nennt: „Sein schlechthin, Geheimnis, das personale Du, Grund letzter Verantwortung, das absolut Gute...“ (Herders Theologisches Taschenlexikon, 1972, Bd. 3, 175)

4 SPIRITUALITÄT UND ESOTERIK

4.1 BEGRIFFSKLÄRUNG

Die Esoterik-Bewegung hat nach wie vor Hochkonjunktur. Einschlägige Fernsehsendungen, wie etwa „Mysterie“, „Akte X“, „Ghost Whispers“, aber auch die Filmindustrie mit durchaus interessanten und spannenden Filmen wie „Der sechste Sinn“ oder die immer wieder stattfindenden „Esoterikmessen“ weisen darauf hin. Keine größere Buchhandlung kommt heute ohne eine gut ausgestattete Abteilung für Esoterikliteratur aus, in Einkaufssträßen tauchen immer mehr Esoterikshops auf. Worauf ist die Faszination und Breitenwirkung dieses Phänomens zurückzuführen? Um dieser Frage auf den Grund zu gehen ist es notwendig, die Entstehungsgeschichte der Esoterik nach zu verfolgen.

Der Begriff **Esoterik** kommt aus dem Griechischen und bedeutet wörtlich: „das innere, innerliche, verborgene oder geheime [Wissen]“ oder „zum inneren Kreis gehörig“ *esôteros*: das Innere (Stumm 2007, 176). Etymologisch ist daher keine klare Bedeutung abzuleiten, und dem entsprechend war und ist auch der Wortgebrauch sehr heterogen. Vielfach wird „Esoterik“ als Bezeichnung für Geheimlehren verwendet, die nur Eingeweihten zugänglich gemacht werden.

Das Neue theologische Wörterbuch definiert den Begriff so:

„Esoterik (griech.= Sonderwissen) ist eine weltanschauliche Bewegung, die weite angloamerikanische und europäische Kreise erfasste mit dem Ziel, sicheren Halt in den (post)modernen Gefährdungen vor allem der psychischen Zustände zu gewinnen. Die Weltanschauung der Esoterik ist ein diffuses Mischgebilde astrologischer und mystischer Anschauungen mit populären naturwissenschaftlichen und psychologischen Erkenntnissen. Sie lehrt die Möglichkeit, mit den unterschiedlichsten Methoden höherer Erkenntnis ein Einsichtswissen zu erwerben und das eigene Bewusstsein in der Richtung eines kosmischen Einswerdens zu transzendieren. Auf diesem Wege sollen seelisch-körperliche Heilung und neue Lebensenergien gewonnen werden. Die moderne Esoterik weist unübersehbar auf emotionale Defizite in den traditionellen Religionen hin.“ (Vorgrimler, 2000, 173)

Eine wesentliche Differenz zwischen Esoterik und etablierten Religionen besteht in Bezug auf die Meinung über die Fähigkeit der einzelnen Person zur Erreichung persönlicher Selbsterkenntnis. Esoterische Bewegungen geben der Selbstwirksamkeit und den subjektiven Wahrheiten breiten Raum. Die Kirchen legen jedoch großen Wert auf die Begrenztheit der menschlichen Erkenntnisfähigkeit und vertreten offiziell den Standpunkt, dass die höchsten Glaubenswahrheiten nur in der „göttlichen Offenbarung“ und/oder in den von ihren Amtsträgern anerkannten heiligen Schriften zu finden sind.

4.2 HISTORISCHER ÜBERBLICK

Im folgenden Abschnitt sollen die historischen Wurzeln des heutigen Begriffes Esoterik beleuchtet werden. Allgemein gilt Pythagoras (ca. 570-500 v. Chr.) und die von ihm in Kroton (heute Kalabrien, Süditalien) gegründete pythagoräische Bruderschaft, welche dem Schweigegelübde verbunden war, als erste historisch erfassbare Erscheinung der (europäischen) Esoterik. Pythagoras lehrte auch, dass der Körper und die Seele sich von einander ablösen könnten und die Seele in einem anderen Körper weiterleben könnte. Seine Reinkarnationslehre wurde von Platon übernommen und modifiziert. Bei Platon (427-347 v. Chr.), dessen Schriften ausführlich erhalten sind, ist die unsterbliche Seele der eigentliche, wahre Kern des Menschen, der Körper dagegen, in den sie sich nur vorübergehend begibt, ihr „Grab“. Vieles von diesen Lehren fand auch Eingang in die christlichen Theorien. Mit der Anerkennung des Christentums als staatlich etablierte Kirche wendete sich diese jedoch gegen derartige Tendenzen und brandmarkte sie als Ketzerei und Häresie. Erst dadurch wurden die betreffenden Lehren schließlich „esoterisch“.

Im Mittelalter gerieten große Teile dieser antiken Lehren im christlichen Kulturraum in Vergessenheit. Esoterische Praktiken wie die **Magie** und die **Astrologie** waren jedoch auch im Mittelalter weit verbreitet. Eines der grausamsten Beispiele für gefährliche Auswirkungen magischen Denkens aus dieser Zeit sind die Hexenverbrennungen. Die scheinbaren oder tatsächlichen übersinnlichen Fähigkeiten und das intuitive Wissen von Frauen, das vor allem rothaarigen Frauen zugeschrieben wurde, waren Anlass für brutalste Folterungen und scheußlichste Hinrichtungsmethoden. Auch die Vorstellung, dass durch die Verbrennung am Scheiterhaufen die Seelen der gequälten Frauen gereinigt würden, gehört wohl zu den absurdesten Auswirkungen magischen Denkens. Andere magische Praktiken waren die Beschwörung von Dämonen und Engeln, wobei die Existenz von Dämonen als gefallene Engel (Luzifer) auch in der Theologie der Gegenwart anerkannt ist.

Wesentlich beeinflusst ist die heutige Esoterikbewegung von der christlichen Mystik. Die christliche **Mystik** des Mittelalters brachte viele positive Erscheinungen hervor. Christliche Mystik ist eine Bewegung innerhalb der Kirchen, die das Erleben völliger Einswerdung mit Gott anstrebt. Als Mittel zur Erreichung dieses Zustandes dienten bzw. dienen Gebet, Kontemplation, Gesänge, Askese und Bußübungen. Die Frauenmystik dieser Zeit beschreibt die gefühlvolle Vereinigung mit Jesus, die sich bis zu erotischem Erleben steigert. Als eine herausragende Proponentin dafür sei Hildegard von Bingen genannt. Die Leistung Hildegards liegt unter anderem darin, dass sie das damalige Wissen über Krankheiten und Pflanzen aus der griechisch-lateinischen Tradition mit dem der Volksmedizin zusammenbrachte und erstmals die volkstümlichen Pflanzennamen nutzte. Ihre naturkundlichen Werke über die Entstehung und Behandlung von Krankheiten zählen zu den Standardwerken der esoterisch orientierten Naturheilkunde. Die in ihren Werken empfohlenen Behandlungsvorschläge beinhalten die Verwendung von Heilkräutern, Metallen und Steinen. Sie entwickelte vor allem aber eigene Ansichten über die Entstehung von Krankheiten, Körperlichkeit und Sexualität. Die „Marketingbergriff Hildegard von Bingen“, unter dem heute in fast allen Reformhäusern oder BIO-Läden gesundheitsfördernde Lebensmittel oder Naturheilmittel angeboten werden, entstand erst in der jüngsten Vergangenheit.

Kritisch zu hinterfragen ist unter anderem ihre Annahme, dass Heil und Heilung eines kranken Menschen allein von der Hinwendung zum Glauben, der nur gute Werke hervorbringt, abhängt.

In der Renaissance, in der man sich wieder auf die Antike besonnen hatte, erlebte die Esoterik einen Aufschwung. Maßgeblich dafür war die Wiederentdeckung bedeutender Schriften der antiken Hermetik, einer religiösen Geheim- und Offenbarungslehre, die auf den griechischen Gott Hermes zurückgeht.

„Antoine Faivre, der Altmeister der Esoterikforschung, sieht im 16. Jahrhundert sogar den eigentlichen Ausgangspunkt dessen, was man später als Esoterik bezeichnen sollte, und degradiert damit die antike und mittelalterliche Esoterik zu bloßen Vorläufern: Als sich die Naturwissenschaften von der Theologie ablösten und man begann, sie um ihrer selbst willen zu betreiben (...), da konnte sich die Esoterik als eigener Bereich konstituieren, der in der Renaissance zunehmend die Schnittstelle zwischen Metaphysik und Kosmologie einnahm.“ (<http://de.wikipedia.org/wiki/Esoterik>) [09.05.2010]

In der Aufklärung hatte die Esoterik neben den etablierten Kirchen mit weiteren Gegnern zu rechnen. Auf Grund seiner philosophischen Arbeiten zur Vernunft, Erkenntnis und zum Wissen war Emmanuel Kant wohl einer der bedeutendsten Vertreter dieser Strömung. Dass Aufklärung und Esoterik nicht notwendigerweise im Gegensatz zueinander stehen mussten, zeigen hingegen die Freimaurer, bei denen ein aktives Eintreten für die rationale Aufklärung und ein verbreitetes Interesse für Esoterik nebeneinander bestanden.

Ende des 18. Jahrhunderts tauchten neue esoterische Praktiken auf wie Spiritismus und Okkultismus. **Spiritismus** beruht auf der Annahme, dass die Seelen von Verstorbenen, so genannten Geistern, mit Hilfe eines Mediums unter bestimmten Voraussetzungen mit im Hier und Jetzt lebenden Personen Kontakt aufnehmen können.

„Spiritismus ist eine Sammelbezeichnung für einen ideologischen Geister-Glauben, wonach ein empirischer Kontakt mit Geistern des Jenseits bzw. mit Seelen Verstorbener möglich ist, sei es durch sensitive Mittelpersonen, „Medien“ oder mit Hilfe von Befragungstechniken.“ (Lexikon für Theologie und Kirche, 2006, Bd.9, 847)

Die spiritistischen Lehren enthalten viele Elemente des Christentums:

- Gott, das „höchste Geistwesen“, gilt als der Schöpfer der Welt
- Gebete werden als wichtig erachtet, das „Vater Unser“ gilt als vollkommenes Gebet
- es gibt Jesus und Schutzengel
- beinhaltet die christliche Ethik und die „Zehn Gebote“.

Spiritismus ist meines Erachtens nicht als Religion zu bezeichnen, da wesentliche Elemente fehlen:

- Es ist keine formale Mitgliedschaft in einer Religionsgemeinschaft erforderlich.
- Es ist kein Aufsuchen bestimmter heiliger Orte notwendig.
- Es gibt keine formalen Rituale außer Gebete.
- Spiritismus wird nicht als einzig wahre Lehre angesehen.
- Spiritismus bemüht sich nicht um einen Konfessionswechsel anderer Gläubiger (kein Proselytismus).
- Es gibt keine religiöse Hierarchiestruktur.

Insgesamt bekennen sich auf der Welt rund 15 Millionen Menschen zum Spiritismus. In Brasilien, wo er am meisten verbreitet ist, wird Spiritismus (4,5 Mill. Mitglieder) auch als Religion anerkannt (<http://de.wikipedia.org/wiki/Spiritismus>), [18.06.2010]. Das ist äußerst bemerkenswert, da die ganze Glaubwürdigkeit der Lehre auf der Existenz und Authentizität von Medien beruht und die Echtheit der durch sie übermittelten Nachrichten nicht überprüft werden kann.

Okkultismus (von lat: occultus = verborgen, geheim) ist ein Teilbereich der Esoterik und umschreibt im abwertenden oder neutralen Sinn Magie. Die Blütezeit des Okkultismus liegt Anfang des 20. Jahrhundert und hat sich aus dem Spiritismus und der „Lebensreformbewegung“ heraus entwickelt. Lebensreform ist der Oberbegriff für verschiedene seit Mitte des 19. Jahrhunderts von Deutschland und der Schweiz ausgehende Reformbewegungen, deren gemeinsames Merkmal die Kritik an Industrialisierung und Urbanisierung war. Das Leitmotto war/ist „Zurück zur Natur“. Sie gilt als Mutter vieler neuer Bewegungen wie z.B.: Naturheilbewegung nach S. Kneipp, Reformhäuser, FKK-Bewegung, Vegetarismus, Entstehung der Schrebergärten, usw. Auch der Nationalsozialismus bediente sich zu seiner Verbreitung okkultur Methoden.

Die **Anthroposophie**, wörtlich „Weisheit vom Menschen“, gegründet von Rudolf Steiner (1861-1925), ist wahrscheinlich die bekannteste okkulte Weltanschauung der Gegenwart. Sie versteht sich als eine Erkenntnislehre, die einen individuellen Zugang zu übersinnlichen Phänomenen ermöglichen soll. Die Impulse, die von der Anthroposophie ausgehen, umfassen die unterschiedlichsten Lebensbereiche: Medizin, Landwirtschaft, Pädagogik, Religion, und Finanzwesen.

Exemplarisch sei hier eingegangen auf den pädagogischen Bereich und die Landwirtschaft.

Rudolf Steiner begründete die **Waldorfpädagogik**, nach der in den „*Rudolf-Steiner-Schulen*“ oder „*Waldorfschulen*“ unterrichtet wird. Sie ist eine international verbreitete Reformpädagogik, die auf den Grundlagen der Anthroposophie Lehrpläne, Erziehungskonzepte und Unterrichtsmethoden entwickelt hat. In Österreich gibt es derzeit neun „freie Waldorfschulen“, in Deutschland 206, weltweit liegt die aktuelle Zahl bei 985 Schulen.

Waldorfschulen genießen in weiten gesellschaftlichen Kreisen hohes Ansehen und sind als Privatschulen mit Öffentlichkeitsrecht auch staatlich gefördert. Der Andrang und das Interesse sind groß. Vor allem Eltern, die mit dem gegenwärtigen Schulsystem unzufrieden sind und für die Schullaufbahn ihrer Kinder Besseres erhoffen, finden in den Waldorfschulen eine Alternative. Im „Schwarzbuch der Anthroposophie“ (Guido und Michael Grandt, 1997) sind schwere Vorwürfe gegen R. Steiner nachzulesen. Die beiden Autoren brachten bei ihren umfangreichen Recherchen über die Person R. Steiners Tatsachen ans Licht, die vielen Eltern und Politikern offensichtlich nicht bekannt sind und aufhorchen lassen.

Schon im Titel seines Standardwerkes „Die Geheimwissenschaft im Umriss“ wird der Bezug zum Okkulten sichtbar. Ein Zitat aus dieser Schrift bringt diese Tendenz sehr deutlich zum Ausdruck:

„Einem Menschen, der durch die Seelenerlebnisse zur Geheimwissenschaft geführt wird, dem eröffnet sich durch diese nicht nur die Aussicht, dass er für gewisse Fragen seines Erkenntnisdranges Antwort finden werde, sondern auch noch die ganz andere, dass er zum Überwinder alles dessen wird, was das Leben hemmt und schwach macht.“ Das sind doch verlockende Aussichten! In diesem Sinn geht es weiter. *„Und es bedeutet in einem gewissen höheren Sinn eine Schwächung des Lebens, ja einen seelischen*

Tod, wenn der Mensch sich gezwungen sieht, sich von dem Übersinnlichen abzuwenden oder es zu leugnen. Ja es führt unter gewissen Voraussetzungen zur Verzweiflung, wenn ein Mensch die Hoffnung verliert, dass ihm das Verborgene offenbar werde“. (Grandt, 1997, 45)

Wenn Menschen, die sich von dem “verborgenen Übersinnlichen“ abwenden oder es einfach nicht anerkennen, „den seelischen Tod erleiden“, so ist das eine furchterregende Drohbotschaft, wie sie in vielen Religionen verkündet wird.

Nach G. und M. Grandt (1997, 96) ist die Anthroposophie Steiners eng mit der Geistesströmung der „Rosenkreuzer“ verbunden. Die Rosenkreuzer sind ein geheimer Orden, dessen Anfänge im 17. Jhd. liegen. Er beschäftigt sich mit den mystischen Traditionen der Alchemie, der Hermetik, einer spätantiken Offenbarungs- und Geheimlehre, nach dem griechischen Gott Hermes benannt, und Kabbalistik - Kabbala ist die mystische Tradition des Judentums.

Weiters wird auch festgehalten, dass R. Steiner Mitglied und hoher Würdenträger des „Ordo Templi Orientis“ war, eines Geheimbundes, der auch sexualmagische Praktiken lehrte. G. und M. Grant berichten weiter und belegen dies auch durch wörtliche Zitate aus der anthroposophischen Literatur dass:

...„Steiner selbst vor der Zerstörung der Erde nicht halt macht, damit der Geist des Menschen frei wird. Durch vergeistigten Satanismus oder Neosatanismus soll sich der Mensch aufschwingen zum Herrn über schöpferische Kräfte anderer Welten, um Herr des Universums zu werden.“ (Grandt, 1997, 153).

Angesichts solcher Überzeugungen wundert es nicht, dass die Anthroposophie sich in bedenklicher Nähe zu Rassismus befindet. Wenn man unter Rassismus die systematische Unterscheidung zwischen vermeintlich höherwertigen und minderwertigen „Rassen“ versteht, und wenn dieser Unterscheidung entsprechend auch der adäquate Umgang mit den so systematisierten Menschen folgt, kann man Rudolf Steiner eindeutig als „Rassisten“ bezeichnen. Belegt wird diese Behauptung mit diskriminierenden Zitaten aus der anthroposophischen Literatur speziell über die schwarze Bevölkerung Afrikas und Asiaten. Steiner wörtlich:

„Sehen Sie, so hat sich die Sache entwickelt, dass diese fünf Rassen entstanden sind. Man möchte sagen, in der Mitte schwarz, gelb, weiß und als Seitenhieb des Schwarzen das Kupferrote und als ein Seitenzweig des Gelben das Braune – das sind immer die aussterbenden Teile. Die Weißen sind eigentlich diejenigen, die das Menschliche in sich weiterentwickeln.“ (zit. nach Grandt, 1997, 185)

Diese Theorie von der „Überlegenheit der weißen Rasse“ lässt sich mit unserem heutigen Verständnis von Ethik und Menschenrechten nicht mehr vereinbaren. Zur weiteren Erläuterung des pädagogischen Ansatzes von R. Steiner noch einige Zitate zum Thema Erziehung (zit. nach Grandt, 1997):

- *Aufgabe der Erziehung ist es Inkarnationshilfe zu geben. (ebd. 270)*
- *Der Lehrer als Erziehungskünstler hat einen karmischen Auftrag an den Schülern zu erfüllen. Er ist der Seelenführer, nur er kennt den richtigen Weg und findet über die „rechte“ Entwicklung des Kindes zu seinem eigenen persönlichen Seelenheil. (ebd. 237)*
- *In den Kräften eines Kindes in den ersten dreieinhalb Jahren kommt das zur Geltung, was aus früheren Inkarnationen herüber wirkt. (ebd. 284)*
- *Es muss unter allen Umständen vermieden werden, dass das Kind anfängt, „selbstverständliche Autoritäten“ zu kritisieren. (ebd. 285)*

- *Strafe ist Aufgabe der allerhöchsten und allerschwersten Art, aber es ist auch eine höchste und strengste Pflicht. (ebd. 289)*

Diese Ansichten über Erziehung widersprechen ganz eindeutig den heutigen Erziehungszielen und auch den Grundsätzen, die in der Verfassung der Kinderrechte aus dem Jahr 1992 festgeschrieben sind.

Wie weit die heutigen „freien Waldorfschulen“ im Einzelnen diesen beschriebenen ideologischen Hintergründen folgen, ist eine andere Frage. Es ist anzunehmen und zu hoffen, dass sich die pädagogischen Prinzipien der heutigen Waldorfeinrichtungen von dieser „schwarzen Anthroposophie“ ihres Gründers distanzieren haben.

Unter **biologisch-dynamischer Landwirtschaft** wird Landbau, Viehzucht, Saatgutproduktion und Landschaftspflege nach anthroposophischen Grundsätzen verstanden. Produkte werden unter der Marke „Demeter“ vertrieben. Wissenschaftliche Ergebnisse der Forschungsarbeit aus mehr als zwanzig Jahren (Schweizer Forschungsinstitut für biologischen Landbau, Darmstädter Institut für Biologisch-Dynamische Forschung) zeigen auf, dass durch den Einsatz der biologisch-dynamischen Präparate die Fruchtbarkeit des Bodens erhöht werden konnte. Bei den wesentlichen Parametern wie Biomasse der Regenwürmer, Anzahl der Beikräuterarten oder Anzahl der Laufkäferarten lagen die biologisch-dynamisch gepflegten Versuchsflächen meistens vor den organisch-biologisch und konventionell bewirtschafteten. Die konventionelle Landwirtschaft und auch Teile der ökologischen Landwirtschaft betrachten den Einsatz biologisch-dynamischer Präparate mit Skepsis, da die behauptete Wirksamkeit nicht im materiell messbaren Bereich liege.

Der Beginn der modernen esoterischen Bewegung wird allgemein mit der Gründung der „Theosophischen Gesellschaft“ benannt. Von ihrem Selbstanspruch her ist sie Teil einer universalen, geistigen, intellektuellen und ethischen Bewegung, deren Grundlage eine sogenannte „universale Bruderschaft“ ist. Sie beruht auf der Annahme, dass alle Wesen des Universums von Anfang an in einem „kosmischen Bewusstsein“ verbunden und von diesem beseelt sind. Das führt dazu, dass alle Lebewesen in einer „unauflöselichen universalen Bruderschaft“ miteinander verwandt sind.

Einer der populärsten Zweige der Esoterik im 20. Jahrhundert war und ist zweifellos die **Astrologie**.

Astrologie oder Sternenkunde beschäftigt sich mit der Deutung der Stellung der Himmelskörper, in erster Linie der Sterne, und ihrem Einfluss auf den Lebenslauf des Menschen. Sie bedient das Bedürfnis vieler Menschen, mit Hilfe des Prinzips der Entsprechung die verloren gegangene Einheit von Mensch und Universum wieder herzustellen.

Der Wahrheitsgehalt, der Anwendungsbereich, die Leistungsfähigkeit sowie die Nützlichkeit astrologischer Aussagen werden vor allem von Astronomen, die einen wissenschaftlichen Zugang zum Thema haben, sehr kritisch gesehen.

Sterndeuterei und Horoskope sind jedoch äußerst populär, keine Tageszeitung kann auf diese Rubrik verzichten.

Der Österreichische Rundfunk bot 2009 wöchentlich drei Sendungen mit astrologischen Themen an, jeweils auf drei verschiedenen Kanälen, die den Erwartungen der jeweiligen Zielgruppe entsprachen. In diesen Sendungen konnten Hörerinnen und Hörer eine Astrologin oder Hellseherin zu ihrem Lebenslauf, zu ihrer Zukunft, zu ihren Sorgen und anstehenden Entscheidungen befragen. Ich gab mir eine Zeit lang dieses zweifelhafte Vergnügen und konnte es nicht fassen, wie

leichtgläubig und vertrauensselig Menschen sein können. Außerdem erlebte ich keine einzige Weissagung, die der/dem Rat-Suchenden ein unangenehmes oder schlimmes Schicksal voraussagte.

Die Astrologie erfüllt offenbar ganz wesentliche Bedürfnisse des Menschen, jene nach Sicherheit und Halt, auch das Bedürfnis auf brennende Fragen rasche Antworten zu erhalten.

Aus psychotherapeutischer Sicht ist gegen die Hinwendung zur Astrologie, wenn es um lebensentscheidende Fragen geht, einiges einzuwenden. Vor allem dann, wenn ihre Aussagen und Empfehlungen als „Wahrheiten“ und richtungsweisende Lebensanleitungen gewertet werden. Der Wunsch des Menschen, über seine Zukunft Bescheid zu wissen, ist durchaus verständlich und in manchen Lebenssituation wäre es vielleicht auch hilfreich, über solch hellseherische Fähigkeiten zu verfügen, meistens jedoch schützt uns diese Unwissenheit in Bezug auf zukünftige Ereignisse. Die Wirklichkeit sieht eben anders aus und zeigt, dass die Zukunft nicht festgelegt und damit auch nicht vorhersehbar ist.

Aus existenzanalytischer Sicht sehe ich das größte Problem einer unkritischen Übernahme astrologischer Lebensanleitungen darin, dass die Person ihre Selbstbestimmung und Verantwortung in wesentlichen Bereichen des Lebens abgeben könnte. Weiters sehe ich die Gefahr einer Schwächung des Selbstvertrauens und einen Verlust von Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit.

Ein häufig verwendetes Synonym für Esoterik ist der Begriff **New Age**.

„New Age“, das „Neue Zeitalter“, war eine im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts gebräuchliche Bezeichnung für esoterische Phänomene im Umfeld der gegenkulturellen Jugendbewegung der „Hippie-Generation“. Ursprünglich etwa synonym mit dem astrologisch begründeten Begriff „Wassermannzeitalter“, wurde „New Age“ jedoch bald unabhängig davon in sehr freier Weise verwendet. Oft ist auch von einer „New-Age-Bewegung“ die Rede, was sich aber aus Sicht der Soziologie als nicht haltbar erwiesen hat. Gegen Ende des 20. Jahrhunderts kam die Bezeichnung „New Age“ wieder aus der Mode.

Der Begriff des „New Age“ ist insofern kritisch zu betrachten, da er ein sehr unscharfer Sammelbegriff ist, der heterogene Strömungen und Gruppierungen umfasst, welche sich kaum sinnvoll systematisch erfassen lassen. Nach Wikipedia konnte zwar

...„ideengeschichtlich eine gewisse Kontinuität in den beteiligten religiösen Traditionen aufgezeigt werden, die empirisch-soziologische Analyse ergab jedoch, dass von einer einheitlichen Bewegung mit übereinstimmenden Ansichten keine Rede sein kann.“ (http://de.wikipedia.org/wiki/New_Age), [14.05.2010])

Heute wird der Begriff häufig auch in abwertendem Sinn verwendet.

Andere sehr verbreitete **Praktiken der modernen Esoterik** sind: Pendeln, Wünschelrutengehen, Kartenlegsysteme, Feng-Shui, Reiki, Yoga, Aurasoma (Heilen mit Licht und Farben), Behandlungen mit Bachblüten, Aromatherapie, Handauflegen...

Häufig werden mit dem Begriff Esoterik auch Begriffe wie Magie oder Aberglaube assoziiert. Es ist schwierig diese von dem sehr komplexen Feld der Esoterik in ihrer Bedeutung zu differenzieren. Zweifellos gibt es an manche Stellen Überschneidungen und Berührungspunkte, aber die inhaltlichen Unterschiede sind unübersehbar. Unter **Magie**, aus dem griechischen Wort „*magos*: *Zauberer*,

Gauklerei, Priester abgeleitet“ (Duden, 1963, 415), versteht man in der Regel die Fähigkeit eines Magiers, gezielte Veränderung von Gegenständen oder Beeinflussung von Menschen oder Ereignissen mit Hilfe übernatürlicher oder außernatürlicher Kräfte herbeizuführen. Zum Alltagsverständnis von Magie gehören im Wesentlichen die bewusste Zauberhandlung, magische Rituale sowie Beschwörungsformeln, ebenso die Herbeiführung von Trancezuständen oder die Anrufung von Geistern und Dämonen. Je nachdem, ob es wie in der „weiße Magie“ um die Herbeirufung von „Schutzgeistern“ geht oder wie in der „schwarzen Magie“ um Verwünschungen oder schädlichen Zauber.

Streng zu differenzieren ist das „magische Denken“ von der Intervention heilender Imaginationen im psychotherapeutischen Kontext. In der Magie geht es um die Unterstützung von Geistern, die subjektive Realität sind. In therapeutischen Imaginationen geht es um Helferwesen, die möglicherweise auch in Gestalt von Geistern auftreten, deren reale Existenz aber nicht vorausgesetzt wird. Die unmittelbare Wirkung auf den/die Anwender/in mag die gleiche sein, langfristig macht es jedoch einen Unterschied, ob helfende Wesen der vermeintlichen Realität oder der eigenen Vorstellung angehören. Eine Gestalt, die der persönlichen Phantasie entspringt, kann jederzeit verändert, herbeigerufen oder verabschiedet werden, weil klar ist, dass sie nicht real existiert, anders ist das bei Geistern oder Dämonen, die einer realen „anderen Welt“ angehören.

Die Bezeichnung **Aberglaube** wird oft abschätzig für einen „falschen Glauben“ gebraucht, der dem eigenen - oft als Dogma angenommenen rechten Glauben, „richtigen Glauben“ – gegenübersteht. Aberglaube gilt als irrational, unvernünftig oder unwissenschaftlich, nutzlos, manchmal auch unmenschlich, und wird deswegen als wertlos oder nicht gleichwertig betrachtet.

„Aberglaube setzt ein magisches Weltbild voraus oder Restbestände eines solchen Weltbildes, das heißt die Annahme naturgesetzlich unerklärter Mächte und Kräfte, von denen sich der Mensch abhängig erfährt und die er durch magisches Tun im Aberglauben zu manipulieren sucht. (Herders Theologisches Taschenlexikon, 1972, 23)

Dies schließt aber nicht aus, dass Aberglaube in manchen Situationen durchaus hilfreich sein kann. Ein „Talisman“ (aus dem Arabischen: *tilsam*, Zauberbild), also ein Gegenstand, der als positive Kraft auf den/die jeweiligen Besitzer/in wirkt oder positive Gefühle wie zum Beispiel Schutz, Sicherheit oder Kompetenz vermittelt, kann diese Gefühle ja auch tatsächlich bewirken. Wer sich sicher fühlt, ist auch tatsächlich sicherer als ein ängstlicher Mensch. Wer sich kompetent fühlt, ist auch tatsächlich kompetenter als jemand, der sich inkompetent fühlt. Diverse Glücksbringer haben ähnliche Wirkung, denn wer an sein Glück glaubt, hat nach den Ergebnissen der heutigen Glücksforschung tatsächlich eine größere Chance auf Glück. Mit anderen Worten ausgedrückt könnte man sagen: Du musst dem Glück einen Stuhl hinstellen oder eine Tür öffnen.

In der Regel wird der Begriff Aberglaube auch zur Abgrenzung gegenüber unverständlichen Praktiken verwendet, die auf mangelndes Wissen zurückzuführen sind. Im christlichen Kontext wird er häufig für die Abgrenzung gegenüber nicht monotheistischen Religionen oder Kulturen gebraucht. Darüber hinaus bezeichnet der Ausdruck auch bestimmte einzelne Handlungsweisen, die durch Aberglauben bedingt sein können, ebenso wie soziale Rituale und Bräuche, oder einfach bloß mehr oder minder belustigende, seltsame oder unverständliche Gewohnheiten.

Aberglaube entsteht durch die falsche Zuordnung von Ursache und Wirkung und aus der mangelnden Aufklärung über naturwissenschaftliche Zusammenhänge von Phänomenen. Bekannt ist Aberglaube in folgenden Phänomenen: die schwarze Katze als Symbol für Unglück; der Rauchfangkehrer, das vierblättrige Kleeblatt als Glückssymbol; Zahlen, die Glück oder Unglück bringen. Viele Volksbräuche, die bei Hochzeiten, Geburten, Jahreswechsel oder diversen Festen verwendet werden, wurzeln in Traditionen, die dem Aberglauben im oben definierten Sinn sehr nahe kommen.

4.3 KRITIK DER ESOTERIK

Nach diesem Streifzug durch die Welt der Esoterik von den antiken Wurzeln bis zu den gegenwärtigen Strömungen und Praktiken scheint es mir notwendig, kritische Anmerkungen zu machen.

Eine Kritik der Vernunft möchte ich in folgenden mir wichtig erscheinenden Punkten zusammenfassen: Esoterische(n) Praktiken

- ...liegt ein auf subjektiver, einseitig harmonisierender Wahrnehmung beruhendes Weltbild zugrunde und das damit teilweise einhergehende Negieren von Leid und Problemen.
- ...vermitteln übertriebene Heilsversprechungen und fördern unrealistische magische Erwartungen.
- ...verabsolutieren subjektive Erfahrungen.
- ...suggerieren eine Abhängigkeit von „spirituellen Expertinnen/Experten“ oder meist selbsternannten „religiösen Meistern/Meisterinnen“.
- ...vermitteln häufig eine oberflächliche, reduzierte Spiritualität, die ihres Sinnes entleert ist.
- ...werden vermarktet als eine „Pseudospiritualität“ und werden so zum „Konsumartikel“ (Esoterikmessen).
- ...stehen häufig im Widerspruch zu den heute anerkannten Methoden der Natur- und Geisteswissenschaften.

In jüngster Zeit wird der Esoterik immer wieder Nähe zum Rechtsradikalismus und Rassismus vorgeworfen. Die Landesjugendbehörde von Hamburg hat unter dem Titel „*Brennpunkt Esoterik, Okkultismus, Satanismus, Rechtsradikalismus*“ eine umfangreiche Broschüre veröffentlicht, die im Internet unter www.caho.de heruntergeladen werden kann und sehr detailliert zu diesem Thema informiert.

Die Kritik der röm. kath. Kirche an der Esoterik fußt in folgender Lehrmeinung:
Gott kann seinen Propheten und anderen Heiligen die Zukunft offenbaren. Die christliche Haltung besteht jedoch darin, die Zukunft vertrauensvoll der Vorsehung anheimzustellen und sich jeglicher ungesunder Neugier zu enthalten. (...) Sämtliche Formen der Wahrsagerei sind zu verwerfen. Hinter Horoskopen, Astrologie, Handlesen, Deuten von Vorzeichen und Orakeln, Hellseherei und dem Befragen eines Mediums verbirgt sich der Wille zur Macht über die Zeit, die Geschichte und letztlich über den Menschen, sowie der Wunsch, sich die geheimen Mächte geneigt zu machen. Sämtliche Praktiken der Magie, mit denen man sich geheime Mächte untertan machen will, um sie in seinen Dienst zu stellen und eine übernatürliche Macht über andere zu gewinnen – sei es auch, um ihnen Gesundheit zu verschaffen -

verstoßen schwer gegen die Tugend der Gottesverehrung.“ (Katechismus der Katholischen Kirche, 1993, 245)

Im Widerspruch zur Lehrmeinung der katholischen Kirche steht ebenso das Fehlen eines persönlichen Gottesbildes, die Möglichkeit der „Selbsterlösung“ durch Bewusstseinsweiterung und Eigeninitiative und die Reinkarnation statt der Einmaligkeit des Lebens. Die „christliche Auferstehung“ könnte meines Erachtens im weitesten Sinn als eine spezielle Form von Reinkarnation gesehen werden kann.

Eine Kritik aus meiner Sicht als Psychotherapeutin weist auf folgende Risiken für die seelische Gesundheit hin:

Die Esoterik verspricht sichere Aussagen zu machen über Verborgenes, Unbekanntes, Unerforschtes bezüglich der Vergangenheit, der Zukunft, der Gesellschaft und der Welt. Auch über die Geheimnisse der eigenen Seele oder sogar fremder Seelen gibt sie vor „zu wissen“. Diese Aussagen sind in der Regel nicht überprüfbar und stellen sich oft als falsch heraus. Esoteriker/Esoterikerinnen behaupten, durch außergewöhnliche Methoden Zugang zu diesem Verborgenen zu haben und schreiben sich die Fähigkeit zu, dieses Verborgene auch beeinflussen oder gar beherrschen zu können. In der Esoterik geht es daher auch immer um Macht oder Machtphantasien und im negativen Fall um Machtmissbrauch.

Das führt den Menschen in eine Welt der Illusionen und des Aberglaubens und weg von sich selbst und der Welt. Leben ist und bleibt „unsicher“. Ein gewisses Maß an Unsicherheit und Nichtwissen und dies auch aushalten und tragen zu können gehört zur Bewältigung des Mensch-Seins dazu. Es ist eine Illusion zu glauben, wir könnten alle Rätsel dieser Welt und alle Geheimnisse des Universums hier in unserem Leben lösen oder verstehen. Menschen in diesem Irrtum zu bestärken und ihnen magische Fähigkeiten vorzugaukeln ist unseriös, wenig hilfreich und möglicherweise schädlich. Leben kann nicht gelingen in der Leugnung, Bagatellisierung oder Verdrängung von Leid, Schuld und Tod, die V. Frankl die „tragische Trias“ nennt (1997, 153). Leben im existenziellen Sinn braucht die Auseinandersetzung mit Leid und Vergänglichkeit als einen wesentlichen Teil des Lebensvollzugs.

Basale Lebensängste sind ein Teil unserer Wirklichkeit und als solche wahrzunehmen, ernst zu nehmen, anzunehmen und möglichst sinnvoll ins Leben zu integrieren. Wir müssen unserer Angst ins Auge sehen, Tod und Vergänglichkeit annehmen, dann können wir damit und trotzdem leben.

Als Mittel der Entscheidungshilfe in schwierigen oder krisenhaften Lebenssituationen erscheinen die Angebote der Esoterik wenig hilfreich. Die Psychotherapie hat im Gegensatz dazu wissenschaftlich fundierte Methoden anzubieten.

Der Weg der Entscheidungsfindung in offenen Lebenssituationen führt in der Existenzanalyse über das Wahrnehmen und Spüren von Sinn. A. Längle hat eine spezielle Sinnerfassungsmethode ausgearbeitet, die in schwierigen Entscheidungssituationen äußerst hilfreich sein kann. (2010, 59). Wegen des gemeinsamen Buchstabens am Beginn der vier wichtigen Verben, hat es sich unter Existenzanalytiker/innen eingebürgert, von den „vier Ws“ der Existenzanalyse zu sprechen.

Die vier Schritte im Prozess einer Entscheidungsfindung lauten im Detail:

1. Wahrnehmen was ist

Bei diesem ersten Schritt der Sinnerfassung geht es darum, auf einer kognitiven/phänomenologischen Ebene festzustellen, was tatsächlich ist. Was in der Situation relevant ist und welche situativen Bedingungen der Person vorgegeben

sind. Wichtig ist es, diese Faktizität genau von den persönlichen Vorstellungen, Wünschen und Hoffnungen der Klientin/des Klienten zu trennen. Notwendig ist in diesem Prozess die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung und die Fähigkeit sich selbst, das Denken und Fühlen beobachten zu können.

2. Werten

Im zweiten Schritt werden die unterschiedlichen Handlungsmöglichkeiten gegeneinander abgewogen. Es sollen die verschiedenen Beweggründe, die sich ergebenden Konsequenzen und die weiteren Folgen des konkreten Handelns herausgearbeitet und auf ihre Stimmigkeit mit dem eigenen Lebenskonzept überprüft werden. Das geschieht vornehmlich durch das Erfühlen von Werten und kann nicht kognitiv festgestellt werden. Anthropologisch impliziert ist die Selbsttranszendenz.

3. Wählen

Es ist nicht selbstverständlich, das, was als gut und richtig empfunden wird, in ein entsprechendes Handeln umzusetzen. Fühlen und Denken legen Handlungen nicht deterministisch fest. Um zu einem stimmigen Handeln zu kommen, braucht es die willentliche Entscheidung der Person. Ein bewusstes Ja-Sagen zu einer der gegebenen Möglichkeiten auf der Basis eines reflektierten Selbstverständnisses und eines gut verankerten Selbstwertgefühles ermöglicht die Handlungsfähigkeit.

„Handlung ist nicht bloß Reaktion auf einen Stimulus, sondern ist Entscheidung, Affirmation, die auch bewusst geschehen kann.“ (Längle, 2010, 61)

4. Wirklich machen

Um existentiellen Sinn erleben zu können, braucht es neben den beschriebenen kognitiven und emotionalen Prozessen den Akt der Durchführung, das Realisieren des Intendierten. Das WIE, das WANN und WO, die Auswahl der Mittel hängt von den persönlichen Vorerfahrungen ab. Im Sich-Einlassen auf die Situation oder den Menschen, in der Hingabe und der Übernahme von Verantwortung geschieht Existenz.

Diese Methode der Existenzanalyse hat sich in der Beratung und in der Therapie sehr gut bewährt und ist eine effiziente Orientierungshilfe in der Bewältigung offener Lebensfragen. Viele Klientinnen/Klienten erleben sie als Hilfe zur Klärung von Problemen und Orientierung im momentanen Leben. Die Person behält ihre Eigenständigkeit und Eigenverantwortung und wird auch in ihrem Welt- und Selbstvertrauen und im Spüren ihrer Handlungsfähigkeit bestärkt.

5 SPIRITUALITÄT UND RELIGIOSITÄT IN DER KINDHEIT

Am Beginn dieser Überlegungen steht wohl die grundsätzliche Frage: Haben Kinder Spiritualität? Sind Kindern spirituelle Erfahrungen überhaupt möglich? Die Diskussion darüber verläuft kontroversiell. Entschieden bejaht dies die Bewegung für Kinderspiritualität, andere Strömungen verneinen diese Frage vehement. Leider konnte ich im deutschsprachigen Raum keine einschlägigen Untersuchungen finden. Bei Bucher (2007) sind einige Hinweise auf wissenschaftliche Arbeiten in den USA zu finden.

Ich persönlich bin der Auffassung, dass es kindliche Spiritualität gibt. Kinder sind meines Erachtens spirituelle Wesen von Anfang an. Sie leben in einer umfassenden Ganzheit von Denken, Fühlen und Handeln, sie erfassen die Welt intuitiv. Ihre Spiritualität zeigt sich auf andere Art und Weise als Spiritualität im Erwachsenenalter. Dieser Gedanke lässt sich vielleicht mit manchen Sichtweisen oder Definitionen von Spiritualität nicht vereinbaren. Die Auffassung vom Wesen des Kindes hat sich im letzten Jahrhundert sehr gewandelt. Es ist noch nicht lange her, dass Kindern auch

sexuelle Gefühle abgesprochen wurden und man postulierte, Kinder seien asexuelle Wesen. Heute wissen wir, dass Kinder sehr wohl Sexualität und sexuelle Gefühle haben, nur eben auf andere Weise als Erwachsene.

Man könnte das Kindsein verstehen als ein Kommen aus „einem größeren Ganzen“, im Idealfall aus der Liebe der Eltern, einer vielleicht geistig erahnbaren Wirklichkeit. Vielleicht sind sie vom Augenblick ihrer Zeugung an aufgehoben in einem allumfassenden Zustand des Daseins. Die körperliche, emotionale und geistige Anbindung an die Person der Mutter kennzeichnet den Beginn menschlichen Lebens. Ohne diese Anbindung könnte menschliches Leben gar nicht entstehen. Noch bevor der Mensch ein Bewusstsein von sich selbst oder einem Du hat, ist er – im Idealfall - gehalten, getragen, geschützt und geborgen in einer nährenden mütterlichen Beziehung. Möglicherweise entsteht in dieser Entwicklungsphase das Potential für authentische, individuelle Selbsttranszendenz und ist vielleicht auch die Voraussetzung für die ewige Sehnsucht und Fähigkeit des Menschen zur Spiritualität.

Mit dem Beginn der Ichwerdung des Kindes und dem Fortschreiten der kognitiven Entwicklung verändert sich auch der Zustand dieser ursprünglichen paradiesischen Geborgenheit. Dennoch werden die Eltern über das Säuglings- und Kleinkindalter hinaus als Götter erlebt. Gottesbilder haben meines Erachtens eine entscheidende Auswirkung auf die Entfaltung kindlicher Spiritualität. Sie sind Teil der religiösen Sozialisation und Erziehung und bringen Inhalte zum Ausdruck, die über das sprachliche Ausdrucksvermögen hinausgehen.

Die religionspsychologischen Forschungen von Frielingsdorf weisen darauf hin, dass Gottesbilder bereits in den ersten Lebensjahren entstehen und vom soziokulturellen Umfeld und den elterlichen Erfahrungen geprägt sind. Die Mutter/der Vater ist für das Kind das erste Gottessymbol. Frielingsdorf schreibt:

„Auf der ersten Stufe der Entwicklung des Gottesbildes versucht das Kleinkind den paradiesischen Zustand der völligen Ungetrenntheit weiter zu erhalten, indem es die Mutter idealisiert und mit Vollkommenheit ausstattet. Der Glaube erscheint als eine Sehnsucht nach der paradiesischen Ureinheit, wobei Gott mit den Eigenschaften einer nährenden und beschützenden Mutter ausgestattet ist.“ (1993, 29)

Auch in die weitere Entwicklung des Gottesbildes fließen die Einstellungen, Haltungen und Werte der Eltern ein, vor allem jene Wertvorstellungen, die tatsächlich gelebt und vorgelebt werden. Neben den spirituellen/religiösen Praktiken der Eltern sind auch andere spirituelle/religiöse Erfahrungen von Bedeutung: der Religionsunterricht, gesellschaftliche Praktiken, Rituale, die spirituelle/religiöse Einstellung anderer Bezugspersonen, Begegnungen mit Vertretern kirchlicher Institutionen usw.

Folgende graphische Darstellung soll die Entstehung des kindlichen Gottesbildes zusammenfassen und veranschaulichen:

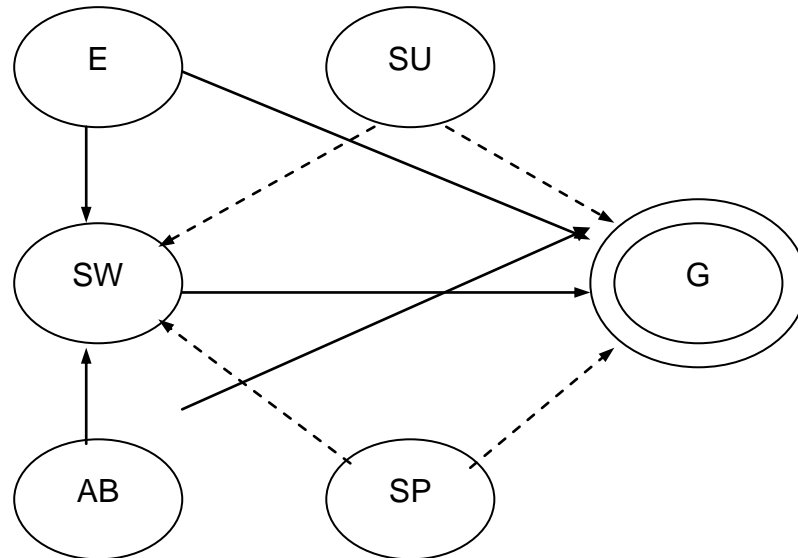


Abb. 2: Die Entstehung des kindlichen Gottesbildes
(Frielingsdorf 1993, 29)

E = Elternbeziehung

SW = Selbstwert

AB = Andere persönliche Beziehungen: Großeltern, Lehrer/innen, die peer-group.....

SP = Spirituelle/religiöse Praxis

G = Gottesvorstellung

SU = Soziales Umfeld

Da die Eltern in der Regel die ersten und wichtigsten Bezugspersonen sind, wird ihr Einfluss bei der Entstehung der Gottesbilder am stärksten eingeschätzt. Ganz entscheidend ist, dass in der Beziehung zu den Eltern das Selbstwertgefühl grundgelegt wird, das sich ebenfalls ganz wesentlich auf die Gottesbeziehung auswirkt.

Aus der Sichtweise der Existenzanalyse setzt das Selbstwertgefühl voraus, dass der Mensch Folgendes spüren kann: Ich kann da sein (Grundvertrauen), es ist im Grunde gut, dass es mich gibt (Grundwert) und ich darf auch ich selbst sein (Selbstwert). Dieses Spüren-Können ist nur auf der Basis eines sicheren Seins-Könnens (Seinsgrund) möglich. (Persönliches Ausbildungsskriptum) Die wertschätzende Haltung resultiert aus der positiven Gestimmtheit allem Lebendigen gegenüber und wird somit auch auf die Gottesbeziehung übertragen. Diese frühen Erfahrungen mit den „Göttereltern“, positive und negative Botschaften, sind prägend für die Entstehung positiver und/oder negativer Gottesbilder.

In der existenzanalytischen Definition von Spiritualität heißt es, dass *Spiritualität die Grunderfahrung vor jeder Religiosität ist* (s.o.) und somit eine Voraussetzung dafür, dass religiöse Erziehung oder Religionsunterricht beginnen kann. Ich sehe dies als Hinweis, dass kindliche Spiritualität von Anfang an da ist. Sie kann meines Erachtens folgendermaßen beschrieben werden:

Dem kindlichen Wesen entsprechend fußt Spiritualität weniger im kognitiv gesteuerten, zielgerichteten, willentlichen Tun, sondern vielmehr im unbewussten Erleben. Kindliche Spiritualität ist als Selbstverständlichkeit da, zeigt sich als ein Eingebundensein in einem Du und Verbundensein mit der Welt, repräsentiert durch

die Person der Mutter von Anfang an. Die Entstehung des Lebens und das Erwachen des Geistes ist nach wie vor ein transzendentes Ereignis, das über unser Wissen und unsere Erfahrung hinausweist und letztlich unbegreiflich ist.

Die Sinnfrage ist Kindern immanent, lange bevor sie fragen können. Selbst wenn sie in das Fragealter kommen, in dem sie alles erfragen und auf alles Antworten erhalten wollen, fragen sie doch kaum, ob das, worauf ihr Wollen und Tun gerade abzielt, „sinnvoll“ ist. Es macht Sinn, einen Turm zu bauen, in der Sandkiste zu wühlen oder eine Geschichte zu hören. In der Versunkenheit des Tuns, das wir Erwachsene als „Spiel“ bezeichnen, das aber stets ein ganzheitliches Erleben ist, mit allen Sinnen, fokussierter Aufmerksamkeit und hoher Konzentration, findet spirituelles Geschehen statt. Kinder befinden sich bei intensivem Spiel oft in einem transzendenten Zustand, einer Alltagstrance. Man könnte auch sagen, sie gehen in eine Welt, die nicht von dieser Welt ist. Eine Welt, in der alles möglich, alles erlaubt, alles anders ist. Die Wirklichkeit von Kindern, speziell im „magischen Denken“ (Schenk-Danzinger, 1976, 68) des Vorschulalters, ist beseelt. Vorstellungskraft, Phantasie und Kreativität eröffnen ungeahnte Möglichkeiten und helfen auch Kindern, schwierigste Lebensumstände zu bewältigen. Kinder, die in einer gedeihlichen Umgebung aufwachsen, sind in der Regel auch sehr offen für die „Wunder der Natur“ und nehmen die Welt im Staunen wahr. Sie verfügen über ein hohes Maß an Intuition, das sie in vielen Situationen das Richtige tun lässt. Kinder erspüren oft Atmosphären und Stimmungen, scheinen ein intuitives Wissen zu haben, das uns Erwachsenen oft verborgen ist.

Spirituelle Themen werden auch in vielen Kinderbüchern abgehandelt. In dem Buch „Das kleine ICH bin ICH“ von Mira Lobe (1973) geht es um Selbstfindung, Identität und Selbstwert. Ein anderer Kinderbuchklassiker „Frederick“ von Leo Lionni (1994) beschäftigt sich mit den Themen Sinn und Werte, jenseits von Zweck und Nutzen. Diese beiden Geschichten lösen auch bei erwachsenen Klientinnen/Klienten oft Berührung und Betroffenheit aus.

Mit der Entwicklung der kognitiven Fähigkeiten und den Veränderungen des kindlichen Weltbildes verändert sich natürlich auch die kindliche Spiritualität. Die Sehnsucht nach Spiritualität und transzendenten Erfahrungen zeigt sich in der Pubertät in den zentralen Fragen dieses Lebensabschnittes: Wer bin ich? Wer will ich sein? Wofür lohnt es sich zu leben? Das Suchen nach Mehr, nach Anderem, nach Ungewöhnlichem, nach Außergewöhnlichem und das Ausloten von Grenzen ist vor diesem Hintergrund zu verstehen. Das Experimentieren mit außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen, oftmals unter Zuhilfenahme bewusstseinsverändernder Substanzen ist für Jugendliche oft die einzige Möglichkeit, sich mit spirituellen Themen auseinanderzusetzen. Auch nächtelanges Tanzen oder sportliche Extremleistungen werden von Jugendlichen oft als spirituelle Erfahrungen erlebt.

In dieser Lebensphase sind junge Menschen besonders gefährdet, Opfer geistigen oder religiösen Missbrauchs zu werden. Ich meine, dass Jugendliche, die in der Kindheit ausreichend Möglichkeit hatten, positive spirituelle Erfahrungen zu machen, die eine Kindheit erlebten, in der reichlich Raum und Zeit war für meditative Elemente oder transzendente Erlebnisse, mit der Sturm- und Drangphase der Pubertät und der Adoleszenz anders zurecht kommen, sich selbst und andere weniger gefährden.

Es scheint offensichtlich zu sein, dass frühkindliche Bindungen und Erfahrungen die späteren religiösen/spirituellen Einstellungen prägen. Dieses Phänomen legt die These nahe, dass Spiritualität eher von innen kommt, im Menschen angelegt ist und Religiosität ein Phänomen von Sozialisation ist.

6 RELIGIÖSER/SPIRITUELLER MISSBRAUCH ALS HINDERNIS AUTHENTISCHER SPIRITUALITÄT

6.1 WAS IST RELIGIÖSER/SPIRITUELLER MISSBRAUCH?

Das Wort Missbrauch an und für sich legt uns nahe, an den falschen Gebrauch von etwas zu denken. Dass es dabei um ein Brauchen oder Gebrauchen eines menschlichen Wesens geht, erfüllt mit Unbehagen. Einen Menschen für etwas, eine Sache, eine Idee oder eine Ideologie zu gebrauchen, widerspricht der Menschenwürde und den Menschenrechten. Und genau darum geht es immer in der Missbrauchsthematik. Ein Mensch wird für etwas oder von etwas bzw. jemandem **gebraucht** oder **benutzt**. Er wird in seiner Würde als Mensch, als autonome Person nicht wahrgenommen, sondern auf eine utilitaristische Perspektive reduziert. Wir wissen um die Kriterien von sexuellem Missbrauch (Machtgefälle, sexuelle Ausbeutung, Gewalt). Es würde zu weit führen auf diese Thematik hier näher einzugehen. Wir kennen Suchtphänomene als Erscheinungsbild des Missbrauchs von Substanzen oder Handlungen (psychische oder physische Abhängigkeit, Kontrollverlust, Toleranzentwicklung). Wir wissen auch über Missbrauch im therapeutischen Kontext Bescheid. Worum geht es nun konkret bei religiösem Missbrauch? Ich halte drei Kriterien für wesentlich:

- Abhängigkeit / Hierarchisches Gefälle
- Ausbeutung materieller oder ideeller Art
- psychische Gewalt

Im Zentrum der religiös oder spirituell bedingten psychischen **Abhängigkeit** steht die Emotionalität. Sie ist vergleichbar mit der psychischen Abhängigkeit im Missbrauch von Substanzen, die zu einem unaufschiebbaren Verlangen führt. Das Ergebnis einer religiösen Abhängigkeit ist ein Lebensstil, in dem die Person sich gänzlich den Bedingungen oder Leitmotiven einer religiösen Autorität anpasst. Das kann so weit führen, dass die Person in ihrer sozialen und emotionalen Beziehungsfähigkeit stark eingeschränkt wird und ihre eigenen Bedürfnisse nicht mehr wahrnimmt. Von dem Betroffenen selbst kann diese Art von Beziehung oft als außerordentlich liebevolle, hingebungsvolle Zugeneigtheit erlebt werden. Dieses Phänomen der Verbundenheit von Opfern mit ihren Tätern ist auch bei Opfern von sexuellem Missbrauch bekannt.

Von emotionaler Abhängigkeit können wir dann sprechen, wenn eine Person in ihren Stimmungen, in ihrem Empfinden für Werte und in ihren Gefühlen (gute: angenehm, freudig...und/oder schlechte: zornig, ärgerlich, traurig...) von einer Autorität oder feststehenden Norm unangemessen beeinflusst ist. Das kann heißen, dass bestimmte Gefühle, weil sie nicht erwünscht sind, oder weil sie den in der Gruppe geltenden Regeln nicht entsprechen daher von der Person auch nicht wahrgenommen werden, bzw. nicht ernst genommen oder bagatellisiert werden. Und weil nicht sein kann, was nicht sein darf, nimmt der Prozess des Verdrängens und des nachfolgenden Vergessens seinen Lauf. Ein fortschreitender Verlust der Wahrnehmungsfähigkeit für eigene Gefühle und für die Gefühle anderer geht damit einher. Die ganze Bandbreite der menschlichen Gefühlswelt wird immer enger und dünner und flacher. Das bewusste Sein verändert sich unmerklich.

Entwicklungspsychologisch betrachtet fällt der emotional abhängige Mensch auf eine ganz frühe kindliche Entwicklungsstufe zurück. Die Seelenfängermethoden destruktiver Glaubensgemeinschaften benutzen den emotionalen Nachholbedarf der Betroffenen nach Liebe, Geborgenheit, Schutz für ihre Zwecke und bewirken so eine ungesunde Regression. Die Gruppenmitglieder erhalten Akzeptanz und Zuwendung

in dem Ausmaß ihrer Anpassung an die Gruppe oder über die Einhaltung der meist sehr rigiden Gruppenregeln. Diese emotionale Manipulation ist vergleichbar mit dem, was Kinder erleben, deren Eltern einen rigiden Erziehungsstil bevorzugen. Emotionale Zuwendung ist gekoppelt an die Erbringung von Leistungen oder die Erfüllung der elterlichen Forderungen und Ansprüche.

Materielle **Ausbeutung** ist in religiösen/spirituellen Gruppierungen mit totalitärer Tendenz ein häufig anzutreffendes Phänomen. Mitglieder arbeiten um „Gotteslohn“ oder gegen sehr geringes Entgelt, ohne rechtliches Arbeitsverhältnis, bis zur völligen Erschöpfung. Regelmäßige finanzielle Beiträge der Mitglieder werden oft bis an das Existenzminimum eingefordert und bringen diese nicht selten an den Rand des finanziellen Ruins.

Viele Gruppierungen versuchen Geld durch Spenden zu erhalten oder versuchen Geld durch Kursangebote oder den Verkauf von Schriften einzunehmen. Die finanziellen Gebarungen lassen sich oft schwer nachvollziehen.

Die Pseudokirche Scientology steht in dem Ruf, solche Praktiken anzuwenden. Ein umfangreiches Ausbildungssystem von Kursen, die ein Vermögen kosten, verspricht den Teilnehmern das Seelenheil („Brücke zur totalen Freiheit“). Dieses Seelenheil der Anhänger hängt jedoch von deren Finanzkraft ab. Die unseriösen finanziellen Praktiken dieser angeblichen Kirche haben in Amerika und der Schweiz schon zu zahlreichen Gerichtsverfahren und Verurteilungen geführt. (Vontobel 1993, 48).

Die emotionale oder ideelle Ausbeutung kann nicht weniger traumatisierende Folgen für die Betroffenen haben. Sie ist allerdings schwieriger an bestimmten Merkmalen festzumachen. Es gehört zum guten Ton, immer für den anderen da zu sein, egal in welchem psychischen oder physischen Zustand der Betroffene selbst gerade ist. Der totale persönliche Einsatz ist gefordert. Alle geistigen, kognitiven und emotionalen Kräfte, Phantasie und Kreativität werden ganz in den Dienst der jeweiligen Gruppenideologie gestellt. Der ideelle oder materielle Gewinn kommt nicht dem zugute, der die Leistung dafür erbracht hat, sondern dient dem Ansehen und Machtgewinn des Gurus.

Eine langfristige Missachtung der eigenen emotionalen Bedürfnisse führt zu physischen und psychischen Erschöpfungszuständen und im Weiteren zu einer Minderung des Selbstvertrauens und des Selbstwertgefühles.

Der Begriff **psychische Gewalt** ist nicht leicht zu definieren, denn psychische Gewalt ist nicht laut und nicht spektakulär, alles in allem ein sehr vielschichtiges, komplexes Thema. Da sie individuell erlebt wird, ist sie von außen oft nicht erkennbar und schwer einschätzbar. Sie „passiert“ oftmals ohne böse Absicht und kann auch durch allzu gut gemeinte Hilfsangebote ausgeübt werden. Nachfolgend eine Definition aus der Dokumentation der Enquete „Psychische Gewalt am Kind“:

„Unter psychischer Gewalt sind alle Handlungen oder Unterlassungen zu verstehen, die andere ängstigen, unterdrücken, überfordern, ihnen das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit vermitteln und die Person in ihrer psychischen Entwicklung beeinträchtigen.“ (H. Werneck, 1999, 23)

Eine Missbrauchsbeziehung im Umfeld von totalitären religiösen/spirituellen Gruppen ist durchaus vergleichbar mit einer Eltern-Kind Beziehung, da viele spirituelle Führungspersonlichkeiten sich als „Lehrmeister“ oder „Erzieher“ verstehen und der Schützling sich in eine pädagogische Situation mit hierarchischem Gefälle begibt. „Gehorsam“ in der Befolgung von Regeln oder der Nachfolge dem geistigen Lehrer

gegenüber sind oft verpflichtend für den „Schüler“. Aus einem solchen hierarchischen Verhältnis entwickelt sich sehr rasch emotionale und materielle Abhängigkeit. Psychischer Druck geht oft mit der gezielten Erzeugung von Angst- oder Schuld- oder Schamgefühlen einher. Anknüpfungspunkt sind Ängste, in denen es um das „Seelenheil“ des Betroffenen geht. Als Konsequenzen für abweichendes bzw. um in der Terminologie von Religionsgemeinschaften zu bleiben, „sündiges Verhalten“ werden „ewige Verdammnis“ oder „die Qualen der Hölle“ angekündigt oder gar angedroht.

Neben dieser Aussicht auf persönliche Vernichtung kann es auch anders laufen. Es gibt totalitäre Gruppierungen, die arbeiten mit der Erzeugung eines Elitebewusstseins, in dem Szenarien einer Weltuntergangsstimmung verbreitet werden. Nur wer sich auf eine ganz bestimmte Weise an die Lehre und Praxis der Gruppe hält, darf sich als „Auserwählter“ fühlen, im Gegensatz zu den „Nichterwählten“ oder „Verdammten“ und hat damit Anspruch und Chancen auf Rettung. Die Gruppenmitglieder sehen sich als alleinige Besitzer der reinen oder vollen Wahrheit und können als solche vor dem prophezeiten „Weltuntergang“ gerettet werden. Auch hier wird mit Hilfe existenzieller Ängste massiv psychische Gewalt angewendet.

Eine interessante, kompakte **Begriffsklärung** zu religiösem/spirituellen Missbrauch ist bei L. Booth zu finden:

Religiöser Missbrauch (Abhängigkeit) bedeutet, Gott, eine Religion oder Glaubenssystem als Mittel zur Flucht vor schmerzhaften Gefühlen oder zum Gewinn von Selbstachtung zu benutzen. Religiöse Abhängigkeit beinhaltet die Übernahme eines starren Glaubenssystems, eines Systems, in dem es nur einen einzigen Weg gibt. Der religiös Missbrauchte fühlt, dass dieser Weg der einzig wahre Weg ist und hat das zwanghafte Bedürfnis, andere auf diesen Weg zu bringen. Die Mittel hierzu sind: Schuld- und Schamgefühle, Angst, Gehirnwäsche und Elitedenken. So führt religiöse Abhängigkeit fast immer zum Missbrauch anderer im Namen des eigenen Glaubens. (1999, 15)

Im Folgenden eine von mir formulierte Beschreibung des religiösen/spirituellen Missbrauchs aus der Sicht der Existenzanalyse:

Religiöser Missbrauch zeigt sich in einem apersonalen, funktionalen Umgang mit Religiosität oder Spiritualität, der zu einem Verlust von Freiheit, Selbstbestimmung, Entscheidungsfähigkeit und authentischer Stellungnahme führt und somit einen existenziellen Lebensvollzug verhindert.

6.2 GESELLSCHAFTLICHE UND INDIVIDUELLE BEDINGUNGEN, DIE RELIGIÖSEN/SPIRITUELLEN MISSBRAUCH ERMÖGLICHEN

Frankl (1997, 18) führte den Begriff des „*existentiellen Vakuums*“ ein. Er bezeichnet damit das Leiden am Sinnlosigkeitsgefühl.

„Dem Menschen sagt nicht, wie den Tieren, ein Instinkt, was er tun muss, und heute sagen ihm auch keine Traditionen mehr, was er tun soll; bald wird er nicht mehr wissen, was er eigentlich will, und nur um so eher bereit sein, zu tun, was andere von ihm wollen.“ (ebd. 31)

Dieses Leiden an Sinnlosigkeitsgefühlen verbunden mit Gefühlen von Orientierungslosigkeit ist offensichtlich ein spezielles Merkmal hochindustrialisierter Gesellschaftsformen und betrifft unsere Lebenszeit in besonderem Maß. Das Phänomen hat eine

allgemeine gesellschaftliche Breitenwirkung. Dem Fehlen von adäquaten Sinnangeboten und echten Orientierungshilfen, gekoppelt mit wenig stabilen, dauerhaften Bindungsmöglichkeiten aufgrund gesellschaftlicher Umstrukturierungen, steht ein wachsendes Bedürfnis nach Sinnggebung und Orientierung gegenüber.

Der Mensch unseres Jahrhunderts ist mehr und mehr darauf angewiesen, die Verantwortung für seine Lebensgestaltung selbst zu übernehmen. Die Erwartung, dass Sinnggebung und Orientierung allein durch den Blick nach außen stattfinden kann, erweist sich zunehmend als Trugbild. Traditionelle Sinnanbieter verlieren an Bedeutung oder verschwinden überhaupt von der Bildfläche der Wertevermittler. Ein Symptom dieser Realität, wie schon erwähnt: Die traditionellen Kirchen sind mit einer schwindenden Anzahl von Mitgliedern konfrontiert. Religionslehrer berichten von einer zunehmenden Zahl an Abmeldungen vom Religionsunterricht. An diesem Platz, den früher die Tradition und die Religionsgemeinschaften einnahmen, ist ein Leerraum entstanden, ein Orientierungs-Vakuum.

Jedes Vakuum hat besondere Anziehungskraft und jedes Defizit verlangt nach Ausgleich. Diesem Bedürfnis nach Ausgleich des Sinndefizits kommt eine wachsende Zahl von „Sinnspendern“ entgegen. Denken wir an den Esoterik-Boom der letzten Jahre. Weltanschauliche und politische Bewegungen, (pseudo)religiöse Heilslehren und Gemeinschaften versprechen Beheimatung und Abhilfe gegen die Sinnleere.

Es hat sich sozusagen ein „*Supermarkt der Religiosität*“ (Sekten, Wissen schützt 1996, 6) aufgetan, in dem jedes Angebot geprüft werden muss. Da die Angebote im *Supermarkt* der spirituellen Sinnanbieter beinahe unüberschaubar geworden sind, gestaltet sich auch die Prüfung der Qualität und Inhalte dieser „Sinnprodukte“ schwierig. Mit fortschreitender Globalisierung auch im Bereich von Kultur und Spiritualität finden sich in den unterschiedlichen Abteilungen nicht nur die großen Weltreligionen, sondern auch eine große Zahl von „Produkten“, deren Herkunft, Inhalte und Ziele nicht deklariert sind. Esoterikkulte, fernöstlich inspirierte Reinkarnationslehren, Angebote der New Age Bewegung, okkulte Zirkel, Satanismus, evangelikale Gruppen mit fundamentalistischer Tendenz, Freikirchen, rigide katholische Laienorden oder Naturreligionen haben in den Regalen dieses Supermarktes Platz gefunden.

Dort, wo diese Angebote Antworten versprechen auf die Frage nach dem Sinn, verschweigen sie, dass es keine allgemein und allzeit gültige Antwort auf diese Frage gibt.

Die Frage nach dem Sinn kann nur beantwortet werden von der Person mit ihren personalen Fähigkeiten. Diese kann sich auch vor missbräuchlichen Übergriffen schützen und einer undifferenzierten Überstülpung von Werten entgegen stellen. Die Person als frei entscheidendes, Stellung nehmendes und verantwortliches Wesen ist befähigt, individuelle Antworten zu finden und aus der Vielfalt der Angebote „des *Supermarktes*“ das subjektiv richtige zu wählen. Für eine starke Persönlichkeit, die weiß, was sie will und was ihr gut tut, bedeutet die globale Offenheit und Vielfalt der Angebote für Weltanschauungsfragen nicht Bedrohung, sondern Bereicherung und Chance.

Wer stellt sich die Frage nach dem Sinn in besonderer Weise, wann, und in welchen Lebensabschnitten wird sie von Menschen besonders häufig gestellt?

Wer ist „der Mensch auf der Suche nach dem Sinn“ oder der sich im Sinne Goethes Bemühende:

„*Wer immer strebend sich bemüht, den können wir erlösen.*“
(Goethe, 1985, 1048)

Ist es in verstärktem Maße der sich ständig bemühen Mensch, der in die Falle religiöser Abhängigkeit geraten kann?

In der Informationsbroschüre des Bundesministeriums „Sekten, wissen schützt“ ist folgendes nachzulesen:

„Die weit verbreitete Ansicht, dass in erster Linie „schwache“ oder „labile“ Menschen gefährdet sein könnten, ist falsch. Die Wirklichkeit zeigt immer wieder, dass prinzipiell jeder von neu-religiösen Gruppen ansprechbar ist. Vor allem idealistisch und reflektiert lebende Menschen interessieren sich oftmals für die neuen Sinnanbieter.“ (1996, 11)

Es ist festzustellen, dass generell **Menschen, die vor wichtigen Lebens-Entscheidungen** stehen, potentielle Adressaten dieser Gruppierungen sind.

In dem Buch „Das Paradies kann warten“ (Vontobel, 1999, 12) wird es so formuliert:

„Sie sehnen sich nach einem rettenden Prinzip.“ Von ihm erwarten sich die Menschen in innerer Not einen Ausweg aus allen Mühseligkeiten und Verstrickungen. Das „rettende Prinzip“ soll mit einem Schlag Finsternis in Licht, Lebensüberdruß in Zuversicht und „Heil“ verwandeln. Gleichzeitig mit den quälenden Problemen des Einzelnen löst das „rettende Prinzip“ dem Anschein nach auch alle Probleme der Gesellschaft. Wer hat solch ein „rettendes Prinzip“ nötig? Es sind vor allem **Menschen in Krisensituationen**, die dieses Bedürfnis nach Prinzipien und Autoritäten spüren. Alle Krisenzeiten des Lebens sind ja Chance und Risiko in einem. Die „Krisis“ (griechisch) als *Wendepunkt* (dtv - Lexikon, Band 11, 18) des Lebens bezeichnet eben jene Zeit, in der das Leben eine Wende zum Besseren nehmen kann, oder auch den Zeitpunkt im Leben, in dem eine Chance zu einer positiven Veränderung nicht genutzt wird und damit ungenutzt vorbei gehen kann. Krisenhafte Lebenssituationen – sei es auf Grund von „life-events“ oder entwicklungsbedingt - führen zu einer Erschütterung der Person. Die Brüchigkeit des Lebens wird spürbar und löst Angst aus. Halt und Sicherheit gehen verloren. Die bisherige Identität bedarf einer Neuorientierung, neue Lebenseinstellungen und andere Verhaltensweisen müssen erarbeitet werden.

Wenn persönliche Situationen wie einschneidende Verlusterlebnisse, Krankheiten, Misserfolgserlebnisse, Einsamkeit oder Sinnkrisen einen scheinbar ausweglosen Leidensdruck auslösen, kann diese übergroße Belastung einen Zusammenbruch und eine Fragmentierung der Identität bzw. einen teilweisen Identitätsverlust der Person bewirken.

Eine Neuorientierung der Identität ist auch in den alters- und entwicklungsbedingten Krisenzeiten des Lebens notwendig: in der Pubertät, in der Lebensmitte, beim Rückzug aus dem Erwerbsleben oder Bewusstwerden des Älterwerdens. In solchen Lebenssituationen der Orientierungslosigkeit oder des drohenden individuellen Unterganges klammern sich Menschen nahe liegenderweise an jeden Strohalm, der „Rettung“ verspricht.

Junge Menschen sind aufgrund ihrer Entwicklungssituation in einem hohen Maße auf der Suche nach religiösen, spirituellen und weltanschaulichen Heilsangeboten. Ihr aktuelles Lebensthema ist die Suche nach Identität und persönlichem Lebenskonzept. Gleichzeitig sind sie mit einer gesellschaftlichen Entwicklung konfrontiert, in der sich traditionelle gesellschaftliche, familiäre Bindungen und damit auch religiöse Bindungen aufgelockert oder gelöst haben. Da die traditionellen Kirchen vielfach den gesellschaftlichen Wandel noch nicht mit vollzogen haben, können sie auch oft keine Angebote stellen, die den spirituellen Bedürfnissen der

jungen Menschen entgegenkommen. Zusammenfassend lässt sich sagen: Die Angebote der neuen Sinnanbieter sind daher.....

„.....auf die Wahrung der Geschäftsgrundlage zu prüfen, nämlich die Wahrung der persönlichen Freiheit des Einzelnen. Selbst wenn die Grundrechte der Meinungs- und Religionsfreiheit lautstark in Anspruch genommen werden. Falls das nicht der Fall sein sollte, kann dies Konsequenzen haben. Für die Gesellschaft wie für den Einzelnen. Die Gefahr von psychischer Abhängigkeit oder Beschneidung der eigenen Freiheit kann man für sich nie ausschließen. Freiheit und Selbstständigkeit sind Güter, die niemand leichtfertig aufgeben sollte. Deshalb ist es wichtig, über die Hintergründe dieser neuen Sinn-Anbieter Bescheid zu wissen. Zu wissen, welche Ziele eine derartige Gruppe wirklich verfolgt, wie ihr Sinn- und Heilsangebot tatsächlich aussieht, welche Methoden sie bei der Bindung ihrer Mitglieder verfolgt und welche Konsequenzen eine Mitgliedschaft daher haben könnte. Kritikfähigkeit ist wichtig. Nur wer prüft und hinterfragt, kann sicherstellen, das zu erhalten, was er wirklich will.“
(Bundesministerium für Umwelt, Jugend und Familie, 1996, 6))

6.3 RELIGIÖSER/SPIRITUELLER MISSBRAUCH AM BEISPIEL DER KINDERTAUFE

Die Taufe von Säuglingen und Kleinkindern ist auch in unserer säkularisierten Gesellschaft ein weit verbreitetes und beliebtes Ritual, das auch bei nicht praktizierenden Christen oder Religionsgegnern breite Akzeptanz findet. In der psychotherapeutischen Praxis erzählt eine Klientin, die vor kurzem Mutter wurde folgendes: *„Ich glaube zwar nicht an Gott und das, was der Pfarrer so erzählt, aber mein Kind will ich trotzdem taufen lassen.“*

Bei genauerem Nachfragen nach den Beweggründen der Klientin zeigte sich, dass dieser Wunsch, ihr Kind taufen zu lassen, aus einem Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Verbundenheit kam. Ebenso aus dem Wunsch, die Freude über das DASEIN dieses Kindes, über seine Ankunft in dieser Welt mit anderen Menschen zu teilen. Das „freudige Ereignis“ soll sozusagen „öffentlich“ werden. Alle sollen wissen, dass diesem Paar etwas Wunderbares widerfahren ist. Religiöse Beweggründe im eigentlichen Sinn spielten bei den Überlegungen dieser Klientin offensichtlich keine oder keine bedeutsame Rolle.

Was geschieht bei der Taufe eines Kindes im theologischen Verständnis nun tatsächlich?

In seiner ursprünglichen religiösen Bedeutung versteht sich die Taufe als „Sakrament“, also „heiliges Zeichen“. Früher wurden Säuglinge unmittelbar nach der Geburt getauft, gleichzeitig mit der Namensgebung, besonders dann, wenn es bei der Geburt Komplikationen gab, die das Leben des Neugeborenen gefährdeten. Mit der Taufe sollten die Kinder vor der „Vorhölle“, theologisch exakt ausgedrückt vor dem Limbus (dem äußeren Rand der Hölle) gerettet werden. Jahrhunderte lang folgte die röm.-kath. Theologie dieser Lehrmeinung vom Limbus puerorum, von Augustinus ausgehend, der die Meinung vertrat, die ohne Taufe verstorbenen Kinder würden für immer in die Feuerhölle geworfen, wenn dort auch milder bestraft für eine „Sünde“, die sie von ihren Eltern ererbt hätten.

Im April 2007 (<http://www.kathpedia.com/index.php?title=Limbus>) [27.06.2010] wurde von Papst Benedikt XVI. nach den Ergebnissen der Internationalen Theologienkommission diese Lehrmeinung offiziell aufgegeben.

„Die Taufe bezeichnet den Christen mit einem unauslöschlichen geistlichen Siegel, einem Zeichen.....das ihn befähigt und verpflichtet.....Gott zu dienen. Wegen dieses Siegels kann die Taufe nicht wiederholt werden.“ (Katechismus 1993, 353)

Das heißt wohl, das Kind erhält ein unauslöschliches Zeichen, gleichbedeutend mit einer unwiderruflichen inneren Prägung, der es nicht zustimmen kann. Eine durch keine personale Entscheidung veränderbare Faktizität wird dem Kind zugemutet. Wofür sollte das gut sein? Ist eine solche Prägung unabdingbar für das Wohl und die gedeihliche Entwicklung des Kindes? Nach dem Katechismus der katholischen Kirche ist die Taufe:

...„heilsnotwendig“ und es werden „durch die Taufe sämtliche Sünden nachgelassen, die Erbsünde und alle persönlichen Sünden. Im Getauften verbleiben jedoch gewisse zeitliche Folgen der Sünde: Leiden, Krankheit, Tod, Gebrechen..es würden dem Kind unschätzbare Gnaden vorenthalten, wenn ihm nicht schon bald nach der Geburt die Taufe gewährt würde.“ (Katechismus 1993, 350)

Der getaufte Mensch hat also ein Siegel erhalten, weshalb er nach katholischem Kirchenrecht, das allerdings nach bürgerlichem Recht nicht gilt, nie aus der Kirche austreten kann. Die Taufe ist ein „Gnadenakt Gottes“, der nicht widerrufen werden kann. Ein „Geschenk“, das der oder die Beschenkte weder wollen noch nicht wollen kann, das auch nicht abgelehnt oder dankend angenommen werden kann. Erwachsene Menschen dürfen sich anmaßen, einem hilflosen, unmündigen Säugling, der nicht gefragt werden kann, der auch noch nicht „Wollen“ kann, eine unwiderrufliche religiöse Prägung aufzuzwingen.

Das steht in krassem Widerspruch zu dem Grundrecht des Menschen auf Religionsfreiheit und Selbstbestimmung. Körperlicher Beschneidungen aus religiösen oder anderen Motiven an Buben und Mädchen werden nach gegenwärtigem ethischen Verständnis eindeutig als Übergriffe und barbarischer Akt empfunden. Das Faktum körperlicher Misshandlung bei den Praktiken der Beschneidung weiblicher Genitalien bis zur Verstümmelung ist uns unverständlich und grausam. Hierin sehen wir eindeutige Verletzungen der menschlichen Grundrechte auf Unversehrtheit des Körpers.

Am Beispiel der Taufe geht es um „seelische Tätowierungen“ im Sinne von irreversiblen Prägungen (im Sinne der Theologie). Sie sind wohl nicht schmerzhaft und grausam, doch deshalb nicht weniger zu hinterfragen. Menschen werden nicht gefragt, ob sie leben wollen, sie können sich weder ihre Eltern noch das kulturelle Umfeld aussuchen, in das sie hineingeboren werden. Sie können auch nicht gefragt werden, mit welchem Namen sie gerufen werden wollen. So viel (unvermeidbare) Fremdbestimmung und keine Selbstbestimmung ist da von Anfang an! Wie schwer fällt es Menschen oft, ihr eigenes ganz persönliches Leben anzunehmen, ihre Eigenheiten, ihr Wesen zu akzeptieren, ihr Können zu entdecken und ihr Unvermögen auszuhalten. Wie lange dauert es oft, bis es zu diesem Annehmen des eigenen Lebens, echter Wertschätzung und Selbstliebe kommt. In so vielen Bereichen unseres Lebens sind wir genetisch oder/und durch unsere Herkunft geprägt und können nicht selbst entscheiden. Unser ganz persönliches JA zum Leben ist eine ganz wichtige Voraussetzung, um ins Leben und in die Lebendigkeit zu kommen. Wir sprechen auch von der psychischen Geburt, die der biologischen Geburt folgen muss, wenn Leben gelingen soll. Unter dem Aspekt von

Freiheit und Selbstbestimmung halte ich es für ethisch bedenklich Kinder auf etwas festzulegen, das sie in einem späteren Entwicklungsstadium selbst entscheiden können.

Eine andere Frage ist die, welches Menschenbild einer solchen rituellen Handlung zugrunde liegt? Der Mensch, gerade geboren aber dennoch schon schlecht, „von Natur aus durch den Makel der Erbsünde“ schlecht, muss durch ein aktives Eingreifen einer von Gott beauftragten Autorität vor dem „geistigen Tod durch die Sünde“ errettet werden. Mit welcher Haltung begegnen Erwachsene mit solchen Überzeugungen Kindern und Jugendlichen. Was bedeuten solche Einstellungen: „Du bist von Grund auf schlecht und das Böse in dir muss bekämpft und ausgerottet werden!“ für die Pädagogik und den Erziehungsstil?

Das biblische Sprichwort *„Wer sein Kind liebt, der züchtigt es!“* (Die Bibel, Die große Salomonische Spruchsammlung, 13/24, 1965) galt für Generationen von Eltern und Erziehern als Legitimation für körperliche und psychische Kindesmisshandlung. Die schwarze Pädagogik ist nur auf dem Hintergrund dieses Menschenbildes „die Natur des Menschen ist böse“ erklärbar. Was Gewalt gegen Kinder für katastrophale Folgen hat und hatte, dass sie Diktatoren wie Hitler und Stalin hervorbrachte, hat Alice Miller in ihren Büchern sehr eindringlich beschrieben. Vermutlich hat sich jeder denkende Mensch des 20. Jahrhunderts einmal die Frage gestellt, wie es zum Wahnsinn des Holocaust kommen konnte, wie es möglich war, dass sich ein Mensch eine so unvorstellbar grausame Maschinerie zur systematischen Tötung von 6 Millionen Menschen ausdenken konnte und genügend Helfer fand, diesen Irrsinn auch in Taten umzusetzen. Das Monster Adolf Hitler kam nicht als Monster auf die Welt, sondern kam wie jedes Kind „unschuldig“ zur Welt. Das destruktive Verhalten eines Menschen ist niemals angeboren, vererbte Anlagen sind weder gut noch böse, sondern entwickeln sich aufgrund individueller Erfahrungen mit den ersten Bezugspersonen, vor allem in der Kindheit und Jugend.

Es ist bekannt, dass Adolf Hitler von seinem Vater auf äußerst grausame Art misshandelt und gequält wurde. *„Er war Überlebender einer Vernichtungsmaschinerie, die im Deutschland der Jahrhundertwende Erziehung genannt wurde und die ich als das verborgene KZ der Kindheit bezeichne, das nie erkannt werden darf.“* (A. Miller 1993, 97)

Kinder körperlich oder seelisch zu misshandeln ist ein Verbrechen. Kindliche Regungen, Empfindungen und Gefühle zu unterdrücken, ist Seelenmord. Beides hat verheerende Folgen für den Betroffenen oder/und für seine Mitmenschen.

Aus der Entwicklungspsychologie wissen wir, dass jedes misshandelte Kind erlittene Misshandlungen und Vernachlässigungen verdrängen muss, um zu überleben. Schmerzen oder Qualen, die für Körper oder Seele unerträglich sind, werden abgespalten, und diese Abspaltung erfüllt eine lebensrettende Funktion. Erst dem Erwachsenen eröffnen sich andere Möglichkeiten, mit diesen schmerzlichen Gefühlen umzugehen. Wenn diese Möglichkeiten vom Erwachsenen jedoch nicht genutzt werden, kann die ursprünglich überlebensnotwendige Funktion der Abspaltung eine destruktive Dynamik entwickeln, die nach innen oder außen gerichtet verheerende Folgen haben kann. Selbsterstörerisches Verhalten gegen sich selbst, von Sucht bis zum Selbstmord, oder destruktive Aggression gegen einzelne Personen oder ganze Völker sind die sichtbaren Auswirkungen schwerer Traumatisierungen in frühen Jahren.

Gewalt gegen Kinder ist in Österreich seit 1992 verboten. Trotzdem werden Kinder bis zum heutigen Tag geschlagen und gequält. Leider begegnen wir auch in der

therapeutischen Praxis beinahe täglich Menschen, die unter den Folgen psychischer und/oder körperlicher Gewalt in ihrer Kindheit zu leiden hatten und noch immer daran leiden.

Wenn das Kind, „der Mensch“ Eigentum Gottes ist, fehlt nur ein kleiner Schritt, dass das Kind zum Eigentum der Eltern wird und wieder ein kleiner Schritt, und der Mensch ist Eigentum jeder totalitären Macht, die sich selbst dazu legitimiert, über das Leben anderer zu bestimmen.

An einer anderen Stelle im röm. kath. Katechismus heißt es: „*Die Taufe reinigt nicht nur, sondern macht den Neugetauften zu einem Adoptivsohn Gottes*“. (1993, 351)

Kind sein heißt nicht in der vollen Verantwortung des Lebens und damit gleichbedeutend nicht in der vollen Freiheit der Möglichkeiten von Selbstbestimmung eines Erwachsenen zu sein. Demgemäß bringt die „Gotteskindschaft“ dem gläubigen Menschen ein Gefühl reduzierter Verantwortlichkeit, das sich in einer schicksalshaften „Gottergebenheit“ bis hin zu einem lähmenden Fatalismus zeigen kann. „Gehorsam“ als die wichtigste christliche Tugend seit dem Sündenfall hat der Menschheit zu allen Zeiten, nicht nur im letzten Jahrhundert durch den Holocaust, unglaubliches Leid gebracht. Die wichtigste Tugend deshalb, weil ja „Ungehorsam“ dem Gebot Gottes gegenüber zur Vertreibung aus dem Paradies führte. Ein Paradigmenwechsel steht an.

„Zivilen Ungehorsam“ als Ausdruck von Stärke und Symbol für gewaltfreien Widerstand zu sehen, ist ein Verdienst des 20. Jahrhunderts. Der Ausdruck *ziviler Ungehorsam* (im Englischen *civil disobedience*) wurde vom US-Amerikaner Henry David Thoreau, einem der ersten Kämpfer gegen Ungerechtigkeit und Sklaverei (<http://www.friedenskooperative.de/ff/ff04/5-61.htm>) [27.06.2010] geprägt, der damit seinem Protest gegen den Krieg gegen Mexiko (1849) Ausdruck gab.

Dass dem „Gehorsam“ sich selbst gegenüber und dem, was die Person selbst als wahr und richtig erkannt hat, Priorität einzuräumen ist gegenüber der Gehorsamspflicht in Bezug auf andere Autoritäten ist noch lange nicht selbstverständlich. Die Seligsprechung eines „Ungehorsamen“ wie Franz Jägerstätter durch den Papst sollte uns nicht darüber hinwegtäuschen, dass Gehorsam nach wie vor eine gesellschaftlich durchaus erwünschte Verhaltensweise ist. Eltern wollen folgsame Kinder, Lehrer wollen brave Schüler und Schülerinnen, der Staat will angepasste Bürger und Bürgerinnen.

Wenn es im Katechismus heißt, die Taufe reinigt den Menschen von der „Erbsünde“, dann ist festzustellen, dass sich das heutige Verständnis dieser Thematik vom Sündenbegriff anderer Generationen wesentlich unterscheidet.

Für meine Eltern und Großeltern bestand „sündigen“ im Wesentlichen aus dem Nichteinhalten von Geboten und Verboten, die in den Geboten Gottes und der Kirche oder im „Beichtspiegel“ nachzulesen waren. Mit dem „Beichten“ und dem „Ablass“ war die Welt wieder in Ordnung. Diesen vereinfachten Zugang zum Thema Schuld und Sühne haben heute viele Menschen nicht mehr. Noch schwieriger wird es mit dem Begriff der „Erbsünde“. Der Gedanke, dass ein Kind „schuldig“ „von der Erbsünde befleckt“ geboren wird, ist schwer nachzuvollziehen und hat etwas Archaisches an sich.

Therapeutisch können wir diesen Gedanken von der Erbsünde möglicherweise als „präinatale oder postinatale Prägung“ verstehen. Die systemische Aufstellungsarbeit und andere systemisch orientierte psychotherapeutische Ansätze zeigen uns deutlich, wie tabuisierte oder nicht verarbeitete traumatische Lebensereignisse über Generationen hinweg nachwirken. Im religiösen Kontext müsste man hier ja auch von „Sünden“ sprechen. Sehr beeindruckend ist dieses Phänomen nachzulesen in

Peter Heinls Buch „Maikäfer flieg, dein Vater ist im Krieg...“. In vielen ausführlichen Falldarstellungen beschreibt er die Auswirkung seelischer Verletzungen durch Kriegsereignisse auf die Kriegs- und Nachkriegsgeneration. In dem Kontext dieser Schuldfragen geht es aber nicht um eine persönliche Schuld, die getilgt werden muss, oder um eine Schuld, deren Tilgung noch dazu von der Gnade Gottes und/oder dem Willen der Eltern abhängig ist.

Moderne Theologen reagieren auf das Faktum des Bedeutungswandels bestimmter Begriffe mit der Suche nach anderen Formulierungen. D. Steindl-Rast vermittelt folgendes Verständnis vom „beinahe unbrauchbar gewordenen Begriff Sünde“:

„Was zu anderen Zeiten Sünde genannt wurde, nennen wir Entfremdung. Die lebendige Sprache hat hier ein passendes Wort gefunden. Entfremdung suggeriert eine Entwurzelung vom wahren Selbst, von anderen, von Gott (oder was sonst von fundamentaler Bedeutung ist) und das alles in einem einzigen Wort.“ (2009, 186)

Die Konsequenz dieses begrifflichen Wandels kann sich für viele Menschen befreiend auswirken, für andere aber ein Hinweis auf offen gebliebene Verantwortlichkeit sein. In jedem Fall geht es um persönlich verantwortete, ethische Entscheidungen.

Zurück zu den Kindern Gottes. Werfen wir einen Blick auf das Vater-Gottesbild. Er beschenkt seine Kinder mit Gnadengaben, aber nur jene, die das Siegel der Taufe tragen. Die ungetauften Kinder landeten ja nach dem offiziellen Glauben bis vor kurzem noch in der „Vorhölle“. Welch ein ungerechtes, grausiges Vaterbild.

7 GOTTESBILDER – HELFER ODER STÖRENFRIEDE AUTHENTISCHER SPIRITUALITÄT

Der negative Einfluss destruktiver Gottesbilder auf Religiosität und Spiritualität ist hinreichend bekannt. Was sind nun negative oder „**dämonische**“ **Gottesbilder**? Hierunter werden im allgemeinen jene Vorstellungen oder Bilder von Gott verstanden, die den Menschen in seinem personalen Lebensvollzug einschränken, seine Entwicklung beeinträchtigen oder verhindern.

Existenzanalytisch gesehen kann man sagen, dass es bei einem negativen Gottesbild um das Bild eines verneinenden Gottes geht, der den Menschen in seinem grundsätzlichen JA zum Leben und zur Welt und in seinem JA zur eigenen Person nicht fördert und bestärkt. Negativ ist ein Gottesbild, das dem Menschen die Einwilligung zum Leben erschwert oder nicht geben lässt; konkret existenzanalytisch gesagt, ein Gottesbild, welches das persönliche JA des Menschen zum Dasein, sein JA zum Wertsein, sein JA zur Einzigartigkeit seiner Person und sein JA zum Sinn verhindert.

Bei K. Frielingsdorf und Tillmann-Moser sind eindrucksvolle Beispiele für destruktive Gottesbilder beschrieben.

„Der Lückenbüßer-Gott“ ist ein besonders von unerwünschten oder misshandelten Kindern „erfundener Wunschgott“. (Frielingsdorf 1993, 48) Auf ihn werden alle positiven Eigenschaften wie Anerkennung, Geborgenheit, Schutz, Zuwendung, Verlässlichkeit, Liebe, Sicherheit projiziert. Er steht für all das, was das Kind von seinen Bezugspersonen nicht bekommt. Aber auch für Erwachsene ist dieser „liebe Gott“ eine innere Zufluchtsstätte, wenn sie die „böse Welt“ nicht mehr ertragen können oder wollen.

Die Gefahr dieses irrationalen Gottesbildes liegt darin, dass es den Menschen zu einer dualistisch-schizoiden Lebensweise führt, in der die Wirklichkeit gespalten wird in

eine „gute Welt bei Gott“ und in ein „böse Welt bei den Menschen“. Im weiteren kann daraus ein magisches Schwarz-Weiß-Denken entstehen, das für viele religiös abhängige Menschen typisch ist. Dieser gedankliche Hintergrund ist auch nicht selten die erste Motivation dafür, sich einer strengen Glaubensgemeinschaft anzuschließen oder in ein Kloster zu flüchten.

„**Der strafende Richtergott**“ (ebd. 112) ist eines der häufigsten negativen Gottesbilder und findet sich in seinen vielfältigen Erscheinungsformen in fast allen Gottesbildern wieder. Er wird als unerbittlicher Richter gesehen, der jede Verfehlung bestraft, ohne nach Hintergründen und Motiven zu fragen. Der „Sünder“ muss büßen – hier im Leben durch Leiden, Schmerzen, Krankheiten oder andere Unannehmlichkeiten - oder im Jenseits (Fegefeuer oder Hölle), bis er geläutert ist und die Ordnung wieder hergestellt ist. Der Psychoanalytiker Tillmann Moser beschreibt dieses Erleben so:

„...dein Hauptkennzeichen für mich ist die Erbarmungslosigkeit. Du hattest so viel an mir verboten, dass ich nicht mehr zu lieben war. Ich habe dich flehentlich gebeten, mich auf die Seite der Schafe zu nehmen, doch ich wusste, dass ich zu den Böcken gehörte. Es war mir als Kind selbstverständlich, dass die Welt, die jetzige und die spätere, aus Geretteten und aus Verdammten bestand. Das Fürchterlichste war, dass ich immer über dem Abgrund der Verdammnis hing...“ (Moser 1980,19)

Diese Haltung der Angst einem strafenden Gott gegenüber ist unter gläubigen Menschen, meist unbewusst, sehr verbreitet. Sie kann dazu führen, dass Menschen alles, was ihnen an negativen Lebensereignissen widerfährt, als „Strafe für ihre Sünden“ erleben. Dieses Gottesbild lässt eine konstruktive Auseinandersetzung mit leidvollen Erlebnissen nicht zu. Wut, Zorn und Aggression müssen verdrängt werden und schädigen den Menschen in seiner Ganzheit.

„**Der Buchhaltergott**“ (ebd. 142 f.) ist ein gefühlloser Robotergott, der jeden kleinsten Fehler des Menschen registriert und aufschreibt in einem Buch für die große Endabrechnung beim letzten Gericht. Das alles überwachende und kontrollierende Auge Gottes wird als bedrohlich erlebt. Gebote werden zu negativen Kontrollinstanzen eines Über-Ichs, die dazu dienen, den Menschen für schuldig zu erklären und ihn zu verurteilen.

„.....Aber weißt du, was das Schlimmste ist, das sie mir über dich erzählt haben? Es ist die tückisch ausgestreute Überzeugung, dass du alles hörst und alles siehst und auch die geheimsten Gedanken erkennen kannst. In der Kinderwelt sieht das dann so aus, dass man sich elend fühlt, weil du einem lauernd und ohne Pausen des Erbarmens zusiehst und mit Gedankenlesen beschäftigt bist.....Durch den Satz: Was wird der liebe Gott dazu sagen? war ich früh meiner eigenen Gerichtsbarkeit überlassen.....“ (Tillmann Moser 1980, 13)

Das Resultat dieses Gottesbildes ist eine von Angst und permanenten Schuldgefühlen geprägte Religiosität bzw. eine Spiritualität, die in ihrer Entfaltung stark eingeschränkt ist.

„**Der überfordernde Leistungsgott**“ als *Versucher unserer Zeit* (ebd.152) ist auf den ersten Blick nicht in seinen negativen Auswirkungen erkennbar. Ist doch eine gute Leistung ein allgemein anerkannter Wert. Das Schlüsselwort dazu ist die Überforderung bzw. die Gleichung: Leistung für Liebe bzw. Liebe für Leistung. Indem der Mensch zur Übertreibung einer guten Leistung verführt wird, droht letztlich die Selbstzerstörung. Das Selbstwertgefühl des leistungsorientierten Menschen steht

unter dem Motto: Ich bin nur so viel wert, wie ich leiste und Erfolg habe. Daseinsberechtigung und Anerkennung müssen erarbeitet werden. Sie wollen verdient sein. Das ist eine Unmöglichkeit, denn Leben und Liebe sind immer Geschenk. Es fällt uns zu. Deshalb muss diese Haltung in die Leere und ins Nichts führen.

Ängste, Perfektionismus, Gefühle der Ohnmacht und der Hoffnungslosigkeit sowie Minderwertigkeitsgefühle sind die Folgen dieses Gottesbildes. Der Teufelskreis von Leistung und Anerkennung führt immer weiter in die Frustration und Fremdbestimmung.

Das christliche Gottesbild nach dem römisch-katholischen Katechismus

„Gott ist in sich unendlich, vollkommen und glücklich. Aus Güte und freiem Willen hat er den Menschen erschaffen, damit dieser an seinem glückseligen Leben teilhabe. Deswegen ist Gott den Menschen überall und jederzeit nahe. In und durch Jesus Christus beruft er die Menschen im heiligen Geist seine Kinder zu werden und so sein glückseliges Leben zu erben. Gott ist Leben in Fülle. Aus Liebe und Erbarmen verschenkt er sich an die Schöpfung. Der Mensch ist befähigt Gott in seinen Werken zu erkennen und zu lieben.“
(Katechismus 1993, 38)

Es ist zu hoffen und zu wünschen, dass sich viele Mitglieder der röm. kath. Kirche diesem Gottesbild verbunden fühlen. Wieweit es sich in der kirchlichen Alltagspraxis wiederfindet, kann und braucht hier nicht diskutiert werden.

Welche **hilfreichen Gottesbilder** oder Vorstellungen von Gott könnten Spiritualität unterstützen und fördern?

Im **Buddhismus** gibt es keine Gottesvorstellungen wie in den monotheistischen Religionen Judentum, Christentum und Islam. Zwar kennt der Buddhismus Götter, doch sie haben eine zwar unermesslich lange, jedoch endliche Lebenszeit. Vom "Absoluten" kann man sich keine Bilder machen, daher werden häufig der Ausdruck, "Nirvana", "Leere" oder "Buddha-Natur" verwendet. Nirvana (d.h. das Erlöschen von Gier, Hass und Verblendung) oder das Absolute ist "todlos", "ungeboren", „ungeschaffen“, „ungeworden“, "weder diesseits noch jenseits". Der Religionsstifter selbst, Buddha (der Erleuchtete) bezeichneten sich selbst nie als Gott und wollte auch nicht als solcher verehrt werden. Der Buddhismus wird vielfach nicht als Religion im westlichen Verständnis gesehen, sondern in einem erweiterten Religionsbegriff als eine Religion, die mit ihren Inhalten, ihrem Glaubensprinzip, ihren Idealen eine Philosophie ist, die durch ethische Werte versucht, den Menschen zu lehren, wie er sich vom Leiden befreit und zum Glück gelangen kann. Durch diese Inhalte ist der Buddhismus international sehr weit verbreitet, vor allem weil er auch keinen Angriff auf gesellschaftliche oder politische Systeme nimmt. Ebenso fremd sind dem buddhistischen Glauben missionarische Anliegen.

Der Buddhismus als Lebensphilosophie ist auch für viele Menschen des westlichen Kulturkreises zu einem Initiator für spirituelles Leben geworden. Einer der bekanntesten Brückenbauer zwischen Christentum und Buddhismus ist der Benediktinermönch David-Steindl Rast. Er befasste sich sehr lange mit dem interreligiösen Dialog zwischen Christentum und Buddhismus und wurde für seine Arbeit mit dem Martin Buber Award ausgezeichnet. David Steindl-Rast vertritt eine pluralistische Religionstheologie, der zufolge weder das Christentum noch eine andere Religion „einzig wahre“ Heilmittler sind: Religionen entstanden in einem

spezifischen kulturellen und historischen Umfeld, und jede Religion könne die gleiche Funktion erfüllen.

Pantheistische Gottesvorstellungen gehen davon aus, dass Gott mit dem Universum, dem All oder dem Kosmos ident sei. Die erfahrbare Wirklichkeit ist demnach nicht durch das schöpferische Wirken eines personalen göttlichen Wesens entstanden. Gott und die Welt sind eine Einheit, es gibt keine Wesensunterschiede, sondern „*die Welt sei als Entfaltung des göttlichen Wesens, als Selbstausslegung oder Erscheinung Gottes entstanden, sodass das Wort „Gott“ eine Art Summenformel für die Welt sei.*“ (N. Theolog. Wb., 474) Die vom Pantheismus angenommene Identität von Gott und Welt wird auf unterschiedliche Art ausgelegt. Eine Richtung geht davon aus, dass Gott in der Welt „aufgeht“, dass Gott sich in den Dingen manifestiert, eine andere geht davon aus, dass die Welt ein Abbild der Erscheinungsweise Gottes ist. Im transzendenten Pantheismus ist Gott im Innersten der Dinge zu finden. Im Grunde gehen pantheistische Weltbilder von der Vorstellung einer alles durchdringenden Kraft aus, von einem alles umfassenden Sein aus, das der Wirklichkeit als unpersönliches Prinzip zugrunde liegt. Diese Gottesvorstellungen sind in vielen Naturreligionen vorhanden und auch dem buddhistischen Gedankengut nicht fremd. Die katholische Lehrmeinung verurteilt den Pantheismus ausdrücklich (Katechismus, 1993, 105).

Zu unterscheiden ist der Pantheismus von einer **animistischen Gottesvorstellung**, die hauptsächlich in Naturreligionen vorzufinden ist.

„Als Animismus (von griech. ἄνεμος „Wind, Hauch“ wie lat. animus, als anima später in religiösen Zusammenhängen auch Seele oder Geist) bezeichnet man allgemein schriftlose, in Reinform ausschließlich bei Jäger-Sammler-Kulturen verbreitete Religionen indigener Völker. Es gibt demnach nicht eine einzige Religion des Animismus, vielmehr stellt sich der Animismus gleichermaßen als Religion wie als Regelwerk des Aufbaus der Soziokultur und auch als vorrationale Welterklärung in jeder Kultur anders dar.
(<http://de.wikipedia.org/wiki/Animismus>) [27.06.2010]

Eine animistische Weltanschauung geht davon aus, dass die gesamte organische und anorganische Natur beseelt ist; alle Lebewesen haben persönliche, den Tod überdauernde Seelen, die dann als Geister in einer jenseitigen Welt weiterleben.

„Heilig“ im Sinne von „respektgebietend“, aber auch „respektfordernd“, ist die Natur in allen Ausprägungen. In jedem Stein, jeder Pflanze, jedem Tier und jedem Menschen, auch an jedem Ort entwickelt das Leben einen eigenen Willen, der natürlichen Regeln folgt. In der animistischen und in der pantheistischen Weltanschauung fehlen personale, allmächtige Götter, die auf das Leben des Menschen Einfluss nehmen.

Der **Hinduismus** ist nach dem Christentum und dem Islam die drittgrößte Religion der Welt. Es handelt sich um unterschiedliche religiöse Traditionen, die nicht durch institutionalisierte Autoritäten strukturiert sind. Es gibt keinen Religionsstifter und keine allgemeinverbindliche Dogmatik. Gläubige Hindus verstehen ihre Religion oft auch als Lebensart. Die verschiedenen Traditionen und Philosophien des Hinduismus vertreten unterschiedliche Gottesbilder und unterscheiden sich auch in den Lehren sehr stark voneinander. Die heutige Bedeutung und das intuitive Verständnis des deutschen Begriffs „Gott“ mit dem Hinduismus in Bezug zu setzen, ist verwirrend. Manche Strömungen des Hinduismus glauben an einen höchsten Gott (Vishnuismus und der Shivaismus) und ihm unterstellte himmlische Wesen im Sinne

einer polytheistischen Religion, andere gehen von einer unpersönlichen Gottesvorstellung aus (Upanishaden). Der wichtigste Begriff im Hinduismus ist das Brahman – der höchste kosmische Geist. Brahman ist die unbeschreibbare, unerschöpfliche, allwissende, allmächtige, nicht körperliche, allgegenwärtige, ursprüngliche, erste, ewige und absolute Kraft. Dieser Geist ist ohne einen Anfang, ohne ein Ende, in allen Dingen enthalten und die Ursache, die Quelle und das Material aller bekannten Schöpfung, rational unfassbar und doch dem gesamten Universum immanent. Die meisten Hindus gehen davon aus, dass Leben und Tod einen beständigen Kreislauf bilden und glauben an die Seelenwanderung.

„Das religiös-soziale System des Hinduismus beruht auf der Anschauung, dass alle Lebewesen der in ständigem Entstehen und Vergehen begriffenen Welt eine bei den Pflanzen beginnende und bei den Göttern endende Stufenleiter bilden.“ (dtv Lexikon, Bd. 8,309)

Elemente der hinduistischen Tradition haben im Westen große Aufmerksamkeit gefunden, bzw. auch in christlichen Traditionen an Bedeutung gewonnen (Yoga, ursprünglich ein Weg zur „Gotteserkenntnis“, wird heute von vielen Menschen unabhängig von ihrer weltanschaulichen oder spirituellen Ausrichtung praktiziert).

Ich habe den Eindruck, dass christliche Vorstellungen von Gott als einer universellen, alles umfassenden Kraft, als die Liebe oder Ursprung allen Lebens diesen östlichen Gottesbildern sehr nahe kommen.

8 ALLGEMEINE RELIGIONSKRITIK

Angesichts der Wirklichkeit unserer Welt mit unzähligen Kriegsschauplätzen, Völkermord, menschlich verursachten Umweltkatastrophen, Hunger, Ausbeutung und allen Spielarten menschlichen Elends ist es angebracht und legitim, sich und anderen die Frage zu stellen, ob nicht die großen Religionen in ihrem Anspruch auf Moral und Ethik versagt haben. Was haben 3000 Jahre Judentum, 2000 Jahre Christentum und knappe 1400 Jahre Islam in der Welt bewirkt?

Haben diese Religionen mit ihren Geboten, Verhaltensnormen für menschliches Zusammenleben und Heilsversprechungen geholfen, die Welt und das Zusammenleben der Menschen human und freundlich zu gestalten? Bringen sie eine „frohe Botschaft“? Eine Botschaft, die den Menschen Hoffnung und Zuversicht für das Leben im Hier und Jetzt vermittelt und ihnen zu einem Mehr an Freude und Lebensglück verhilft? Diesen Fragen soll im folgenden Kapitel nachgegangen werden.

Was verbindet die drei großen monotheistischen Religionen Christentum, Judentum und Islam miteinander? Folgende Merkmale scheinen mir wesentlich:

- Der Glaube an eine personale Gottesfigur, Gott/Christus, Jahwe oder Allah genannt, die als Urheber der Schöpfung auftritt und sich aktiv am Geschehen in dieser Welt beteiligt und in die persönlichen Schicksale von Menschen eingreift.
- Polarisierung; bedeutet hier die Teilung der Menschheit in gute und böse, in Heiden und Bekehrte, Gläubige und Ungläubige, Reine oder Unreine oder ähnliche Unterscheidungen. Wobei der „besseren Hälfte der Menschheit“ das ewige Heil, der Himmel oder das Paradies versprochen wird, was dem „bösen und uneinsichtigen Rest“ der Menschheit für immer verwehrt ist.

- Legitimierung und auch Idealisierung von Leid und Leidenszuständen; Leiden um seiner selbst willen, als Voraussetzung für persönliche Lern- und Entwicklungsprozesse als „der Weg zu Erkenntnis und Glück“. Dr. Heinrich Donath spricht im Zusammenhang von Traumabehandlungen vom Einfluss einer „Blut- und Tränenideologie“, die im Christentum eine wesentliche Rolle spielt.
- Abwertung der Körperlichkeit des Menschen gegenüber seiner Geistigkeit. „Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach.“ (Mt. 26/24)
- Frauenfeindliche Haltungen, die sich in unterschiedlichsten Phänomenen zeigen (Seelenlosigkeit, Unreinheit durch Menstruation, Aberkennung kognitiver Fähigkeiten,...), über welche die feministische Literatur reichliche Informationen liefert.
- Hierarchische Strukturen, in denen Autorität nicht aufgrund besonderer Kompetenzen erworben wird, sondern von Gott gegeben ist. Diese Autoritäten können daher auch nicht hinterfragt werden und verpflichten die ihnen unterstellten Personen zu unbedingtem Gehorsam. Im besseren Fall wird Gehorsam als höchste Tugend gesehen.
- Legitimation von Gewalt, wenn sie dem „Seelenheil“ dient.
- Anspruch auf allgemeingültigen, objektiven Wahrheitsgehalt der eigenen Lehrmeinung.
- Das Paradigma von einer „kollektiven Schuld“ der Menschheit, die durch „kollektive Erlösung“ beantwortet wird.

Diese Liste ließe sich vermutlich von Religionswissenschaftlern noch beliebig fortsetzen. In unserem Kulturkreis ist nach wie vor das Christentum die am stärksten religiös-sozialisierende Kraft, die unsere abendländische Kultur und unser Denken, Fühlen und Handeln am stärksten prägte. Daher soll an diesem Beispiel auch die Macht und Ohnmacht der monotheistischen Religionen aufgezeigt werden.

9 KRITISCHE AUSEINANDERSETZUNG MIT DEN CHRISTLICHEN RELIGIONEN AM BEISPIEL DER RÖM.-KATH. KIRCHE

Die kritische Auseinandersetzung mit Religion und Theologie ist nach wie vor notwendig und ergibt sich allein aus der Tatsache, dass Religionen fortbestehen, trotz aller Verwüstungen, die sie in persönlichen Lebensgeschichten (religiöser oder spiritueller Missbrauch), gesellschaftlichen Entwicklungen (Diskriminierungen, Ausgrenzungen) oder globalen Prozessen (Terrorismus, Kriege) auslösen. Atheistische Literatur boomt, so wie auch spirituelle oder pseudospirituelle Literatur. Joachim Kahl veröffentlichte 1968 seine Arbeit „Das Elend des Christentums oder Plädoyer für eine Humanität ohne Gott“. In den ersten drei Jahren nach dem Erscheinen gab es allein von der Taschenbuchausgabe beirororo sieben Neuauflagen.

Eines der interessantesten Werke der atheistischen Gegenwartsliteratur ist zweifellos Richard Dawkins „Gotteswahn“ (2007). In diesem leidenschaftlichen Plädoyer für die Vernunft zieht R. Dawkins gegen die Religionen zu Felde. Er führt mit aller Schärfe zahlreiche Argumente dafür an, dass der Glaube an eine übernatürliche Macht keine Grundlage für das Verständnis dieser Welt oder eine Erklärung für die Entstehung der Welt sein kann. Er sieht im Glauben an ein göttliches Wesen die häufigste Ursache von Krieg, Terror und Zerstörung, wie sie die Geschichte der Menschheit von der Inquisition bis zu den Anschlägen von Nine - eleven zeigt.

Dawkins hält Religion geradezu für schädlich: Stellen wir uns eine Welt ohne Religion vor – ohne Selbstmordattentäter, ohne Kreuzzüge, ohne Hexenverbrennungen, ohne Judenverfolgungen, ohne Nordirland-Konflikt, ohne Taliban, die Buddhas sprengen, ohne Diskriminierungen von Frauen... Dass sich die Ausübung von Religion auf die Lebensbewältigung einzelner Personen auch positiv auswirken kann, bestreitet Dawkins nicht. Er bestreitet allerdings entschieden eine auch nur annähernde ausgewogene Bilanz zwischen den Vorteilen und Übeln religiöser Betätigung.

„Der Gott des Alten Testaments ist – das kann man mit Fug und Recht behaupten - die unangenehmste Gestalt in der gesamten Literatur: Er ist eifersüchtig und auch noch stolz darauf; ein kleinlicher, ungerechter, nachtragender Überwachungs-Fanatiker; ein rachsüchtiger, blutrünstiger ethnischer Säuberer; ein frauenfeindlicher homophober, rassistischer, Kinder und Völker mordender, ekeliger Größenwahnsinniger, sadomasochistischer, launisch-boshafter Tyrann.“ (Dawkins 2007, 45)

Formulierungen dieses Stils sind zwar prägnant und einprägsam, ziehen jedoch den Vorwurf nach sich, die religiösen Gefühle gläubiger Menschen zu verletzen.

Das in diesem Zitat gezeigte Gottesbild ist erschreckend, natürlich auch einseitig und polemisch. Jede Übertreibung dient jedoch auch dazu, den Kern einer Behauptung hervorzuheben und zu betonen. Und wir müssen eingestehen, dass jeder christlich sozialisierte Katholik die brutalen Geschichten des Alten Testaments kennt, meist von Kindheit an, dass wir deren Grausamkeit kaum mehr gewahr werden.

Schon die Schöpfungsgeschichte beschreibt Gott als einen ungerechten Tyrannen, der Ungehorsam mit dem Tod – der Vertreibung aus dem Paradies - bestraft. Der willkürliche eifersüchtige Gott Dawkins begegnet uns in der Geschichte von Kain und Abel: *„Der Herr schaute auf Abel und sein Opfer, aber auf Kain schaute er nicht.“* (Gen. 4, 1-24) Dieses Nicht-Hinschauen des Vätergottes wird nicht begründet, wird aber zum Auslöser für den wohl bekanntesten Brudermord.

Wir wissen, dass „nicht gesehen werden“ eine der größten Kränkungen für Menschen jeden Alters ist. In der Psychotherapie begegnen wir immer wieder Klienten, die davon berichten, wie sehr sie darunter litten, als Kinder von Ihren Eltern übersehen worden zu sein oder weniger Aufmerksamkeit erhalten zu haben als ihre Geschwister. Eltern, die ihre Zuneigung und ihr Interesse ungleich verteilen, aus welchen Gründen auch immer, verursachen viel seelisches Leid. Gott müsste es wissen!

Gott als ethnischer Säuberer findet sich im Mythos vom „auserwählten Volk“ und der Kindermörder im Buch Exodus in der Erschlagung der Erstgeborenen in Ägypten. Das Alte Testament strotzt vor Erzählungen um Mord, Totschlag, Erpressung, Unterwerfung, Gewalt und Folter. Diese Texte von Kindheit an gehört zu haben sind Erfahrungen, die das Weltbild und das Selbstbild prägen. Brutale Gewaltszenarien und Grausamkeiten finden wir auch in Märchen und Geschichten, die wir unseren Kindern erzählen, und ihr pädagogischer Wert ist unbestritten. Die Geschichten der Bibel werden jedoch nicht als Märchen oder Legenden erzählt, sondern als Wahrheiten einer Offenbarung. Bei kirchlichen Festen oder religiösen Feiern werden sie als „Wort Gottes“ verkündet. Den sachlich-inhaltlichen Argumentationen Dawkins ist leider wenig oder nichts entgegenzusetzen.

Im Gespräch mit gläubigen Christen höre ich immer wieder das Argument: „Das Alte Testament ist im Grunde nicht mehr gültig oder nur teilweise, es ist ja abgelöst oder ersetzt durch das neue Testament. Und da ist doch alles anders. Da geht es um die „frohe Botschaft“. Kern der „guten Nachricht“ ist die Aufhebung der alten Gesetze

„Aug um Aug, Zahn um Zahn“ und das Inkrafttreten des neuen Gesetzes der Nächstenliebe und der Feindesliebe, wie es eben in den Evangelien beschrieben wird.“

Was sagt das Neue Testament zum Thema Gewalt, und was zeigt sich bei einem Blick zurück auf 2000 Jahre Geschichte der Christenheit. Einem christlich sozialisierten Menschen ist wahrscheinlich gar nicht mehr bewusst, aber dennoch eine nicht zu übersehende Tatsache: Symbol dieser Religion ist das Kreuz, - ein Folterwerkzeug. Ein Folterinstrument wird zum Symbol für Heil und Erlösung.

„Was ist das Kreuz Jesu Christi überhaupt anderes als der Inbegriff sadomasochistischer Schmerzverherrlichung?“ (Kahl, 1968, 19)

Könnte man je einem Folterinstrument irgendeinen positiven Sinn abgewinnen? Der mittelalterliche Pranger, der spanische Bock oder die Daumenschraube, wie wir sie noch in manchen musealen Folterkammern besichtigen können, lösen bei uns Abscheu und Grauen aus. Den Anblick des Kreuzes jedoch empfinden wir als normal und alltäglich. Für gläubige Christen sind mit dem Blick auf das Kreuz meist auch angenehme, tröstliche oder erhebende Gefühle verbunden, es wird in rituellen Handlungen verehrt und angebetet. Es hängt als Einrichtungsgegenstand in vielen Wohnzimmern, es wird als Schmuckstück um den Hals getragen und kaum jemand sieht in diesem Symbol noch das Folterwerkzeug.

Die jüngsten neurobiologischen Forschungen belegen eindrücklich, wie sehr das, was wir wahrnehmen und denken, unsere Befindlichkeit beeinflusst. Therapeutische Empfehlungen wie z. B. die Führung eines „Freudentagebuches“ oder die Einübung positiver Affirmationen haben nachweislich heilende Effekte. Ebenso wissen wir, dass uns die Beschäftigung mit unerfreulichen oder tragischen Ereignissen schlechte Gefühle vermittelt und letzten Endes depressive oder ängstliche Zustandsbilder bzw. posttraumatische Belastungssymptome fördert. Unter diesem Aspekt sind die in der Öffentlichkeit immer wieder auftauchende Diskussion um das Anbringen von Kreuzen in öffentlichen Räumen neu anzudenken. „Ein toter Mensch“ auf einem Kreuz hängend kann doch kaum positive Gefühle auslösen. In einer multireligiösen Gesellschaft bedeutet die Anbringung eines religiösen Symbols einer bestimmten Gruppe für alle anderen religiösen Gruppierungen möglicherweise eine Diskriminierung und widerspricht der negativen Religionsfreiheit, also dem Recht, nicht mit religiösen Inhalten konfrontiert zu werden.

Der europäische Gerichtshof für Menschenrechte fällt vor kurzem (Die Presse, 4.11.2009) eine symbolträchtige Entscheidung. Die Richter in Straßburg entschieden, dass in italienischen Klassenzimmern keine Kruzifixe hängen dürfen. Die christlichen Symbole verstießen gegen die Religionsfreiheit der Kinder und würden die Freiheit der Eltern verletzen, ihre Kinder nach ihren weltanschaulichen und religiösen Überzeugungen zu erziehen. Angestrebt wurde dieses Urteil von einer Mutter, die seit Jahren einen Kampf gegen Kruzifixe in italienischen Schulen führt, mit der Begründung, dies widerspreche ihrem Wunsch, ihre Kinder säkular zu erziehen.

Dieses Urteil löste verständlicherweise in vielen Kreisen heftigste Diskussionen aus, auch in Österreich. Interessanterweise spricht sich Brigitte Schinkele, Religionsrechtsexpertin an der Universität Wien laut Die Presse (ebd.) dafür aus, die Kreuze aus Gerichtssälen zu entfernen, kritisiert jedoch die Entscheidung des Europäischen Gerichtshofes bezüglich der Entfernung von Kreuzen aus den Schulklassen. Es ist zu hoffen, dass diese Diskussionen nicht in einen Kulturkampf entarten, sondern zu mehr Respekt und Achtung zwischen den Gläubigen führen.

Denn bei allem Respekt für religiöse Gefühle ist doch unübersehbar, dass das Kreuzifix als Symbol unserer abendländischen Kultur auch für eine Kultur steht, die zur Ausrottung der ursprünglichen Bevölkerung ganzer Kontinente beigetragen hat.

Michel Onfray spricht in der Einleitung zu seinem Buch "Wir brauchen keinen Gott. Warum man heute Atheist sein muss" (2007, 1) von einer „Blutspur“, die das Christentum (und die beiden anderen monotheistischen Religionen Judentum und Islam) in der Geschichte der Menschheit gelegt haben.

Tatsächlich sind die Geschichtsbücher, wie schon angeführt, voll mit religiös motivierten Kriegen, Verfolgungen, Vertreibungen und Genoziden.

Joachim Kahl beschreibt in seinem religionskritischen Klassiker „Das Elend des Christentums“ diese dunklen Kapitel des Christentums sehr eindrucksvoll.

Die ersten Christen waren bekannter Weise selbst brutalen Verfolgungen ausgesetzt, und viele von ihnen werden noch heute als Märtyrer und Heilige verehrt. Diese Verfolgungen endeten mit der Anerkennung des Christentums durch Kaiser Konstantin im Jahr 313 durch die Bekanntgabe des Mailänder Edikts.

Mit diesem Datum beginnt die Verbreitung des Christentums und endet die Rolle einer verfolgten Minderheit; das Christentum wird als Staatsreligion anerkannt. Mit den innerrömischen Christianisierungen unter Kaiser Justinian I. begann aber auch die Tyrannei des Christentums. Es wurde die Zwangstaufe angeordnet, Heiden wurden zu Staatsfeinden erklärt, heidnische Literatur wurde verbrannt und unermessliche Kunstschatze vernichtet. Unter dem Vorwand der Christianisierung wurden zahlreiche „Missionskriege“ geführt, von den Zwangschristianisierungen unter Karl dem Großen bis zu den Orientkreuzzügen. Unter dem Deckmantel eines religiösen Befreiungskrieges zum „Schutz des Heiligen Grabes“ in Jerusalem wurden Eroberungskriege gegen Muslime und Sarazenen geführt, die sich insgesamt über zwei Jahrhunderte erstreckten.

Leider endete mit dem Mittelalter die Zeit der Kreuzzüge nicht wirklich. Auch der neuzeitliche Kolonialismus und Imperialismus standen unter christlichem Vorzeichen. Mit der Entdeckung Amerikas 1492 begann die Christianisierung der indigenen Bevölkerung und führte zu einem Völkermord ungleichen Ausmaßes, dem nach Schätzung von Experten etwa 90% der Ureinwohner zum Opfer fielen.

Gehört dies alles der Vergangenheit an? Die offizielle Haltung des katholischen Klerus zum Nationalsozialismus und der antisemitische Geist, der von der Kirche durch Jahrhunderte hindurch gepflegt wurde, sprechen eine andere Sprache. Adolf Hitler, Verursacher der größten antisemitischen Gräueltaten der Menschheitsgeschichte war katholischer Christ, trat nie aus der Kirche aus, wurde auch nie exkommuniziert und sein Buch „Mein Kampf“ stand auch niemals auf dem „Index librorum prohibitorum“ (Verzeichnis der für Katholiken verbotenen Bücher, wurde 1966 abgeschafft).

Es bleibt die Frage offen: Was sind die tatsächlichen Verdienste der katholischen Kirche, was ist zu würdigen nach zweitausend Jahren Christentum? Es sind herausragende einzelne Gestalten, die sich für Friede, Freiheit und Menschenwürde einsetzten und einsetzten und dies oft gegen den Widerstand der offiziellen Kirchen taten oder tun.

Gewiss gab und gibt es immer wieder herausragende Persönlichkeiten in der Kirchengeschichte, die durch ihr Charisma und ihre authentische religiöse Überzeugung Gutes bewirkten. Das Engagement für Versöhnung, Friede, Freiheit und Gerechtigkeit eines Martin Luther King, eines Oscar Romero oder einer Mutter Theresa ist auf dem Boden einer tiefen Frömmigkeit entstanden und zu würdigen.

Es bleibt die Frage offen, ob „gläubige Menschen“ auch „bessere Menschen“ sind. Die Beantwortung der Frage wird vom weltanschaulichen Hintergrund abhängen und entzieht sich objektiven Kriterien.

„Projekte der Hoffnung“ lassen immer wieder aufhorchen und Zuversicht aufkommen, entstanden aber nicht immer auf einem religiös weltanschaulichen Hintergrund (Amnesty International etwa wurde von einem englischen Rechtsanwalt gegründet).

10 SPIRITUALITÄT - EIN PHÄNOMEN DES LEBENS

Ausgehend von der Annahme, dass Spiritualität ein bewusstes und/oder unbewusstes Erleben von Ganzheit, Verbundenheit im Fühlen, Denken und Handeln mit sich und der Welt, verstanden als sinnlich wahrnehmbare und darüber hinausreichende Wirklichkeit ist, bedeutet Spiritualität eine Dimension des Menschseins an und für sich. Spiritualität scheint also ein universales Phänomen und damit eine anthropologische Grundkonstante zu sein.

Womit sich die Frage auftut, ob denn Spiritualität in den Genen und im Gehirn angelegt sei? Noch gibt uns die Forschung keine eindeutige Antwort auf diese Frage. Es fehlen auch exakte Erklärungen darüber, wann und wie Spiritualität im Laufe der Evolution entstanden ist.

„Spiritualität erhält eine neurobiologische Basis, die in angeborenen Gehirnstrukturen besteht.“ (Bucher 2007, 19)

Dies erklärt ansatzweise, warum alle Kulturen dieser Erde religiös-spirituelle Phänomene hervorgebracht haben. Zumindest die letzten 100.000 Jahre des Bestehens der Welt ist der Glaube an transzendente Wesen nachweisbar, seien es nun Geister, Engel, Dämonen, viele Götter und Göttinnen oder nur ein einziger Gott. Bekannt ist auch, dass schamanistische Praktiken, wie Trommeln, ekstatischer Tanz oder die Verwendung bewusstseinsverändernder Pflanzen auf der ganzen Welt nachweisbar sind und in der „Heilkunst“ verwendet wurden. Die Ethnopsychotherapie berichtet über zahlreiche Heilverfahren, die auf spirituell/religiösen Ritualen basieren.

„Ein Erklärungsversuch ist die Annahme, im menschlichen Mechanismus wirke ein spirituelles Gen. Es handelt sich um das Gen VMAT2, das die Produktion von Monaminen mit steuert: Hirnbotenstoffe wie Dopamin, Serotonin oder Noradrenalin, die die Hirntätigkeit anfeuern und Glücks- und Lustgefühle auslösen können. Menschen, die Mystisches erleben, sich selber leicht transzendieren können und sich als Teil eines großen Ganzen begreifen, hätten im mittleren Teil dieses Gens ein anderes Muster der Aminosäuren als jene, denen solche Erfahrungen nur schwer zugänglich sind.“ (Bucher 2007, 18)

Das ist ein äußerst spannender Beitrag zur Diskussion um die Entstehung von Spiritualität. Weiters gibt es plausible Erklärungen dafür, dass Spiritualität durch Reifungsprozesse im Gehirn möglich geworden ist, vor allem durch die Entwicklungen im Stirnlappen, dem präfrontalen Cortex. Die Fähigkeit zu komplexen kognitiven Leistungen, verbunden mit der Fähigkeit von Impulskontrolle und der Fähigkeit Zukünftiges zu antizipieren ermöglichte die eigentliche Entwicklung menschlicher Kultur. Die Antizipation der Zukunft brachte aber auch das Wissen um Tod und Vergänglichkeit unwiderruflich in das menschliche Bewusstsein. Das Bewusstsein von Zeit, eine Voraussetzung für die Fähigkeit Zukünftiges zu antizipieren, machte dem Menschen die Unentrinnbarkeit des eigenen Todes schmerzhaft bewusst. Das Wissen um Tod und Vergänglichkeit wurden damit

unwiderruflich im menschlichen Wissen verankert. Der römische Philosoph Lukrez prägte das Wort: „*Furcht gebiert Götter*“. In diesem Sinn ist der Zusammenhang von Spiritualität und Evolution deutlich.

„Unsere Vorfahren, von der Erkenntnis erschreckt, sterben zu müssen, imaginierten etwas Unsterbliches, Göttliches und den Glauben um letztendlich doch nicht zu sterben zu müssen, sondern wiederholt geboren zu werden oder in eine andere, unvergängliche Welt zu gelangen.“ (Bucher 2007, 19)

Eine seriöse Erkenntnis darüber zu gewinnen, wie weit der Neandertaler von der Existenz einer Gottheit oder einer spirituellen Welt überzeugt war, ist kaum möglich. Erwiesen ist jedoch aufgrund einer Vielzahl an Bestattungsfunden und Höhlenmalereien, dass der Homo Neanderthalensis sich sehr wohl mit einer jenseitigen Welt, einer transzendenten Welt befasste. Erwiesen ist auch, dass der Cro-Magnon-Mensch, ein vorgeschichtlicher Vertreter des heutigen Homo sapiens, der vor etwa 35 000 Jahren lebte, magische Praktiken ausübte und erste religiöse Symbole verwendete: Kreuze, heilige Tiere, Symbole des Mutterschoßes. Funde von Höhlenmalereien weisen auf magische Praktiken und Rituale hin.

Evolutionsgeschichtlich gesehen, hat eine Art, die sich von den Schrecken des Todes befreien konnte oder diese Schrecken zumindest zu mildern vermochte und sich noch dazu von einem höheren Wesen beschützt fühlt, sicherlich bessere Überlebenschancen. Die heilenden und heilsamen Kräfte von Imaginationen sind in der heutigen Psychotherapie gut erforscht und werden von vielen psychotherapeutischen Richtungen angewandt.

Spiritualität als genetisch bedingtes Produkt der Evolution oder die Folge besonderer Stoffwechselfvorgänge im Gehirn bleibt stückweise unerklärbar und unfassbar.

So unterschiedlich die Kulturen und Zivilisationen der Gegenwart und der Vergangenheit sind, so unterschiedlich ausgeprägt sind auch die jeweiligen Spiritualitäten. In fast allen Kulturen ist die Spiritualität sehr eng verbunden mit den religiösen Traditionen.

Heute erleben wir, dass viele Menschen sich von den religiösen Praktiken ihrer Herkunftskultur entfernen, der Kinderglaube wird abgelegt, aber es fehlt an Alternativen, was die Entstehung eines „spirituellen Vakuums“ zur Folge hat. Für diese Menschen, die sich den religiösen Traditionen ihrer Kultur nicht verbunden fühlen, und die Zahl dieser Menschen ist nicht gering, ergibt sich die Frage: Was dann? Wie kann Spiritualität ohne ein konkretes Gottesbild und ohne Zugehörigkeit zu einer Religionsgemeinschaft gelebt werden. Was braucht sie? Was ist wesentlich? Dieser Frage soll im folgenden Abschnitt nachgegangen werden.

Spiritualität braucht Rituale

Spiritualität zeigt sich in unterschiedlichen Ritualen und Gebräuchen, die das menschliche Leben an Entwicklungsübergängen, in Krisensituationen und Wendepunkten des Lebens von der Geburt bis zum Tod begleiten. Selbst in säkularisierten Kulturen und Zivilisationen haben Rituale ihren Stellenwert und ihre Bedeutung beibehalten, wenn sich auch ihre Ausprägung, ihr Hintergrund und ihr Inhalt oft verändert haben.

Rituale als feststehende symbolische Handlungen haben Sinn, an und für sich, auch unabhängig von einem religiösen Kontext. Sie stehen für Anfang oder Ende, für Wünsche, Hoffnungen und Gefühle in unterschiedlichen Lebenssituationen, vermitteln Halt, Sicherheit oder Schutz, legen Grenzen und Strukturen fest und bestimmen Räume und Zeiten. Rituale helfen nicht zuletzt Ängste unter Kontrolle zu halten, Leid zu bewältigen, aber auch übergroßen Glückserfahrungen Ausdruck zu

verleihen. Sie festigen Beziehungen und stärken Verbindlichkeiten. In rituellen Handlungen oder Abläufen können Werte und Wertvorstellungen gelebt werden. Sie bieten Möglichkeiten der Selbstwerdung, der Selbstfindung der eigenen Identität – Wer bin ich wirklich? – auf die Spur zu kommen. Diese Prozesse entsprechen auch dem Konzept der vier Grundmotivationen der Existenzanalyse.

Die Kindertaufe als Beispiel für Wert und Wandel von Ritualen

Als ein christliches Ritual ist die Taufe von Kindern nach wie vor auch in unserer säkularisierten Gesellschaft sehr weit verbreitet. Wie schon erwähnt versteht sich die Taufe in seiner ursprünglichen religiösen Bedeutung als „Sakrament“ also „heiliges Zeichen“ für die „Gotteskindschaft“ (es geht um das JA Gottes zu diesem neuen Menschen), als Reinigungsritual für die Tilgung der Erbsünde und damit die Errettung vor der „Hölle“ und die Aufnahme des Kindes in die Gemeinschaft der Christen, der Kirche.

Als aufgeklärte offene Menschen des 21. Jahrhunderts ist uns vieles von dieser schulddeterminierten Ideologie unverständlich und fremd. Mit dem Begriff „Sünde“ und „Schuld“ gehen wir heute in der Regel ganz anders um.

Für viele junge Eltern ist die religiöse Bedeutung der Taufe in den Hintergrund getreten. Worum kann es dann gehen?

Folgendes erscheint mir an diesem Ritual wichtig:

- Das JA der Eltern zu ihrem Kind. Dieses JA erfolgt von vielen Eltern heute viel bewusster und klarer. Du bist erwartet, angenommen und im Idealfall auch „Du bist uns willkommen in dieser Welt.“
- Es geht auch um das JA des erweiterten sozialen Umfeldes. „*Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf.*“ heißt es in einem afrikanischen Sprichwort. Diese Dörfer gibt es heute in unserer westlichen Zivilisation wohl nicht mehr, auch ist die Großfamilie selten geworden, in die Kinder hineingeboren werden. Aber es gibt anderes: den Freundeskreis, Verwandte, Bekannte, die Arbeitskollegen, den Fußballverein, die Nachbarn usw. Diese „Wahlfamilien“ können ihren Wunsch nach Unterstützung, Förderung und Begleitung des neugeborenen Kindes zum Ausdruck bringen
- Es braucht auch die „Öffentlichmachung“ der Geburt des Kindes, die das JA der Gesellschaft bewirkt. Dieses JA der Gesellschaft ist wichtig und notwendig und sollte sich nicht auf die Zuwendung öffentlicher Gelder in Form von Beihilfen oder die Errichtung von Bildungseinrichtungen für junge Menschen beschränken.

Freude will geteilt werden, will sichtbar gemacht werden! Das Fest einer Taufe kann auch Anlass sein zur Klärung von Verantwortlichkeiten. Die Eltern tun kund: Wir wollen für dich da sein, dich ins Leben begleiten, dich lieben. Wir nehmen unsere Verantwortung wahr. Gleichermäßen übernehmen oft auch Paten, Großeltern, Geschwister und andere Verwandte oder die Wahlfamilie einen Teil der Fürsorge um das neugeborene Kind.

Unsere pluralistische Zeit braucht Rituale und Feiern, in denen die unterschiedlichsten spirituellen Haltungen und Einstellungen ihre Ausdrucksmöglichkeiten finden können. So kann bei einer „multispirituellen“ Willkommensfeier vieles Platz haben. Sehr berührend fand ich eine Tauffeier, bei der ein junger Vater, bekennender Atheist, für seinen Sohn ein Lied von R. Mey sang: „Menschenjunges, dies ist dein Planet...“ und auf diese Weise seinen spirituellen Beitrag leistete.

Ich möchte an dieser Stelle auch ein sehr persönliches Ereignis aus meinem Leben einbringen.

Nach der Geburt meiner ersten Enkeltochter geriet ich in ein großes inneres Dilemma, als die junge Familie mir die Einladung zur christlichen Tauffeier überreichte. Als Großmutter war es mir ganz wichtig meine Verantwortung wahrzunehmen und meiner Liebe und Fürsorge für dieses kleine Geschöpf Ausdruck zu verleihen. Es war mir jedoch unmöglich, im Rahmen einer religiösen Zeremonie den Segen eines Gottes zu erbitten, an den ich nicht glaube oder die religiösen Inhalte, in denen es bei einer christlichen Taufe geht mitzutragen oder ihnen zuzustimmen. Nach einem Gespräch mit den jungen Eltern darüber, ob auch meine ganz persönliche Spiritualität ohne religiösen Hintergrund bei dieser Feier Platz haben würde, und der positiven Beantwortung dieser Frage begab ich mich auf die Suche nach einer mir stimmig erscheinenden Ausdrucksform für mein Anliegen. Das Ergebnis meiner Überlegungen war die Formulierung eines Wunsches, bei dem mich ein Märchen inspirierte, und zwar die Geschichte vom Dornröschen. Ich setze den Inhalt des Märchens als bekannt voraus und formulierte meinen Wunsch für meine Enkeltochter folgendermaßen:

*„Die königlichen Eltern von Dornröschen wollen ---wie alle guten Eltern auf dieser Welt ---das Beste für ihre Tochter und laden zum Fest der Geburt die weisen Frauen des Reiches ein. Da gibt es dreizehn an der Zahl. Im Schloss sind aber nur zwölf goldene Teller vorhanden und so kommen die Eltern in Schwierigkeiten. Wie das halt oft so ist im Leben. Was immer sie auch tun, es wird möglicherweise falsch sein. Eine Erfahrung, die alle Eltern einmal machen. Sie entscheiden sich dafür, die dreizehnte Fee nicht einzuladen. Beim Fest der Geburt kommen die zwölf weisen Feen um der neugeborenen Prinzessin ihre Gaben zu überbringen. Plötzlich betritt die Dreizehnte, nicht geladene Fee den Saal und sagt dem Kind ein böses Schicksal voraus. Aber dieses Unheil kann der Prinzessin nicht wirklich schaden, weil es da noch die zwölfte Fee gibt, die ihren Wunsch noch nicht geäußert hat. Sie verwandelt den angekündigten ewigen Schlaf, also den Tod, in einen 100jährigen Schlaf. Der Schluss des Märchens ist ebenfalls bekannt. Die Prinzessin schläft gut behütet inmitten von Dornen und Rosen ihren hundertjährigen Schlaf, bis sie wieder ins Leben hinausgehen kann. Ein wunderschönes Bild!
Und das ist mein konkreter Wunsch: Ich wünsche dir, dass es immer in deinem Leben, dann wenn es notwendig ist, wenn es ums Ganze geht, wenn die Not am größten ist, ein zwölfte Fee für dich da ist, eine weise Frau oder ein weiser Mann, jemanden, der da ist und eingreift, um ein drohendes Unheil zu verhindern, es abzuschwächen oder um dich durch das Unabänderliche hindurch zu begleiten.“*

Ich bekam die Möglichkeit, mich mit diesen Worten einzubringen und mein innerstes Bedürfnis zum Ausdruck zu bringen.

So oder noch ganz anders könnte eine Tauffeier, mit oder ohne religiöse Zeremonie, ein Willkommensfest für den neuen Erdenbürger werden, in dem das Glück und die Freude der Familie ihren Ausdruck findet.

Spiritualität im Jahreskreis

Feste zu feiern ist ein zutiefst menschliches Bedürfnis. Feste bereichern das Leben, strukturieren den Alltag und sind – so sie gelingen - eine Quelle von Lebensfreude und Glück. In allen Kulturkreisen sind Feste eng mit den jeweiligen religiösen Traditionen verbunden und es ist eine enorme Herausforderung für säkularisierte Gesellschaften eine Kultur des Feierns zu entwickeln, die unabhängig von religiösen Werten Bestand haben kann. Die Entkoppelung des Feste Feierns von religiösen Werten und Inhalten zeigt sich häufig in einer Sinnentleerung und einer Reduktion auf äußerliche Gewohnheiten und Praktiken. Wenn die Einbindung in religiöse

Traditionen verlorengegangen und keine anderen Werte dieses Sinn-Vakuum mit Inhalt und Leben ausfüllen können, bleibt eine tiefe Leere, die für viele Menschen unangenehm oder unerträglich ist. Schon bei Frankl (1997, 163) finden wir den Begriff der „Sonntagsneurose“. Die Jugendszene weist uns auf dieses Phänomen in aller Radikalität hin. Mit exzessiven „Rauschritualen“ oder „Komatrinken“ versuchen Jugendliche diesem Unbehagen und der Sehnsucht nach Sinn Ausdruck zu geben. Letzten Endes weisen sie damit die Erwachsenengeneration auf einen Mangel hin, einen Mangel an Angeboten und Identifikationsmöglichkeiten für authentisch gelebte Spiritualität.

An den großen Festen im Jahreskreis, besonders zu Weihnachten, wird dieser Sinnverlust und damit der Mangel an Spiritualität für viele Menschen besonders deutlich. Krisenzentren und Notruftelefone haben Hochsaison, weil viele Menschen durch die Diskrepanzen zwischen ihrer Sehnsucht und den faktischen Möglichkeiten sie zu erfüllen in tiefe innere Not geraten.

Religiöse Feste wie Ostern oder Weihnachten gehen auf alte Kulte der Naturreligionen zurück und berühren daher ganz tiefe Schichten des Menschseins. In dieser Tiefendimension der Person sind und bleiben wir ansprechbar und berührbar für spirituelle Erfahrungen, unabhängig von religiösen Prägungen. Wie sonst wäre es erklärbar, dass das Fest der Feste, Weihnachten, Menschen immer wieder bewegt und fasziniert. Das Phänomen Weihnachten lässt sich nicht auf ein kommerzielles Ereignis reduzieren, das einzig dazu dient, die Wirtschaft anzukurbeln oder egozentrische Bedürfnisse zu erfüllen. Auch die Reduktion auf ein Relikt naiven Kinderglaubens ist keine ausreichende Erklärung. All die Menschen, die da an einem vorweihnachtlichen Einkaufstag in den Straßen unterwegs sind oder in ihren Wohnzimmern und Küchen Vorbereitungen treffen, tun dies doch aus dem Bedürfnis Freude zu machen und Freude zu haben. Wie schon eine alte Volksweisheit sagt: *Geben ist seliger als nehmen*. Ich stelle diese Frage im Zusammenhang mit der Suche nach Alltagsfreuden und Ressourcen manchmal auch meinen Klienten: Was ist für Sie die größere Freude: beschenkt zu werden oder selbst jemandem etwas zu schenken? Beinahe immer stellt sich heraus, dass es unglaubliche Freude macht einem lieben Menschen ein materielles oder immaterielles Geschenk zu machen, das ankommt und angenommen wird. Manchmal ist diese Freude sogar größer als die Freude darüber, selbst beschenkt zu werden.

Weihnachten trifft die tiefste Sehnsucht des Menschen nach Geborgenheit, Schutz, Wärme und Liebe, nach heilen Beziehungen. Symbolisiert ist diese Ursehnsucht in dem Idealbild „der Heiligen Familie“. Sicher nicht zufällig wird dieses Fest zur Zeit der Wintersonnenwende gefeiert, dann wenn die Welt auf der nördlichen Halbkugel tatsächlich in Dunkelheit und Kälte liegt. Alles Leben dieser Erde ist angewiesen auf die Existenz des Lichtes. Ohne das Licht der Sonne gäbe es kein Leben. Wenig Licht heißt Trübsinn, Depression und Angst. Weihnachten mit den zahlreichen „Lichtsymbolen“ hilft uns diese winterliche Zeit zu überdauern und hat dadurch jenseits allen Brauchtums und aller Sentimentalitäten Sinn. Dieses Fest hält auch die Hoffnung auf „das Gute“ in uns Menschen am Leben, denn zu keiner Zeit wird mehr gesammelt und gespendet für caritative Projekte als zu dieser Zeit. Es gibt also viele Gründe, auch ohne einen religiösen Hintergrund Weihnachten als ein Fest spiritueller Begegnungen zu feiern: Weihnachten, das Fest der Liebe.

Das größte Fest der christlichen Religionen ist ja bekannter Weise das Osterfest. Auch hier lässt sich ein allgemeingültiger, tiefer Sinn jenseits religiöser Inhalte oder göttlicher Offenbarungen erahnen. Die Natur erwacht zu neuem Leben, die Zeit der Kargheit und Entbehrung ist vorbei. Viele Symbolträger dieses Festes weisen auf

uralte Fruchtbarkeitssymbole hin: der Hase, das Ei, das Lamm. Es entspricht der uralten Sehnsucht des Menschen nach „ewigem“ Leben, nach einem Leben, das den Tod überwindet. Wenn auch unser Verstand sagt, dass das so nicht möglich ist, können wir doch erleben, dass nach dem „kleinen Tod“ der Natur im Winter, vergleichbar mit den kleinen Toden des Alltags, das Leben weiter geht. Mit den kleinen Toden des Alltags sind hier alle Situationen des Lebens gemeint, die mit Abschied und Veränderung, Ende und Neubeginn zusammenhängen. Die Symbolkraft des Osterfestes lässt sich zusammenfassen: Ostern, das Fest des Lebens.

Gleichwohl ist Ostern natürlich paradoxerweise auch ein Fest des Todes. Der Tod und das Sterben sind mit unserem Verständnis von einem festlichen Ereignis schwer vereinbar. Es könnte ja ein gelungenes Leben Anlass eines Festes sein und weniger der Abschied oder die Beendigung des Lebens, gleichwohl das Ende immer Teil des Ereignisses ist. In diesem Sinn ist auch der Tod ein Teil des Lebens und dadurch verbunden mit einer Feier des Lebens.

Im Zusammenhang mit Tod und Vergänglichkeit stehen Atheisten arm da. Hier liegt eine große Stärke von Religionen. Sie haben die besseren Chancen, Menschen zu helfen die Angst vor dem Tod zu überwinden. Voraussetzung für diesen tröstlichen Aspekt ist jedoch, dass die Angst vor „den ewigen Qualen der Hölle“ nicht die Hoffnung auf ein „ewiges Paradies“ verunmöglicht. Beide Phänomene sind aus der palliativen Psychotherapie bekannt. Es gibt Sterbende, für die ist der Gedanke an ein Leben nach dem Tod, die Aussicht, in einen paradiesischen Zustand zu gelangen, äußerst tröstlich und erleichtert ihnen den Abschied vom Leben. Es gibt aber auch todkranke Patienten, die aus Angst vor der Hölle -die meist auch schon ihr Leben als Gesunde prägte -tatsächlich „Höllenqualen“ erleiden und im Angesicht des Todes aus Furcht vor der „ewigen Verdammnis“ in tiefe Verzweiflung und abgrundtiefe Ängste stürzen.

Atheisten haben diese Sorgen nicht, können aber auch nicht über den Trost verfügen, den religiöse Menschen aus ihrem Glauben schöpfen. Es bleibt ihnen nichts anderes, als die Sterblichkeit zu akzeptieren und den Gedanken an ein Nichts nach dem Tod zu ertragen. Angesichts eines Nichts verliert der eigene Tod möglicherweise seinen Schrecken, denn vor einem Nichts gibt es ja auch nichts zu befürchten, wenn man es genau bedenkt. Es bleibt allerdings die Angst vor dem Tod nahestehender Menschen. Hier gibt es keinen Trost in der Hoffnung auf ein „Wiedersehen im Jenseits“. Es bleibt der Schmerz um den Verlust der unwiederbringlich verlorenen Person und der leidvolle Prozess der Trauerarbeit. Hier haben die meisten Religionen Wertvolles anzubieten. Sie vermögen durch die Aussicht auf ein Wiedersehen im Jenseits nicht nur zu trösten, sie verfügen auch über die unterschiedlichsten Rituale und Zeremonien, die helfen den Tod zu akzeptieren, sich dem Verlust zu stellen und schließlich auch mit diesen Verlusten zu leben oder über den leidvollen Abschied hinwegzukommen. Die Zeremonie eines Begräbnisses mit Totenwache, Grabreden, Gesängen, Gebeten, Gesten, Symbolen und Riten ist hilfreich den Schrecken des Todes erträglich und menschlicher zu machen. Hier kann Atheismus nichts Vergleichbares anbieten oder „noch“ nichts beitragen. Mancher Atheist würde sich in solchen Situationen wünschen glauben zu können. Aber Glaube „ist“ eben oder „ist nicht“ und kann nicht gewollt oder gemacht werden. Ähnliches ist über die Liebe bekannt, auch sie entzieht sich letzten Endes unserem Wollen. Andre Comte-Sponville schreibt:

„Zweitausend Jahre Gefühl und Phantasie lassen sich nicht im Handumdrehen ersetzen. Aber es ist sicher noch mehr. Die Stärke der Religionen in solchen Momenten ist nichts anderes als unsere Schwäche gegenüber dem Nichts. Das macht die Religionen für viele unentbehrlich. Sie können zur Not auf die Hoffnung für sich selbst verzichten, nicht aber auf den Trost und die Riten, wenn ein allzu schmerzlicher Verlust sie trifft.“ (2008, 25)

Die Zeit wird die Traditionen verändern und Rituale hervorbringen, die laizistischen Begräbnissen entsprechen. Innere Sammlung, Stille, Erinnerung und Tränen, Menschen, die da sind, standhalten und aushalten, könnten hilfreich sein, um einem Menschen in Würde „die letzte Ehre zu geben“ und die Trauernden in ihrem Schmerz zu begleiten.

Was hilft Trauernden wirklich? Was lindert den Schmerz um einen Verstorbenen? Ist die Aussicht auf ein Wiedersehen im Jenseits tatsächlich tröstlich? Lindert sie den Schmerz des Hier und Jetzt? Es ist für gläubige Menschen nur zu hoffen, dass ihnen die Religion auch in den schwersten Stunden des Lebens Trost und Halt gibt. Was aber ist, wenn der Glaube gar nicht da ist, oder nicht hält, wenn Verzweiflung sich ausbreitet.

Die existenzanalytische Psychotherapie versucht auch jenen Menschen Möglichkeiten aufzuzeigen, die nicht an Gott glauben. Psychotherapie stellt auch niemals den Wert einer Überzeugung in Frage, sie betritt die Ebene der Religiosität nicht, verstellt aber auch nicht den Zugang. Was hilft Menschen, für die der Tod ein endgültiges Ende bedeutet, wenn sie diesem Schicksal als einem unabänderlichen Schicksal entgegensehen, also in den Stunden des Sterbens oder in der Stunde des Todes? Was hilft, wenn es also keine Freiheit der Entscheidung über ein OB oder ein NICHT gibt, sondern die personale Freiheit sich darauf beschränkt, das Faktische zu bejahen oder zu verneinen? Was stärkt, wenn es darum geht, den eigenen Tod anzunehmen, zu akzeptieren oder diese Faktizität zu verleugnen oder zu verneinen und sich dagegen zu stellen? Immer wieder erleben wir Menschen, denen es gelingt das Unabänderliche zu akzeptieren und somit das Sterben nicht zu einem „Todeskampf“ werden zu lassen, sondern zu einem Abschied in Würde. In diesem WIE des Umganges mit dem Sterben zeigt sich eine Raum des Freiseins und letztlich auch die Grundeinstellung eines Menschen zum Wert des Lebens. Frankl spricht von den „Einstellungswerten“ (1997, 82), deren Verwirklichung darin besteht, dass ein Mensch sich seinem unabänderlichen Schicksal stellt, es auf sich nimmt und darüber entscheidet, wie er damit umgeht. Es geht also um Haltungen, in denen sich Mut und Würde im Ertragen von Leid zeigen kann.

„Der Tod als letztes Stadium des Wachstums“ (Zitat: Elisabeth Kübler – Ross) kann so auch als Chance der letztmöglichen Lebensgestaltung begriffen werden.

Wenn ein Mensch auf ein (mit Sinn) erfülltes Leben zurückblicken kann, wenn auch Gefühle tiefer Dankbarkeit für dieses sein Leben möglich sind, wird er auch leichter mit dem Sterben zurechtkommen. Wenn er ein „geistiges Erbe“ hinterlassen kann, bleibt etwas von seiner Einmaligkeit und Einzigartigkeit, das die Bedeutung des postulierten Nichts mit dem Tod verändert.

Bei anderen wichtigen Lebensereignissen wie Hochzeit und Geburt haben sich bereits Rituale unabhängig von religiösen Zeremonien etabliert. Das Thema Geburt und Taufe wurde bereits an anderer Stelle kommentiert.

Die Hochzeit als Ritual ist in unserer säkularisierten Welt etwas aus der Mode gekommen, hat jedoch, wenn auch in anderer Bedeutung und Form und unter anderem Namen, durchaus ihren Platz. Nach wie vor sind Werte wie Liebe, Treue,

Verbindlichkeit und Familie an erster Stelle in diversen Wertestudien. Für viele Paare gilt auch heute: Ich will mit dir leben, ich will mit dir alt werden. Ob das öffentlich geschieht oder in der Intimität der persönlichen Begegnung ist unwesentlich. Hochzeit und Ehe sind ein Bekenntnis zur LIEBE. „Gott ist die Liebe“, so sagen viele religiöse Menschen. Das ist angesichts des Zustandsbildes der Welt für mich schwer nachvollziehbar. „Gelebte Liebe ist gelebte Spiritualität“ erscheint mir treffender.

Der griechische Tanz..... ein spirituelles Ereignis!

Tanz gibt es in allen Kulturen und bei allen Völkern dieser Welt. Seit der Antike ist Tanz ein universelles Ausdrucksmittel der Menschen für unterschiedliche Gefühle und Befindlichkeiten in den verschiedensten Lebenssituationen. Ursprünglich waren Tänze Bestandteile religiöser Rituale oder Zeremonien, die dazu dienten, böse Geister fernzuhalten oder die Götter gnädig zu stimmen. In schwierigen Lebensübergängen oder Lebenssituationen dienten sie als Initiationsriten, der Bewältigung von Ängsten, als heilende Rituale zur Wiederherstellung von Gesundheit oder zum Ausdruck von Lebensfreude und Glück. Demzufolge gibt es in den unterschiedlichen Ethnien religiöse Tänze (zur Verehrung der Götter oder Vertreibung der bösen Geister), kriegerische Tänze zur Vorbereitung auf einen Krieg oder Kampf und zivile Tänze, die den Lebensalltag begleiteten (Hochzeitstänze, Todestänze, Festtänze, Tänze im Jahreskreis).

Die große Bedeutung des Phänomens Tanz erklärt sich aus dem Zusammenwirken unterschiedlicher Elemente. Tanz ist Bewegung, rhythmische Bewegung als unmittelbarer Ausdruck von Leben und Lebendigkeit. Tanz ist die Verbindung von Tönen, Klängen und Melodien, die in Synthese mit Bewegungen des Körpers zu einer einzigartigen Einheit führen können. Oft sind es auch Texte, manchmal in einer sehr poetischen Sprache, die die Ausdrucksmöglichkeiten von Bewegung und Musik im Tanz ergänzen und verstärken.

Diese kunstvolle Verbindung von Musik, Dichtung und Bewegung auf einem hohen Niveau macht die Faszination auch des griechischen Tanzes aus.

Die Griechen sind seit der Antike ein Volk der Denker, Dichter und Musiker. Ihre Proponenten beeinflussten die größten Dichter, die unsere europäische Zivilisation hervorbrachte von Goethe bis Camus. Was mit Homer, Euripides, Aischylos und vielen anderen begann findet in der griechischen Literatur der Gegenwart mit den Nobelpreisträgern Giorgos Seferis (1963), Odysseeas Elytis (1997) und Mikis Theodorakis seine Fortsetzung. Die Fabeln des Äsop beeindrucken auch heute noch Kinder jeden Alters.

Die Griechen sind natürlich auch ein Volk der Musiker. Der Mythos des Orpheus inspirierte zu allen Zeiten Komponisten der unterschiedlichsten Musikrichtungen. Die griechische Mythologie beeinflusste unsere europäische Kultur wohl wie keine andere geistige Kraft. Die Erkenntnisse der griechischen Philosophen und Forscher wie Aristoteles, Platon oder Sokrates sind aus der heutigen Natur- und Geisteswissenschaft nicht wegzudenken. Selbst im Alltag begegnen uns Symbole der griechischen Mythologie. Die Statue der griechischen Göttin Pallas Athene vor dem österreichischen Parlament auf der Wiener Ringstraße weist hoffnungsvoll auf die erwünschte Weisheit der Regierenden und ihrer Regierungsbeschlüsse. Bei jeder Apotheke erinnert der Äskulapstab, benannt nach Äskulap, dem griechischen Gott der Heilkunde, an die griechische Mythologie.

Wenn wir an das spektakulärste globale Sportereignis der Gegenwart, die olympischen Spiele denken, wird uns immer wieder bewusst, dass es auf das bedeutendste Sportfest der Antike auf den heiligen Hainen des Olympos zurückgeht.

Die Irrfahrten des Odysseus inspirierten zu Science-Fiction-Serien wie „Odyssee im Weltraum“ und die Geschichte der Ilias erlebte durch den amerikanischen Spielfilm „Troja“ aus dem Jahr 2004 eine Renaissance. Dieser mit großen Stars wie Brad Pitt (Achilles), Orlando Bloom (Paris), Peter O’Toole (König Priamus) und Julie Christie (Göttin Thetis) besetzte Film wurde zu einem Publikumserfolg und spielte unbeschreibliche 497.378.256 Dollar ein.

Die griechische Kultur und Mythologie ist also die wesentliche Wurzel unserer heutigen abendländischen Kultur und Zivilisation. Am Beispiel der langen Tanzkulturtradition Griechenlands soll hier die Bedeutung des griechischen Tanzes im Hinblick auf spirituelles Erleben erläutert werden.

Die Liebe der Griechen zum Tanz ist durch viele Berichte der Geschichtsschreibung und durch den hohen kulturellen Wert in der Gegenwart belegt. In Griechenland wird griechischer Tanz an vier Universitäten an den Sportinstituten als eigenes Fach gelehrt. In vielen Schulen ist Tanz ein Pflichtfach. Ich hatte selbst einmal Gelegenheit in Griechenland die Tanzvorführung an einer Schule anlässlich eines Abschlussfestes mit über hundert Kindern und Jugendlichen mitzerleben. Es war ein äußerst beeindruckendes Erlebnis, so viele junge Menschen mit so großer Begeisterung tanzen zu sehen.

Es ist davon auszugehen, dass der Tanz im antiken Griechenland ursprünglich sakralen Charakter hatte. Die rauschhaften, rasenden Tänze dienten der Verehrung der Götter oder Göttinnen. Der religiöse Tanz hatte jedoch schon von Beginn an auch einen therapeutischen Aspekt. Dieser therapeutische Effekt des Tanzes ist besonders bei den dionysischen Tänzen vorzufinden, die Dionysos, dem Gott des Weines, der Freude, der Fruchtbarkeit und der Ekstase zugeschrieben wurden. Diese Tänze waren besonders geeignet, tranceartige, ekstatische Zustände herbei zu führen und es wurde ihnen daher generell eine reinigende Wirkung im heutigen Verständnis einer Katharsis zugeschrieben.

Der Tanz ist auch heute ein wesentlicher Bestandteil der kulturellen Tradition und Identität Griechenlands und wird an vielen Orten gepflegt, auch jenseits touristischer Vermarktung. Große Verdienste in der Erhaltung der Tradition des griechischen Volkstanzes machte sich Dora Stratou. Die „Grande Dame“ des griechischen Volkstanzes war Tänzerin, Sängerin und Choreographin und gründete in Athen eine Schule für griechischen Volkstanz und ein Theater, in dem auch heute noch in den Sommermonaten griechische Tanzabende veranstaltet werden. Nach dem Tod der Künstlerin 1988 führt die „Dora-Stratou-Gesellschaft“ ihr Lebenswerk fort.

Charakteristische Merkmale des griechischen Volkstanzes:

Raum- und Aufstellungsformen: Der griechische Volkstanz wird am häufigsten im offenen Halbkreis und in Tanzrichtung, das heißt nach rechts gegen den Uhrzeigersinn getanzt. Angeführt wird der Tanzkreis vom besten Tänzer, der besten Tänzerin. Ursprünglich gibt es spezielle Männertänze, spezielle Frauentänze, auch gemischte Tänze oder Paartänze und eine strenge Reihenfolge in der Aufstellung des Tanzkreises nach Rang, Geschlecht und Alter. Die traditionellen Aufstellungen, Reihenfolgen und Anordnungen haben sich in der heutigen Praxis den modernen gesellschaftlichen Gegebenheiten angepasst. Bei Aufführungen im Dora Stratou Theater werden die überlieferten Traditionen getanzt. Die Offenheit des Tanzkreises erlaubt ein Kommen und Gehen während eines Tanzstückes ohne Störung und Unterbrechung für die übrigen TänzerInnen. Das offene Ende des Tanzkreises, eigentlich ist es ein Halb- oder Dreiviertelkreis, kann auch als Zeichen für eine innere

Haltung verstanden werden: Du bist willkommen, eingeladen zum Mitmachen und auch frei zu gehen.

Es gibt auch Tänze, die in Reihen, Schlangenlinien oder in Form eines Labyrinthes getanzt werden. Bei diesen Tänzen ist die Kreisform aufgelöst, die Abstände zwischen den TänzerInnen sind gering, die Melodien sind getragen, meditativ, die Bewegungen und Schritte sind langsam, fließend, fallweise schleppend, die Bewegungsrichtung ist oft abwechselnd vorwärts und rückwärts gerichtet als Symbol für das Auf und Ab des Lebens. Die Form des Labyrinths ist ein Symbol, das der Menschheit schon vor der Antike bekannt war und Bedeutung hatte.

„Das Leben ist beständiges Gehen im Labyrinth, Ankommen und Aufbrechen. Zur Mitte finden und sie wieder verlassen. Sich wenden müssen und immer wieder weiter kommen. Und nur wer den Mut hat, sich gelegentlich zu wenden, alte Gewohnheiten und Anschauungen hinter sich zu lassen, umzukehren und einen neuen Weg einzuschlagen, wird dieses Lebenslabyrinth zufriedenstellend meistern.“ (Quelle unbekannt)

Archäologische Funde im Mittelmeerraum und Skandinavien weisen auf die Existenz von Labyrinthen („Trojaburgen“) bis ins 2. Jahrtausend vor Chr. hin. Das in unserem Kulturkreis berühmte Labyrinth von Knossos war vermutlich Namen und Bedeutung gebend. Die griechische Mythologie erzählt, dass im Innersten des Irrgartens der Minotaurus, ein Menschen verschlingendes Mischwesen mit einem Stierkopf hauste. Dem Helden Theseus gelang es, dieses Ungeheuer mit Hilfe eines Wollknäuels, dem Ariadnefaden, zu besiegen und das Labyrinth heil wieder zu verlassen.

Das Labyrinth in seiner ursprünglichen Form ist ein System verschlungener Wege ohne Verzweigungen, dessen Begehung mit einer rätselhaften oder besonderen Erfahrung assoziiert wird. (Es ist nicht zu verwechseln mit einem Irrgarten.) In einem solchen Labyrinth ist es nicht möglich sich zu verirren, man gelangt immer in das Zentrum. Das Durchschreiten des spiralförmigen, aber immer wieder die Richtung wechselnden Ganges diente in den antiken Kulturen vermutlich in erster Linie der zyklischen Förderung und Erneuerung der Fruchtbarkeit von Mensch und Natur. Das Christentum übernahm das Symbol des Labyrinths in sein Glaubenssystem und so finden sich in bedeutenden Kathedralen (z. B. in der Notre-Dame von Chartres oder im Dom von Siena) berühmte Fußbodenlabyrinth. In der christlichen Umdeutung des antiken Symbols wurde das Labyrinth zu einem Ort der Meditation, der Erkenntnis, der Ruhe und Besinnung, in dessen Zentrum die „Erlösung“ steht. In einer allgemeinen spirituellen Bedeutung kann der Weg durch ein Labyrinth als Abbild eines verschlungenen Lebensweges gesehen werden und daraus folgend als Suche nach Sinn, Ziel und Mitte des Lebens an und für sich verstanden werden. Im Sinne von Selbsterkennung und Selbstfindung kann die vieldeutige Symbolik des Labyrinths als Aufforderung oder Hilfe zur Reflexion, Orientierung oder Veränderung von Lebenskonzepten, inneren Konstrukten und Haltungen dienen.

In unserer heutigen modernen Welt hat das Labyrinth an Interesse und Faszination nichts verloren. Als beliebtes Brettspiel hat es in zahlreichen Variationen die Kinderzimmer erobert, als Rasen- oder Gartenlabyrinth dienen sie der Dekoration, als Orte der Entspannung, der Ruhe und Begegnung mit der Natur sind sie für viele Menschen eine wertvolle Ressource. Manchmal dienen sie allein dem sinnlichen Vergnügen, ein Orientierungsrätsel lösen zu können. Nach wie vor hat das Labyrinth für viele Menschen den Reiz des Geheimnisvollen und Rätselhaften.

Griechische Tänze, die in der Form des Labyrinthes getanzt werden, sind naturgemäß mit diesem alten Mythos verflochten und schaffen so gute Voraussetzungen für das Erleben spiritueller Momente.

Die Körperhaltung der Tänzerinnen und Tänzer ist aufrecht und gerade. Mein griechischer Tanzlehrer vergleicht diese Körperhaltung oft mit dem Wuchs einer Zypresse, sie symbolisiert auch den Stolz dieses Volkes. Der Oberkörper bewegt sich eher sparsam und passt sich den Schritten und der Schrittfolge harmonisch an. Unterschiedliche Hand-Fassungen verbinden die TänzerInnen miteinander und formen so den Tanzkreis oder die Tanzlinie.

V-Fassung: Die TänzerInnen fassen sich an den Händen der locker herab hängenden Arme, rechte Handfläche nach oben zeigend, linke Handfläche nach unten zeigend, sodass ein V entsteht. Es ist die häufigste Form der Handfassung.

T-Fassung oder Schulterfassung: Nebeneinanderstehende TänzerInnen legen die weit ausgebreiteten Arme auf die Schultern des Nachbarn/der Nachbarin. Diese offene Haltung, die weit ausgebreiteten Arme, ist uns im Alltag wenig vertraut. Herabhängende Schultern, die Hände vor der Brust verschränkt, den Nacken gebeugt und den Blick nach unten gerichtet, so begegnen wir einander vielfach, bzw. so erleben wir auch häufig Klientinnen in der psychotherapeutischen Sitzung mit depressiver oder ängstlicher Symptomatik.

Was sagt uns diese Körperbild phänomenologisch betrachtet? Die eben beschriebene Körperhaltung führt zu einer Verkürzung und Schwächung der Rücken- und der Brustmuskulatur und in der Folge zu Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen. Eine weitere Folge ist eine Verflachung der Atmung und damit verbunden oft ein Druckgefühl im Brustraum und ein Gefühl von Enge und Schwere. In der existenzanalytischen Psychotherapie sehen wir dieses Engegefühl in direktem Zusammenhang mit der Entstehung von Angststörungen. „Angst“ –etymologisch abgeleitet von „Enge“- hat ihre körperliche Repräsentanz in der Lunge, im Brustraum und eine der ersten therapeutischen Interventionen besteht in der Regel darin, die Aufmerksamkeit der Angstpatientin auf die Atmung zu lenken. Im methodischen Konzept der existenzanalytischen Grundmotivationen arbeiten wir dabei an der ersten Grundmotivation an den Themen Halt, Sicherheit und Schutz.

Eine offene, aufrechte Körperhaltung sendet auf der Beziehungsebene dem Gegenüber positive, beziehungsfördernde Signale. In dieser Körperhaltung gehen wir auf Menschen zu, die wir mögen, denen wir vertrauen, denen wir zugetan sind. Sie signalisiert: Du bist willkommen, eingeladen, ich möchte dir begegnen, dich kennenlernen, Beziehung aufnehmen.

Neben der Offenheit des aufeinander zu Gehens liegt der phänomenologische Gehalt der Schulterhaltung auch im Ausdruck von Zumutung. Indem die TänzerInnen einander die Arme auf die Schultern legen muten sie sich einander auch zu. Ich traue dir zu, dass du „zumindest“ meine Arme tragen kannst und ich bin bereit, auch dich, einen Teil von dir, zumindest die Last deiner Arme zu tragen. Halten und gehalten werden, tragen und getragen werden, führen zum intensiven Erleben meiner Selbst und des Anderen.

Es ist immer wieder erstaunlich zu beobachten, wie rasch in Tanzgruppen zwischen Personen, die einander völlig fremd waren, innerhalb kürzester Zeit gegenseitige Verbundenheit und Vertrauen entstehen, Begegnungen stattfinden und sich zwischenmenschliche Beziehungen entfalten.

Kreuzfassung: Die TänzerInnen reichen vor der Front des unmittelbaren Nachbarn dem übernächsten Nachbarn die Hände. So entsteht eine sehr dicht geschlossene Form. Diese Tanzhaltung findet sich sehr häufig bei Tänzen, in denen es um tiefe

Gefühle geht, wie zum Beispiel bei Trauertänzen, wo mitmenschliche Nähe besonders wichtig ist.

W-Fassung: Die TänzerInnen fassen sich an den Händen, winkeln die Arme ab und heben die Hände auf Schulterhöhe an. Diese Haltung ist eine sehr archaische Körperhaltung, sie ist die Armhaltung des neugeborenen Kindes, des Säuglings und Kleinkindes. Sie lässt so die Regression auf ganz frühe Empfindungen und Gefühle zu. Sie führt uns zur Offenheit des inneren Kindes in uns selbst zurück.

Die wichtigsten Musikinstrumente werden in drei Kategorien eingeteilt:

Blasinstrumente: Flöte, Klarinette (die Zurna), Dudelsack (wird hauptsächlich auf dem Festland verwendet), „Gaida“, Dudelsackpfeife

Saiteninstrumente: Geige, kretische und pontische Lyra, Laute

Schlaginstrumente: große beidseitige Trommel (Dauli), kleine Tontrommel, Tamburin mit Schellen

Die spezifischen Klangformen der Blas- und Saiteninstrumente tragen wesentlich zum meditativen Charakter der Melodien bei. Schlaginstrumente eignen sich mit der Erzeugung von unterschiedlichen Rhythmen von jeher zur Herbeiführung tranceartiger Zustände. Dieses Phänomen benutzten schon Naturvölker. Zur Vorbereitung auf kriegerische Aktivitäten und Einstimmung auf den Kampf dienten Trommeln von jeher dazu, Krieger oder Soldaten „kampfbereit“ zu stimmen.

Spirituelle Elemente des griechischen Tanzes:

Viele griechische Tänze haben meditativen Charakter. Dieser entsteht zum einen durch die Instrumentierung und den Satz der Melodien, die periodischen Rhythmen, und zum anderen durch das ständige Wiederholen der oft sehr einfachen Melodien mit entsprechenden Körperbewegungen. Unterstützt wird der meditative Effekt der Musik häufig durch Texte, die spirituelle Inhalte haben. Ein Beispiel dafür ist das von meinem Tanzlehrer Kyriakos Chamalidis choreographierte und übersetzte Lied „Das Gebet“ der bekannten griechischen Sängerin Charis Alexiou:

„Gib mir eine Grenze, um zu gehen.

Gib mir einen Namen, damit ich mich nicht verliere.

Gib mir einen Traum, an dem ich mich festhalten kann.

Gib mir eine Vision, damit ich widerstehen kann.

Gib mir ein Kind, damit ich wieder ein Kind werden kann.

Gib mir einen Kuss, damit ich vom Bösen loskomme.

Wecke mich am Morgen mit einer Melodie, die mir hilft zu sagen:

Es lohnt sich, dass ich diesen Tag lebe.“

Im Tanzen und Hören kann ein Zustand der Versunkenheit erreicht werden, bei dem das Bewusstsein frei von Bildern und Gedanken ist. Die harmonische Verbindung von Körperhaltung, Bewegungen und Schrittfolgen bewirken eine Synthese von Stimmigkeit und Ganzheit, das sich in dem Gefühl ausdrückt: So wie es jetzt ist, so wie das Leben jetzt ist, ist es gut.

Verbundenheit ist, wie bereits angeführt, ein zentraler Begriff in den unterschiedlichsten Erklärungsmodellen von Spiritualität und spielt, wie aus dem Gesagten hervorgeht auch im griechischen Tanz eine entscheidende Rolle. Die Verbundenheit von Mensch zu Mensch drückt sich zu allererst in der Körperhaltung aus. Durch die unterschiedlichen Handfassungen entsteht unterschiedliche Nähe und Distanz. Ganz wenige Tänze werden einzeln getanzt, bei denen sich jeder Tänzer frei im Raum

bewegt. Die emotionale Verbundenheit basiert auf den gemeinsam gehörten Melodien, die wieder individuell erlebt werden können.

Trauertänze zeichnen sich oft durch einen langsamen, schleppenden Schritt aus, bei dem der Fuß oft nur knapp über dem Boden schleift. So vermittelt diese Bewegung das körperliche Gefühl von Erdung, Verbundenheit mit dem Boden. Sie werden oft in Kreuzfassung getanzt, eine Tanzhaltung, die das Gefühl des Miteinanders fördert. Da ist jemand neben mir, da geht jemand mit mir! Die Schrittfolge (z.B.: drei Schritte vorwärts, zwei Schritte zurück) symbolisiert den Trauerprozess als einen Prozess, der von Rückschlägen und Rückwärtsblicken geprägt ist, aber immer wieder auch vorwärts geht, weiter geht, nicht stecken bleibt.

Fröhliche Tänze, z.B. Hochzeitstänze, zeichnen sich meist durch rasche Schrittfolgen temperamentvolle Sprünge und schwungvolle Drehungen aus, die von fröhlichen Melodien begleitet werden und eine frohe Stimmung von Leichtigkeit und Lebendigkeit stimulieren.

Diese Verbundenheit auf physischer Ebene durch Berührung und Körperkontakt vermittelt das Gefühl von Gehalten und Getragen Sein. „Ich kann da sein“ ich spüre auch den Boden unter meinen Füßen. Das Gefühl geerdet zu sein, mit dem Boden unter mir verbunden sein, kann durch Springen und Stampfen – eine typische Bewegung im griechischen Tanz - verstärkt werden. Auch das ist ein regressives Verhalten, das wir aus der Kindheit kennen. Wann dürfen wir als zivilisierte angepasste Erwachsene schon so richtig aufstampfen, so wie wir es als kleine Kinder durften. Oder vielleicht auch nicht durften, weil bestimmte Gefühle „verboten“ waren.

In einem Ostertanz (Kangelaris aus Epirus) geht es um das Thema Schutz. Bei diesem Tanz werden ALLE in den Tanzkreis herein geholt, keiner darf draußen bleiben, denn wer nicht im Tanzkreis ist, wird leichte Beute für Charos, den Gott der Unterwelt. Soweit der mythologische Hintergrund. Heute wissen wir, dass die Einbindung in ein funktionierendes stabiles soziales Netz ein ganz wichtiger Schutzfaktor ist für psychische und körperliche Gesundheit.

Emotionale Verbundenheit entsteht durch die getragenen, traurigen, aber auch fröhlichen oder flotten Melodien. Auf der emotionalen Ebene schafft das Erleben gleicher oder ähnlicher Gefühle von Trauer, Schmerz oder Freude und Glück einen Raum für Begegnung und Beziehung. Auf einer nonverbalen Ebene begonnen gewinnen diese Beziehungen, oft auf sprachlicher Ebene fortgesetzt und vertieft, an Intensität und Dauerhaftigkeit.

Die Verbundenheit mit dem Selbst wird spürbar in dem Erleben von Ganzheit im Hier und Jetzt. Die Fokussierung der Aufmerksamkeit mit allen Sinnen auf das körperliche und seelische Geschehen im Raum fördert ein Gefühl von Einheit und Harmonie. Wenn alles „stimmt“, Bewegung, Stimmung, entsteht etwas, ein Zustand, der im Grunde sehr schwer zu beschreiben ist, am besten vielleicht in dem Begriff „ozeanisches Gefühl“ zum Ausdruck kommt.

Die Verbundenheit mit einem größeren Ganzen, mit der Welt, ergibt sich aus der Verbundenheit mit den einzelnen Personen im Tanzkreis, aber auch mit den Inhalten der Texte, die sehr oft einen Bezug zur Natur haben. Der mythologische Hintergrund vieler griechischer Tänze stellt eine transzendente Verbundenheit her. An dieser Stelle möchte ich auch meinem Tanzlehrer Kyriakos Chamalidis danken, der mich das Tanzen lehrte und mir darüber hinaus das Verständnis für den spirituellen Wert des griechischen Tanzes nahe brachte.

Ekstase

Ekstatische Erfahrungen sind durch die gesamte Geschichte und Kultur der Menschheit sowohl als individuelle wie auch kollektive Erscheinungen verbreitet. Dionysos, einer der ältesten und beliebtesten griechischen Götter, gilt als Bringer ursprünglicher ekstatischer Erfahrungen durch berauscheden Wein oder erotischen Genuss.

Ekstase, griechisch: *exhístasthai* = aus sich heraus treten, außer sich sein (dtv Lexikon 1968, Bd. 5, 42), bezeichnet zunächst einen außergewöhnlichen Bewusstseinszustand, einen körperlich seelischen Zustand, in dem sich die Grenzen zwischen Innen- und Außenwelt scheinbar auflösen.

Spirituelle oder religiöse Erfahrungen werden durch alle Jahrhunderte der Menschheitsgeschichte auch als ekstatische Zustände beschrieben. Bekannte christliche Mystiker wie Hildegard von Bingen, Franz von Assisi, Meister Eckhart, Theresa von Avila oder Johannes vom Kreuz geben davon Kunde und beschreiben religiöse ekstatische Erfahrungen als ein „Eingehen und Aufgehen in Gott“. Wunibald Müller, ein „moderner Mystiker“ beschreibt diesen Zustand folgendermaßen:

„Es ist dieser heilige Moment, in dem ich nichts anderes mehr will als Dir, meinem Gott nahe zu sein. Ich bin überwältigt und ergriffen von der Erfahrung, dass Du bist und Du mir nahe bist. Es ist der heilige Moment tiefster Gelassenheit, ja ein Zustand von Seligkeit. Mitten im Leben stehend, fühle ich mich doch herausgehoben, eingefangen in eine Sphäre, in der es nur noch Dich und mich gibt, in der ich nur noch hin zu Dir will und eintauchen möchte in diese so anziehende Hinwendung zu Dir. Ich will in Kontakt treten mit Dir, mich hinein versenken in Dich, mein Gott. Ich will aufgehen in Dir. Ich will mich spüren in der Erfahrung meines Eintauchens und Versenkens in Dir, meiner Verbindung mit Dir.“ (Müller, 1993, 36)

In ekstatischem Erleben dieser Art beschreibt Müller einen Moment tiefster Berührung, Ergriffenheit von Gott und Verbundenheit mit Gott, es ist ein Moment höchster und dichtester Unmittelbarkeit einer inneren Begegnung mit sich selbst und/oder dem Göttlichen.

„Die elementare Vorstellung von Ekstase ist die einer – mehr oder weniger körperhaft gedachten – Vereinigung mit Gott.“ (Buber, zit. nach Müller, 1993, 11)

Ekstatische Erlebnisse können mit der Überschreitung der ICH-Grenzen zusammenhängen und ein Gefühl der Verbundenheit mit dem Universum bewirken. Ekstatische Erfahrungen sind auch als „Gipfelerlebnisse“ beschreibbar und meinen damit außergewöhnliche Lebensereignisse wie tiefe Erlebnisse in der Sexualität, die im Glück schwelgende Mutter, die ihr gerade geborenes Kind betrachtet, intensive Begegnungen mit der Natur, im Tanz, im Hören großer Musik, im Sport. Dies alles sind Beispiele ekstatischen Erlebens.

Es sind Momente des Lebens, in denen wir uns im Innersten berührt erleben, in Schwingung versetzt und aus der Fassung gebracht werden. Momente, in denen wir deutlicher als sonst unsere Verbundenheit mit dem Universum, der Welt spüren und unser Leben mit Freude und Dankbarkeit bejahen können.

Es ist ein Gefühl von „Eins und Ganz sein mit sich und der Welt“, ein „ozeanisches Gefühl“ verbunden mit der Gewissheit „ich kann nicht aus der Welt fallen“ und tiefster Lebensbejahung. Diese Erfahrungen können auch als ein „mystisches Erleben“ bezeichnet werden. Erfahrungen, die sich auf die Verbundenheit mit einer

letztendlichen, unbegreiflichen Wirklichkeit beziehen, die aber nicht unbedingt „göttlich“ sein muss.

Andre Comte-Sponville, Professors für Philosophie an der Sorbonne, beschreibt eine sehr persönliche Erfahrung, die etwas von der Atmosphäre ozeanischer Gefühle vermittelt. Er berichtet von einem Erlebnis bei einem Abendspaziergang im Wald:

„Ich spazierte mit ein paar Freunden wie so oft nach dem Essen durch den von uns allen geliebten Wald. Das Lachen und die Gespräche verstummten nach und nach. Es blieben Freundschaft, Vertrauen, die geteilte Gegenwart, der Friede dieser Nacht und des Ganzen...Ich dachte an nichts. Ich schaute. Ich lauschte. Und plötzlich...Was? Nichts. Alles! Kein Diskurs. Kein Sinn. Keine Fragen. Nur ein Erstaunen. Eine Gewissheit. Ein Glück, das unendlich schien. Der Sternenhimmel über mir, unermesslich, unergründlich, strahlend, und in mir nur das Schweigen, das Licht, wie ein Beben des Glücks, wie eine Freude ohne Subjekt und ohne Objekt, nichts anderes war in mir. Unermesslicher Friede. Einfachheit. Gelassenheit. Heiterkeit. Schweigen. Harmonie. Wie ein immerwährender Akkord, der die Welt war. Es gab keine Worte mehr, keinen Mangel, kein Warten; nur die Gegenwart der Gegenwart. Kein Ego, keine Trennung, keine Darstellung oder Vorstellung...nur noch die schweigende Erscheinung des Ganzen. Keine Werturteile mehr...nur noch Wirklichkeit. Keine Zeit mehr...nur noch Gegenwart. Kein Nichts mehr...nur noch Sein. (Comte-Sponville, 2008, 184)

Soweit ein in unglaublich poetischer Sprache geschriebener Erfahrungsbericht.

Das entscheidendste Element der Ekstase ist die Freude. Im Rausch der Glücksgefühle über etwas Unerwartetes, kaum Fassbares, etwas Wunderbares, das mir widerfahren ist, kann ich vor Freude außer mir sein, weinen, schreien oder tanzen; Ekstase kann aber auch begleitet sein von einem Gefühl außergewöhnlichen inneren Friedens, von großer Ruhe und Gelassenheit.

Ekstatische Erfahrungen können auf unterschiedlichste Art und Weise erreicht werden. In der Tradition der religiösen Ekstase sind es vor allem Gebet und Meditation, die zu außergewöhnlichen Gotteserfahrungen führen. Askese, Fasten, Schweigen oder Isolation, also Einschränkungen basaler Bedürfnisse sind ebenfalls Wegbereiter ekstatischen Erlebens.

Ebenso vermögen zahlreiche sensorische Reize ekstatische Erfahrungen auszulösen. Dazu zählen: Musik, Tanz, Trommeln, Gesänge, Lichteffekte, berauschende Getränke, Hyperventilation, Sexualtechniken, Drogen, natürliche wie auch synthetische Rauschmittel.

Zu ekstatischen Gipfelerfahrungen können auch sexuelle Erfahrungen werden, wenn über die körperliche Erregung und Stimulans hinausgehend Psyche und Geist mit angesprochen und einbezogen werden. Die sexuelle Begegnung im Einander – Lieben bei gleichzeitiger tiefer emotionaler und intimer Verbundenheit kann zu einer intensiven sexuellen Ekstase führen: eine Orgasmus-Erfahrung mit einem Zustand des Außer-sich-geraten-Seins, der Selbstoffenbarung, verbunden mit der Erfahrung von Lust und einer nie enden wollenden Seligkeit. Es ist die Erfahrung des Orgasmus, wenn sich für einen Augenblick alles aufzulösen scheint, es keine Grenze gibt zwischen Ich und Du, wenn Körper, Psyche und Geist außer sich geraten und sich in unfassbarer Glückseligkeit aufzulösen scheinen.

Die Erschütterung der sexuellen Ekstase geht tief, löst starke Emotionen aus und wirkt nach, wie der Ausbruch eines Vulkans, auch wenn die körperliche Erregung

abgeklungen ist. Für viele Menschen mag das Erleben intimer ganzheitlicher sexueller Begegnungen zu den Momenten des Lebens gehören, in denen es möglich ist, eine Ahnung von einem Etwas zu erspüren, das über das Fassbare und Sichtbare hinausgeht. In der sexuellen Vereinigung überschreiten die Liebenden die Grenzen des Selbst, um eins zu sein mit sich und dem anderen. Die Sexualität, als Erfahrung von Transzendenz, birgt also die Möglichkeit spiritueller Erfahrungen mit sich und öffnet damit auch einen Raum für andere spirituelle Dimensionen. Ekstase als religiöse Erfahrung der Vereinigung mit dem Göttlichen, wie sie von den großen christlichen Mystikern beschrieben wurde und wird, Ekstase als sexuelle Erfahrung in der Verschmelzung der Liebenden im sexuellen Akt, tragen das Potential spirituellen Erlebens in sich.

„Die mystische Erfahrung kann sich als Erfahrung des Höhepunktes sowohl bei der Vereinigung mit Gott als auch bei der sexuellen Vereinigung zweier liebender Menschen im äußerlichen vollzogenen Tanz der Ekstase Ausdruck verschaffen.“ (Müller, 1993, 40)

Wenn Sexualität als Liebesbeziehung zwischen zwei Menschen und mystische Erfahrungen als Liebesbeziehung zwischen Mensch und Gott verstanden werden kann, hat beides spirituellen Charakter. Die Zusammenschau der beiden Phänomene wird Menschen, die für beides offen sind, keine Schwierigkeiten bringen. Eine lebensbejahende Einstellung gegenüber dem Menschen in seiner Ganzheit wird für die große Nähe zwischen gelebter Sexualität und gelebter Spiritualität sensibel sein und die leibfeindlichen Tendenzen vieler Religionen überwinden.

Ekstase als bewusst herbeigerufener außergewöhnlicher Bewusstseinszustand spielt besonders in der Ethnopsychotherapie eine wichtige Rolle. Adolf Dittrich und Christian Scharfetter beschreiben außergewöhnliche Bewusstseinszustände in indigenen Heilverfahren sehr ausführlich in ihrem Werk „Ethnopsychotherapie“. In der westlichen Psychotherapie gilt Psycholytische Psychotherapie als ein wissenschaftlich nicht anerkanntes psychotherapeutisches Verfahren, welches psychoaktive Substanzen (LSD) als Werkzeug tiefenpsychologischer Diagnostik und Forschung verwendet, um bisher vermeintlich unzugängliche geistig-seelische Phänomene und Prozesse erfahrbar und für ein therapeutisches Ziel nutzbar zu machen.

Veränderte Bewusstseinszustände als alltägliches Phänomen dienen der Bewältigung normaler täglicher Aktivitäten (Alltagstrancen bei eintönigen Routinetätigkeiten wie Auto fahren, putzen, Gartenarbeit,...). Sie ermöglichen als bewusst induzierte Zustände die Verknüpfung von Lernvorgängen mit persönlichen Erfahrungen. Die Psychotherapie der Gegenwart hat die Herbeiführung von Trancezuständen als eine häufige Methode etabliert.

In der Psychotherapeutischen Praxis ist es oft schwierig, zwischen krankhaften psychischen Veränderungen (Halluzinationen, Psychosen, Dissoziationen), Phantasie und spirituellen Erfahrungen zu differenzieren. Es gibt Ähnlichkeiten zwischen intensiven religiösen Visionen und dissoziativen Phänomenen: das Angesprochen werden von Stimmen, die Überwältigung durch Bilder, die Auflösung der Ich-Grenzen, veränderte Bewusstseinszustände.

Bei Bucher (2007, 139) ist eine klare Differenzierung zwischen spiritueller Erfahrung und Psychose vorzufinden, die auf Untersuchungen von Jackson und Fulford (1997) zurückgeht.

Spirituelle Erfahrung	Psychose
<ul style="list-style-type: none"> • Kontrollierbar • Sinnliche Elemente als mentale Konstrukte • Überwiegend visuelle Halluzinationen • Inhaltlich kritisierbar • integrativ 	<ul style="list-style-type: none"> • Unkontrollierbar • Sinnliche Elemente als physikalische Realität • Überwiegend auditive Halluzinationen • Unkorrigierbare Inhalte • desintegrierend

Entscheidend scheint mir zu sein, ob die Person ihre Kontrollmöglichkeit behält und in welchem Lebenszusammenhang das dissoziative Phänomen steht.

11 SPIRITUALITÄT IN DER PSYCHOTHERAPIE

Vor dem Hintergrund der geschichtlichen Entstehung und Entwicklung der psychotherapeutischen Wissenschaft ist die Polarität und zu gewissen Zeiten auch feindselige Haltung der Proponenten der beiden wissenschaftlichen Disziplinen Theologie und Psychotherapie verständlich.

„Psychotherapie und katholische Kirche haben durch ein Jahrhundert schlechte Beziehungen zueinander unterhalten.“ (Picker, 1998, 16)

Der Theologe und Psychotherapeut Richard Picker beschäftigt sich in seinem Buch *„Krank durch die Kirche“* ausführlich mit dem Verhältnis zwischen Psychotherapie und Religion. Er sieht dieses Werk als einen Beitrag zur Überwindung alter Gräben von Besserwisserei, gegenseitiger Abwertung und Dämonisierung. Das Gemeinsame ist bei genauerem Hinsehen doch tatsächlich größer als das Trennende.

Die Definition von Psychotherapie aus dem österreichischen Bundesgesetz zur Ausübung der Psychotherapie (Psychotherapiegesetz, BGBl.361/1990) lautet folgendermaßen:

„Psychotherapie ist die nach einer allgemeinen und besonderen Ausbildung erlernte, umfassende, bewusste und geplante Behandlung von psychosozial oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen mit wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeuten mit dem Ziel, bestehende Symptome zu mildern oder zu beseitigen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern.“
(Stumm 1994, 12)

Diese Begriffsklärung zeichnet Psychotherapie als eigenständige wissenschaftliche Disziplin und als Heilverfahren mit konkreten Zielsetzungen aus.

Religion als ein Ergriffensein vom Göttlichen, das überwiegend in Glaubensgemeinschaften und historisch gewachsenen Religionen seine Ausdrucksform findet und dem Menschen durch die Hinwendung zu einer über die Welt des Erkennbaren

hinausgehenden Schöpfermacht Erkenntnis und Heil bringen soll (siehe Abschnitt 2), unterscheidet sich dem nach klar und deutlich in wesentlichen Bereichen.

Gemeinsam ist Religion und Psychotherapie, dass beide Disziplinen einen reichen Erfahrungsschatz weitergeben können, beide versuchen, Leidenszustände von Menschen zu verbessern oder zu heilen. Den einen geht es dabei mehr um das Heil der Seele/Psyche, den anderen mehr um die Heilung der Seele/Psyche, doch beiden gemeinsam ist das Streben nach Linderung menschlicher Not und Verzweiflung. Nicht umsonst spricht V. Frankl von „ärztlicher Seelsorge“. Auch wenn uns der Begriff „Seelsorge“ heute nicht mehr angemessen und zeitgemäß erscheint, geht es doch in der Psychotherapie immer um die Sorgen, Schwierigkeiten und Probleme der Seele; um den ganzen Menschen mit seiner körperlichen und geistig/seelischen Dimension, „all inclusive“ sozusagen.

Wenn wir in der Psychotherapie Menschen in ihrem ganz persönlichen Leid, sei es Krankheit, Tod, oder Verluste begleiten wollen, landen wir immer bei der Frage nach den „letzten Dingen“. Und therapeutisch begleiten heißt, den Menschen, der vor uns sitzt, dabei zu unterstützen, seine ganz persönlichen Antworten auf diese letzten Fragen zu finden. Es gilt, einen Raum aufzutun, in dem Zweifel und Ängste Platz haben, in dem der Tod und das Danach kein Tabu sind. Viele Klienten scheuen sich diese Themen von sich aus anzusprechen, weil es nicht üblich ist, in einer Welt, die sich der Jugend und dem Fortschritt verschrieben hat, über Alter, Leid und Vergänglichkeit zu reden. Doch wo sollte das möglich sein, wenn nicht im Kontext einer psychotherapeutischen Behandlung? Es kann niemals darum gehen, Weltanschauungen zu vermitteln oder Religiosität zu implementieren. Jedoch würde es der Ganzheitlichkeit des Menschen widersprechen, die spirituelle, geistige Dimension des Menschen außer Acht zu lassen. Es würde einer Verkürzung des menschlichen Wesens gleichkommen, die wesentlichen Ressourcen zur Bewältigung schwieriger Lebenssituationen hintan hält.

Das Thema „Spiritualität“ scheint mir von vielen therapeutischen Ansätzen etwas wenig beachtet zu werden. Es gibt im DSM IV eine Störung, die sich auf Probleme mit weltanschaulichen, spirituellen Fragen bezieht; unter V62.89 Religiöses oder Spirituelles Problem ist folgendes nachzulesen:

„...kann dann vergeben werden, wenn im Vordergrund der klinischen Aufmerksamkeit ein religiöses oder spirituelles Problem steht. Beispiele sind belastende Erfahrungen, die den Verlust oder das Infrage stellen von Glaubensvorstellungen nach sich ziehen, Probleme im Zusammenhang mit der Konvertierung zu einem anderen Glauben oder das Infrage stellen spiritueller Werte, auch unabhängig von einer organisierten Kirche oder religiösen Institutionen.“ (DSM IV 2003, 278)

Im ICD10 fehlt eine dementsprechende Kategorie. Dies ist insofern bemerkenswert, als bei vielen psychischen Erkrankungen/Störungen von KlientInnen frühe Traumatisierungen durch emotionalen/psychischen oder religiösen Missbrauch eine entscheidende Rolle spielen. Beeinträchtigungen durch emotionale Abhängigkeiten, Ängste, Phobien, Zwänge, Schuldgefühle, Selbstwertproblematik, Gefühle von mangelnder Selbstwirksamkeit oder Hilflosigkeit, Ohnmacht sind oft direkte oder indirekte Folgen von religiösem oder geistigen Missbrauch. Alle diese Themen sind in ihrem Bezug zu religiösem/spirituellem Missbrauch wert, hinterfragt zu werden.

Im religiösen/spirituellen oder „geistigen Missbrauch“ geht es meines Erachtens immer um einen Missbrauch in Form der Anwendung von physischer oder psychischer Gewalt. Macht verstehe ich hier im ursprünglichen Sinn seiner Bedeutung. Etymologisch leitet sich „Macht“ von dem altgermanischen Wort „maht“ (Duden 7, 1963, 414) ab und ist das Verbalabstraktum des Verbs „mögen“ in der Bedeutung von „können, vermögen“. „Mächtig sein“ bedeutet so gesehen einmal nur etwas zu können, etwas bewirken können, handlungsfähig sein. Missbrauch von Macht beginnt demgemäß dann, wenn dieses „Können“ im Sinn von Wirksamkeit dazu verwendet wird, auf Personen oder Systeme Druck auszuüben, um deren eigenen, persönlichen Handlungsspielraum einzuschränken oder ihre Handlungsfähigkeit zu verhindern. Letztendlich dient der Machtmissbrauch dazu, eigene Interessen gegenüber „schwächeren“ Personen oder Systemen durchzusetzen. In der Regel zieht der oder die Mächtige persönliche Vorteile aus dieser Überlegenheit. Das heißt, es geht in allen Missbrauchsbeziehungen um ein Machtgefälle. Dieses bezieht sich auf alle Spielarten von Missbrauch, sei es nun emotionaler, körperlicher oder sexueller Missbrauch, von denen Familien, aber auch Systeme (kirchliche Institutionen, pädagogische Einrichtungen, Ausbildungsverhältnisse, gesellschaftliche Gruppen, politische Vereine und/oder Parteien, ...) betroffen sein können. Aus diesen Überlegungen lässt sich schließen, dass besonders hierarchisch strukturierte Systeme und Religionsgemeinschaften und Kirchen sind das ja in der Regel auch, in besonderem Maß anfällig sind für Machtmissbrauch. In einem späteren Kapitel wird auf das Thema religiöser Missbrauch noch genauer eingegangen.

Für die Behandlung psychischer Probleme oder Schwierigkeiten waren in frühen Kulturen oder bei Naturvölkern Schamanen, Medizinmänner, Priester und Priesterinnen, weise Frauen (oft auch als Hexen in Misskredit gebracht) zuständig. Mit der Entwicklung der Zivilisation schritt auch die Differenzierung dieser Berufsgruppen fort und das ganzheitliche Verständnis von Krankheit und Gesundheit trat in den Hintergrund. Sie führte zur Etablierung der unterschiedlichen Berufsbilder von Arzt und Priester. Die breite Anerkennung und Professionalisierung der Psychotherapie und der Psychologie als Wissenschaft erfolgte erst im 20. Jahrhundert. Die traditionelle „Seelsorge“ nimmt heute ihren Arbeitsbereich vor allem in der „geistlichen Begleitung“ von Gläubigen wahr und bezieht ihre Heilungskompetenz auf den religiösen Bereich. Mittlerweile spricht es für die Professionalität eines Geistlichen, eines Priesters, wenn er Gläubige mit psychischen Störungen oder Erkrankungen in die psychotherapeutische Praxis weiter weist. Die Grenzen zwischen Seelsorge im ursprünglichen religiösen Verständnis und den Anliegen der psychotherapeutischen Behandlung überlappen sich teilweise, können aber auch diametral entgegengesetzt sein. Nicht immer ist es erklärtes Ziel und vordergründiges Anliegen christlicher Seelsorge, Menschen zu mehr Glück und Lebensfreude zu verhelfen.

Es ist zu hoffen, dass die Phase der historisch bedingten Rivalität zwischen den beiden Disziplinen überwunden ist. Anlass für Hoffnung geben die vielen bekannten Psychotherapeuten wie Richard Picker, Hans Jellouschek oder Eugen Drewermann, die ihre Karriere als Seelsorger in kirchlichen Institutionen oder Theologen begannen und ihre „Berufung“ letztendlich in der Psychotherapie fanden. Sie sind als „Grenzgänger zwischen den Welten“ auch in beiden Welten geistig beheimatet und können so auch die Funktion von Brückenbauern übernehmen.

Die Hinführung zu individueller Spiritualität als Hilfe zur Lebensbewältigung und Sinnfindung kann und soll als wertvolle Ressource die therapeutische Arbeit bereichern.

11.1 SPIRITUALITÄT BEI C. G. JUNG

Unter den anerkannten psychotherapeutischen Schulen und Methoden ist es die Analytische Psychologie C.G. Jungs, die wesentliche spirituelle Elemente enthält. Aus der Lebensgeschichte Jungs ist diese Nähe zur Spiritualität erklärbar. In der Tradition seiner Herkunftsfamilie spielte die Theologie eine große Rolle. Jung ist der Sohn eines evangelischen Pfarrers. *In der näheren Verwandtschaft gab es weitere acht Geistliche.* (Stumm 1994, 78) Sein Großvater C.G. Jung senior, Professor für Anatomie und Innere Medizin in Basel war Großmeister der Schweizerischen Freimaurerloge. Seine Mutter hatte großes Interesse an parapsychologischen Phänomenen, sie zeichnete alle „unerklärlichen“ Ereignisse auf. Jung schloss sein Medizinstudium in Basel im Jahre 1900 mit einer Dissertation zum Thema *„Zur Psychologie und Pathologie sogenannter occulter Phänomene“* (Stumm ebd.) ab. Auch in seinem späteren Schaffen beschäftigte sich Jung ausführlich mit der Mystik, dem Okkultismus, mit der Alchemie und der Gnosis. Auf seinen vielen Reisen – unter anderem zu eingeborenen Stämmen in Kenia und Uganda und zu indigenen Völkern – sammelte er einen reichen Erfahrungsschatz an Symbolik und Mythologie aus aller Welt. Er entwickelte differenzierte Methoden der Interpretation von Träumen, Mythen und Symbolen und deren Anwendung in der Psychotherapie. Auch der von ihm geprägte Begriff der „Archetypen“ und das Konzept des „Kollektiven Unbewussten“ weisen auf „Unbegreifliches“, nicht Messbares und daher „Unfassbares“ hin. Jung bevorzugte...

...„bewusst und absichtlich die mythologische und dramatisierende Anschauungs- und Ausdrucksweise, weil sie in Ansehung.....lebendiger, seelischer Vorgänge nicht nur viel ausdrucksvoller, sondern auch genauer ist als eine abstrakte Wissenschaftssprache, welche öfters mit dem Gedanken liebäugelt, dass ihre Anschauungsbegriffe eines schönen Tages von algebraischen Gleichungen abgelöst werden können.“ (Jung zitiert nach Stumm 1978, 22))

Auch A. Bucher weist im Kapitel „Spiritualität und Psychotherapie“ seines Handbuches der Spiritualität auf diesen Zusammenhang hin.

„Am spirituellsten sind die Jungianer, die auch ausnahmslos dafür plädieren, Therapie müsse spirituelle Aspekte thematisieren, gefolgt von den existenziell-humanistischen Therapeuten....Psychoanalytiker und Verhaltenstherapeuten hingegen sind signifikant weniger spirituell; letztere neigen auch stärker dazu, mystische Erfahrungen ihrer Klienten zu pathologisieren, am seltensten tun dies Anhänger humanistischexistenzieller Therapien, einschließlich transpersonaler Therapeuten.“ (Bucher 2007,149)

11.2 SPIRITUALITÄT BEI S. FREUD

Es fällt auf, dass bei Freud die grundsätzliche Unterscheidung zwischen Spiritualität und Religiosität fehlt. Er beschäftigt sich auch weniger mit den Inhalten von Religion als mit ihrer Funktion im individuellen und gesellschaftlichen, kulturellen Leben. Die religionskritische Haltung Freuds, die einen wesentlichen Beitrag zu der von R. Picker so formulierten „schlechten Beziehung“ zwischen Kirchen und Psychotherapie beitrug, ist von ihrem geschichtlich-gesellschaftlichen Hintergrund des Patriachats

her zu sehen. Freud ist Jude, also im jüdischen Glauben aufgewachsen und sozialisiert.

Daraus lässt sich schließen, dass seine Sichtweise der Bedeutung von Religiosität auch eine persönliche Auseinandersetzung mit seiner jüdischen Glaubens-Herkunft ist.

Die Wurzeln der Religiosität liegen nach Freud in der „Vatersehnsucht“. Sie ist eine Antwort des Menschen auf seine Hilflosigkeit der Natur gegenüber und Ausdruck der Sehnsucht des Menschen, dem Schrecken des Todes durch die Hoffnung auf Unsterblichkeit zu entgehen. Seine Einschätzung – Religion ist Illusion und hat an sich keinen Eigenwert (beschrieben in seinem wichtigsten religionskritischen Werk: Die Zukunft einer Illusion, 1927) - ist bahnbrechend auch für die heutige Religionskritik. Sie gibt Hinweis auf die Dringlichkeit zu unterscheiden, zwischen „glauben“ im Sinn von für möglich halten und „wissen“ im Sinn von wissenschaftlicher Nachweisbarkeit. Für Freud war religiöser Glaube wohl eine Form von Weltanschauung, die es zu überwinden galt, weil sie dem Wunschdenken entspringt und Illusionen fördert.

Trotz allem ist die Psychoanalyse in ihrem heutigen Verständnis grundsätzlich neutral gegenüber Religion und wird erst dann zu einer Gegnerin, wenn die Religion Teil des menschlichen Leidens ist oder selbst zur Pathologie wird.

Diese klare Trennung zwischen Wissenschaft und Glaubenslehren ist in der Praxis kaum zu überwinden, da ja der Kernbereich der theologischen Wissenschaften, die Bibel, sich auf „Göttliche Offenbarungen“ bezieht. Wenn man bedenkt, dass die gesamte Theologie auf einer einzigen Hypothese beruht, nämlich der angenommenen Existenz einer Gottheit, ist es geradezu verwunderlich, warum diese Hypothese von Theologen so selten hinterfragt wird.

Eine allgemeinverbindliche Aussage: „Die Existenz Gottes ist eine Annahme und kann nicht bewiesen werden“, würde so manchen „Glaubenskrieg“ um den Besitz der Wahrheit beenden und zumindest einen „Waffenstillstand“ bewirken oder im besseren Fall zu mehr Toleranz zwischen gottgläubigen Menschen und Atheisten führen.

11.3 SPIRITUALITÄT IN DER TRANSPERSONALEN PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapierichtungen, die mit transpersonalen Ansätzen arbeiten, entwickelten sich in Amerika um 1960 aus der Transpersonalen Psychologie und wurden von dem humanistischen Psychologen Abraham Maslow und dem Psychiater und Psychoanalytiker Stanislav Grof (Wörterbuch der Psychotherapie, 715) geprägt. Grof entwickelte die Technik des „Holotropen Atmens“ mit dem Ziel der Erforschung außergewöhnlicher Bewusstseinszustände bzw. der Bewusstseinsweiterung. Die transpersonale Psychotherapie bezieht die religiöse bzw. spirituelle Dimension der Psyche in den therapeutischen Prozess mit ein, ohne sich auf eine bestimmte Religionsform festzulegen.

Seit 1993 wird vom Arbeitskreis für transpersonale Psychologie und Psychotherapie unter der Leitung von Sylvester Walch ein psychotherapeutisches Weiterbildungscurriculum „Transpersonale Selbsterfahrung und Holotrope Therapie“ angeboten. Wesentliche Inhalte der Transpersonalen Psychotherapie können wie folgt umrissen werden:

Die transpersonale Psychotherapie versucht unter Einbeziehung veränderter Bewusstseinszustände (eingeleitet z. B. durch holotropes Atmen) Zugänge zu tieferen Heilungsenergien und Atmosphären aus dem kosmischen Feld zu eröffnen und damit Vertrauen in eine höhere Instanz, die sich als innere Stimme äußern kann

zu vermitteln. Weiters geht es im Konzept der transpersonalen Psychotherapie um Folgendes:

„Anerkennung parapsychologischer Forschung und Auswertung und Integration spiritueller Schulungen, mystischer Wege und schamanischer Praktiken.“ (Walch 2002, 1222).

Allerdings finden sich in diesem Weiterbildungsseminar für ausgebildete Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen und auch in der empfohlenen Standardliteratur von Sylvester Walch *“Dimensionen der menschlichen Seele“* keinerlei Inputs zum Thema Religiöser oder Spiritueller Missbrauch. Letztlich bleibt der Begriff „Transpersonal“ für mich unscharf, weil ja alles, was uns jenseits der Person begegnet, nicht mit deren personalen Fähigkeiten vermittelt und beschrieben werden kann. Allerdings ist anzuerkennen, dass die Transpersonale Psychotherapie von einer religiösen bzw. spirituellen Dimension des Menschen ausgeht und sie bewusst als Entwicklungspotential einbezieht, ohne sich auf eine bestimmte Religion festzulegen und damit einen Brückenschlag zwischen Psychotherapie und Spiritualität, zwischen Personalem und Transpersonalem versucht.

11.4 SPIRITUALITÄT IN DER EXISTENZANALYSE

Die Existenzanalyse hat von ihrem Menschenbild her aufgrund ihrer Anthropologie und ihres methodischen Konzeptes eine hohe Affinität zu spirituellen Themen. Ziel der personalen Existenzanalyse ist es, dem Menschen zu helfen, dass er mit innerer Zustimmung, in authentischer Stellungnahme und verantwortlichem Umgang mit sich und der Welt leben kann.

Das **Menschenbild der Existenzanalyse** geht von drei Aspekten des Menschseins aus: Leib, Seele und Geist. In der Tradition Frankls sprechen wir in der Existenzanalyse auch von drei Dimensionen des menschlichen Wesens oder drei Erscheinungsweisen. Das Leibliche, das Seelische und das Geistige sind keine voneinander unabhängigen Elemente, sondern eine unauflösbare Ganzheit mit möglicherweise divergierenden Strebungen. Das Ganze ist immer mehr als die Summe seiner Einzelteile. Nachfolgende Abbildung stellt die Einheit Mensch in seinen unterschiedlichen Aspekten dar.

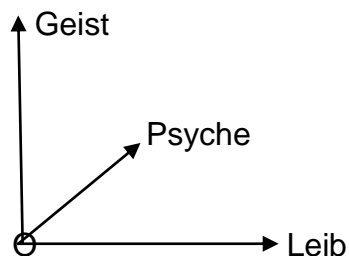


Abb. 3: Das dreidimensionale Menschenbild (Längle, 2001, 69)

- Die somatische Dimension ist Trägerin aller vitalen Prozesse und in ihr geht es um die Erfüllung der elementaren körperlichen Bedürfnisse. Sie beinhaltet die Erhaltung und Gesundheit des Körpers und den Fortbestand der Menschheit als Ganzes.

- Die psychische Dimension umfasst die Triebe, das Erleben und die Persönlichkeitseigenschaften. Die Emotionen sind in einem Zwischenbereich angesiedelt, sie haben körperliche, psychische und geistige Anteile.
- Die geistige oder noetische Dimension erfasst die Person als ein Ganzes. Sie macht das Eigentliche und Einzigartige des menschlichen Wesens aus, in ihr entfaltet sich das Menschsein. Als geistige Person geht es dem Menschen um Sinn und Werte im Leben, die Themen Freiheit, Verantwortung und personale Liebe. Spiritualität und Religiosität werden ebenso der geistigen Dimension zugeordnet.

Nach Frankl setzt sich innerhalb dieser Einheit des Menschen das Geistige stets mit dem Psychophysikum auseinander. Es entsteht also ein Spannungsbogen, in dem im Grunde alle psychotherapeutischen Interventionen angesiedelt sind. Der Mensch ist ein geistiges Wesen, das heißt, er ist mehr als Materie und Psyche, das heißt auch, er ist in seinem Wesen nicht messbar.

Vorteile dieses dreidimensionalen Bildes menschlichen Wesens sind folgende: Es stellt die Offenheit des Menschen dar, weist auf mögliche Konflikt- oder Spannungsfelder hin, verdeutlicht die relative Unabhängigkeit der Dimensionen voneinander, bringt die Gleichwertigkeit der Strebungen zum Ausdruck und stellt mögliche Beziehungsstrukturen zueinander dar. Die somatische und psychische Dimension bilden durch ihr paralleles Schwingen den psychophysischen Boden, mit dem sich die geistige Dimension auseinander setzen kann. (A. Längle 2001, 71 f.)

Von diesem Menschenbild ausgehend hat sich die Existenzanalyse als sinnzentrierte Psychotherapie etabliert und daher einen besonderen Bezug zu Sinn und Werten. Sie ist daher prädestiniert, den nach Spiritualität fragenden und suchenden Menschen zu unterstützen und zu begleiten. Das Erleben von Sinn und das Erleben von Spiritualität stehen in einem sich gegenseitig beeinflussenden Kontext.

Festzuhalten ist in diesem Zusammenhang: Nicht jeder „Sinnsuchende“ ist auch ein „Gottessucher“. Das wäre eine religiöse Vereinnahmung und unzulässige Verallgemeinerung durch ein zu weit gefasstes Verständnis von Religiosität. Die Frage nach dem Sinn kann und muss sowohl unabhängig von Religiosität oder A-Religiosität als auch unabhängig von „Gottgläubigkeit“ und Atheismus oder Agnostizismus beantwortet werden.

Ich persönlich postuliere, dass die personale Begegnung in der psychotherapeutischen Begegnung das Potential eines spirituellen Erlebens enthält. Ein Beispiel aus der Praxis:

In einer höheren Schule findet mit etwa 12 bis 13jährigen Schülern/Schülerinnen ein Workshop zum Thema Gewalt statt. Der Vormittag beginnt mit einer Einheit in der Großgruppe, in der es um die Begriffsklärungen, die Unterschiede zwischen körperlicher und seelischer Gewalt und vor allem um den Aufbau von Beziehung und Vertrauen geht. Anschließend können die jungen Menschen das Gehörte in Übungen zur Selbstwahrnehmung, zum Thema Grenzen und Grenzüberschreitungen anwenden und ihren eigenen Impulsen nachspüren. Nachdem die Jugendlichen sehr gut mitgehen und sich auf die Thematik und das therapeutische Beziehungsangebot gut einlassen können, ist es möglich, noch weiter in persönliche Bereiche zu vertiefen. In einer Kleingruppe mit ca. acht Jugendlichen geht es um persönliche Erfahrungen zum Thema Gewalt. Nach kurzer stiller Reflexion in der Einzelsituation beginnt ein Mädchen, ich nenne sie hier Sandra, zu erzählen. Mit einfachen Worten, in ihrer ganz persönlichen Sprache berichtet Sandra, wie sie immer wieder von ihrem

Vater misshandelt wird. Sie spricht über ihren Schmerz, ihre Hilflosigkeit und ihre ohnmächtige Wut in dieser Situation. In der Klasse ist es so still, dass man eine Stecknadel fallen hören könnte. Alle sind mit ihrer ganzen Aufmerksamkeit und Konzentration bei Sandra. Betroffenheit, ja Bestürzung, Anteilnahme und Mitgefühl steht in den Augen und Gesichtern ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler. Es ist für einige Momente eine Atmosphäre von unglaublicher Dichte und Intensität spürbar. Der ganze Raum scheint sich in einem größeren Ganzen aufzulösen. Nach einigen Minuten löst sich die Spannung und findet eine Auflösung in Worten der Empörung und Entrüstung über das Unrecht und Leid, das diesem Mädchen widerfahren ist. Dieses „Miteinander im Fühlen und Erleben, eins und einig sein“ war für mich und ich denke auch für die Jugendlichen ein spirituelles Ereignis.

Hier soll nicht auf die Auswirkungen einer verwirrenden, infantilisierenden oder destruktiven Religiosität/Spiritualität eingegangen werden. Diesem Themenbereich wurde im Kapitel religiöser Missbrauch weiter Raum gegeben. In diesem Kapitel geht es darum, das Phänomen Spiritualität im Kontext der existentiellen Grundmotivationen zu verstehen und neben den therapeutischen Erklärungen auch die transzendenten Bezüge aufzuzeigen. Zusätzlich geht es darum, welche Konsequenzen sich für die therapeutische Vorgangsweise daraus ergeben. Existenzanalyse als empirische Wissenschaft kümmert sich naturgemäß um das Erfahrbare, Erlebbare, das Geistige und schließt damit den Bezug zum Transzendenten mit ein.

Im **Konzept der Grundmotivationen** geht es um eine Vertiefung und Weiterführung des Motivationskonzeptes nach Frankl. A. Längle nennt diese fundamentalen Strebungen, mit denen sich ein Mensch auseinander setzen muss, um ein erfülltes Leben zu erlangen, die „personal-existenziellen Grundmotivationen“.

Es geht um das Sein-Können (ontologische Dimension, in der es auch um Vertrauen und Grundvertrauen geht), um das Leben-Mögen (axiologische Dimension, in der es auch um Gefühle und Werte geht), um das Selbstsein (ethische Dimension, in der es auch um Verantwortung und Selbstwert geht) und um auf das auf Zukunft gerichtete Tätigwerden (Sinndimension, in der es letztlich auch um den religiösen Bezug geht).
(Längle 1998, 281)

Dieses Modell der Grundmotivationen bietet auch einen strukturtheoretischen Rahmen für die Grundthemen der therapeutischen Arbeit und daraus folgend eine existenzanalytische Theorie für die Diagnostik.

Erste Grundmotivation

Die Thematik der ersten Grundmotivation kreist um das **DASEIN - Können**, um die Bejahung des Lebens an und für sich. Es geht darum, die Bedingungen des Lebens, das Faktische wahrzunehmen, anzunehmen und auszuhalten. Im personalen Einlassen auf diese drei psychischen Aktivitäten – Wahrnehmen, Annehmen und Aushalten dessen, was ist - entsteht das Grundvertrauen, der tragende Seinsgrund des Lebens. In der Auseinandersetzung mit dem Faktischen entsteht Raum. Im Spüren von innerem und äußerem Halt kann das Vertrauen auf sich selbst – Selbstvertrauen – und das Vertrauen in die Welt wachsen.

Ist dieser Seinsgrund, mit ausreichend Raum, Halt und Schutz nicht gesichert, entstehen Unsicherheit und Angst. Bei näherer Betrachtung des Grundvertrauens landen wir immer wieder bei der Frage: Was ist, wenn alles zusammenbricht, -Familie,

Beruf, Gesundheit -, wenn nichts mehr da ist, hält und trägt, was ist dann? Wo lande ich, wenn ich zu Grunde gehe, gibt es da noch einen letzten Grund, ein Letztes worauf ich vertrauen kann? Oder ist da gar nichts mehr? Würde sich alles auflösen?

Die Ahnung von einem umfassenden Gehaltensein, einem Gefühl, dass da etwas ist, worauf ich mich verlassen kann, selbst wenn ich sterbe, ist ein spirituell beschreibbares und erlebbares Phänomen. Ein sicheres Gefühl darüber, dass es etwas gibt, das über mich hinausgeht konstituiert eine Aufgehoben-sein, wobei es nicht entscheidend ist, ob es nach dem Tod ein SEIN gibt oder ein NICHTS uns erwartet. Dies kann als „ontologische Grunderfahrung“ benannt werden: es ist immer etwas da, das Halt gibt und das größer ist als man selbst – eine Welt, die Erde, eine Ordnung, die Natur, das Universum, ein Nichts oder eine Gottheit.

In den Bereichen der Therapie, in denen es den Patienten um spirituelle Anliegen geht, ist das Thema Halt, Sicherheit und Schutz von grundlegender Bedeutung. Der fehlende Halt im Innen und im Außen zeigt sich möglicherweise in einer Fixierung auf Strukturen, im zwanghaften Befolgen von Regeln oder Gesetzen einer Gruppierung, einer Institution, einer politischen Autorität oder in einer überstarken Anbindung an eine geistige Autorität. Das Gefühl von Eingebundensein in einen größeren Zusammenhang, aufgehoben und sicher sein in Etwas, das über das Sichtbare hinausgeht, vermittelt Sicherheit, Halt und Schutz.

Der emotionale Mangel der ersten Grundmotivation besteht in dem fehlenden Gefühl von Grundvertrauen und zeigt sich in allen Ausprägungsformen von Angst.

Die Angst in ihrer Komplexität und Bedeutung wahrzunehmen und sie nicht zu reduzieren auf die Furcht vor Göttern und/oder ihren irdischen Vertretern oder auf die Angst vor dem Tod und der Ungewissheit danach ist eine Herausforderung, die sich unabhängig von Spiritualität oder Religion jedem Menschen stellt.

Dass spirituell/religiös lebende Menschen, Menschen, die sich in einem größeren Ganzen eingebunden fühlen, mit Unsicherheiten und Ängsten besser umgehen können, ist aus der Perspektive der Existenzanalyse erklärbar. Die der ersten Grundmotivation zugrunde liegende Frage lautet:

„Ich bin da, aber kann ich da sein?“

Für die therapeutische Arbeit mit spirituellen Themen ergeben sich im Speziellen folgende Fragen:

Wo habe ich Raum für mein persönliches spirituelles Leben?

Wo fühle ich mich sicher und geschützt; wo bin ich beheimatet?

Was gibt mir im Innersten, in mir selbst, Halt?

Gibt es ein größeres Ganzes, in das ich mich eingebunden weiß?

Kann ich mich auf mich selbst verlassen? Kann ich mir selbst (ver-)trauen?

Worauf kann ich mich verlassen, wenn nichts mehr hält?

Wo, wann und von wem erlebe ich mich angenommen?

Das Gefühl des Aufgehoben-seins in einem größeren universellen Ganzen ist psychisch fassbar, emotional erfahrbar und spirituell-geistig erlebbar.

Zweite Grundmotivation

In der Thematik der zweiten Grundmotivation geht es um das **WERTSEIN – Mögen**, um die emotionale Qualität des Daseins. In dieser Grundmotivation liegt eine doppelte Bewegung: Es geht um das Erspüren der eigenen Werthaftigkeit und um das Spüren des Wertes der Welt. Voraussetzung für das Werterleben ist das Spüren des Grundwertes, ein Ahnen, dass es letztlich gut ist, „dass es mich gibt“. Der

Grundwert kann auch definiert werden als die Einstellung zur tiefsten emotional spürbaren Qualität des Daseins, die „angenommene Seinsberührung“.

Der Grundwert entsteht durch den liebevollen, wohlwollenden Umgang mit sich selbst, die grundsätzliche Einwilligung zum Leben („die psychische Geburt“) und die stärkende Beziehung zur Welt. Es geht also um das Erspüren-Können von Werten. Der Mensch erfährt das eigene Leben als wertvoll, wenn er Zuwendung und Nähe erlebt. Nur in einer relativen Nähe ist Beziehung und Begegnung möglich. Werte werden **erspürt** und nicht von einer Autorität **vorgegeben**. Beziehungen gestalten sich unter dem Aspekt „Was **tut** mir gut?“. Beziehungen, die unter dem Aspekt „Was **ist** (moralisch) gut?“ gestaltet werden, bergen in sich die Gefahr der Selbstentfremdung.

Die einseitige Zuwendung zu Werten führt zu einer emotionalen Verarmung und im Weiteren zu einer fortschreitenden **Beziehungseinengung** und/oder zu einer **Beziehungslosigkeit**.

Wenn das Erspüren von Werten und das Aufnehmen und Halten von Beziehungen nicht gelingt, sprechen wir in der Existenzanalyse auch von einer Grundwertstörung. Dieses Defizit zeigt sich im Störungsbild der Depression.

Der Weg in der therapeutischen Arbeit geht von der „Beziehungslosigkeit“ zur „Beziehungsfähigkeit“, um damit einen erweiterten Zugang zu den Werten und ihrer emotionalen Qualität zu ermöglichen.

Es geht also um lebendiges Leben, Leben mit all seinen Höhen und Tiefen, das einmal Freude und Glück bedeuten kann, aber ebenso auch Leid und Enttäuschung mit sich bringt. Das Leben mit diesen Gegebenheiten anzunehmen, sich von ihm berühren zu lassen, ist keinesfalls selbstverständlich. Es braucht die personale Einwilligung, sich auf das Leben einlassen zu können. Um das Leben mögen zu können, braucht es Zeit, Nähe und Beziehung. Diese Konstanten können in den verschiedensten Lebensbereichen erfahren werden: Zeit verbringen, Nähe aufnehmen, Interesse haben für Dinge, Pflanzen, Tiere, Menschen und letztlich auch für eine Welt, die über den begreifbaren Horizont hinausgeht, die Transzendenz. Beziehungen zu haben, in denen man Nähe spürt, für die man Zeit aufwendet, die Verbundenheit spürbar machen, bilden den Grundwert des Daseins, das tiefste Gefühl für den Wert des Lebens. In der Erfahrung des eigenen Wertes, unabhängig von Begabungen, Fertigkeiten, der sozialen Stellung, Gesundheit oder Krankheit erhält das Leben eine eigene Dimension. Dichte und Intensität liegen im Erleben dieses Grundwertes. Die Erfahrung des Grundwertes kann also den Grundstein legen für die Erkenntnis, dass das Leben an und für sich einen absoluten, unantastbaren Wert hat. Damit verweist diese Dimension des Daseins auf den Bezug zur Spiritualität. Der zweiten Grundmotivation liegt folgende Frage zugrunde:

„Ich lebe, aber mag ich leben?“

In der konkreten Arbeit mit Patienten kann sie so formuliert werden:

Ist es im Grunde gut, dass es mich gibt, mit meinem konkreten Leben?

Gibt es Situationen, in denen ich mein Leben als wertvoll erlebe?

Mag ich mich, meinen Körper, meine Gefühle, mein Denken?

Wo erlebe ich Nähe, Zuwendung, Interesse?

Kenne ich von mir eine Überzeugung oder Ahnung, dass das Leben einen absoluten Wert hat?

Fühle ich mich verbunden mit einem universellen Ganzen?

Im fühlenden Wahrnehmen von Geborgenheit, Geborgenheit auch im Absoluten und/oder Transzendenten manifestiert sich spirituelles Erleben.

Dritte Grundmotivation

In der dritten Grundmotivation geht es um das **SELBSTSEIN - Dürfen** und um die Personwerdung. Die Themen sind Achtung, Respekt und Wertschätzung, Authentizität und Selbstwert. Wenn ich das Grundvertrauen in das Dasein habe und mich und die Welt grundsätzlich als wertvoll (Grundwert) erlebe, erhebt sich die Frage, ob ich auch tatsächlich so sein darf, wie ich wirklich bin. Es geht um die Anerkennung des Eigenen, um die Wertschätzung der Person in ihrer Einmaligkeit und Einzigartigkeit, um das Selbst „höchstpersönlich“.

Was ist in der Terminologie der Existenzanalyse mit dem Begriff Selbstwert gemeint? Der Selbstwert ist das subjektive Gefühl über den Wert meiner Person aufgrund von Selbsteinschätzung und Fremdeinschätzung. Er entsteht also aus dem Selbstbild und dem Fremdbild. Die äußere Welt – was andere über mich sagen und denken – und die innere Welt – was ich selbst von mir halte - sind wichtig und beeinflussen einander wechselseitig.

Zu sich selbst in Beziehung sein, sich selbst kennen und wertschätzen, ein positives Selbstbild haben, nach dem tiefen inneren Spüren leben können und dieses auch nach außen vertreten können, heißt authentisch leben.

Das Störbild der dritten Grundmotivation zeigt sich im histrionischen oder narzisstischen Krankheitsbild. Der histrionische Mensch kann sein unverwechselbares einmaliges Selbst nicht spüren und tut daher alles, um die Anerkennung von außen zu bekommen. Er ist in hohem Maße abhängig von dieser Anerkennung und es fällt ihm daher nicht schwer, dieses eigene Selbst aufzugeben, da er es ja nicht wirklich hat. In der therapeutischen Arbeit soll der Person ihre Ursprünglichkeit und die nicht auslotbare Tiefe des eigenen Selbst erschlossen werden. Die Grundfrage der Person heißt:

„Ich bin, aber darf ich so sein wie ich bin?“

Für den therapeutischen Prozess können im Bezug auf Spiritualität folgende Fragen relevant sein:

- Wer bin ich wirklich?
- Woher beziehe ich mein Wissen über mich selbst?
- Wodurch unterscheide ich mich vom anderen?
- Wo und wie kann ich meine Einmaligkeit und Einzigartigkeit spüren?
- Kann ich zu mir selbst stehen?
- Wo und bei wem kann ich mich zeigen so wie ich wirklich bin?
- In welchen Situationen fühle ich mich ernst genommen?
- Wann und wo erlebe ich Wertschätzung um meiner selbst willen?

Im Aufnehmen der Beziehung zu unserem innersten Selbst stehen wir letzten Endes wieder vor einem großen Geheimnis: Welche Kräfte sind es im Innersten, was sind die Quellen unserer Identität, die uns zu der Person machen, die wir sind.

Das Geheimnis der Person lässt sich folgendermaßen formulieren:

„Wir sind nicht frei durch uns selbst, sondern wir werden uns in unserer Freiheit geschenkt und wissen nicht woher. Nicht (nur) durch uns selbst sind wir, sondern es liegt so, dass wir unseren Willen nicht wollen können, dass vielmehr der Ausgang all unseres Planens und Wollens das ist, worin wir uns geschenkt werden. Woher kommt das? Offenbar nicht aus dieser Welt.“
(Quelle unbekannt)

Vierte Grundmotivation

In der vierten Grundmotivation geht es um **SINNVOLLES – Wollen**, um sinnvolles Handeln. Im Willen zum Sinn erfährt sich der Mensch ganz als Person. Der Mensch

kann sein Person–Sein vor allem dann wahrnehmen, wenn er sich primär als handelndes und nicht als reagierendes Wesen erlebt. Sinnvoll leben heißt, die Aufgabe, die das Leben in dieser Situation an mich stellt, zu erfüllen. Menschen, die sehr reflektiert leben, die spirituell leben, setzen sich in besonderem Maße mit der Frage nach dem Sinn auseinander.

Frankl (1982, 81f) spricht von drei Wegen zum Sinn:

1. **Erlebniswerte:** Damit ist ein Erleben gemeint, das unmittelbar Sinn macht. Das kann in einer Berührung durch die Schönheiten der Natur sein. Welche Freude kann es bedeuten einen Garten zu pflegen, die majestätische Schönheit einer Sonnenblume zu betrachten, einen Sonnenuntergang bewusst wahrzunehmen, an einem Bach zu sitzen und das glitzernde Farbenspiel der Wassertropfen zu beobachten. Welches Vergnügen kann das Betrachten eines Tieres in seinem angestammten Lebensraum bedeuten und vieles andere mehr. Nicht nur die Natur, auch viele Errungenschaften menschlicher Kultur bieten reichliche Möglichkeiten zu intensivem Erleben: bildende Künste oder architektonische Kunstwerke, Aktivitäten im Sport, hören oder ausüben von Musik, das Lesen anspruchsvoller oder auch unterhaltender Literatur, die Beschäftigung mit Technik und Wissenschaft. Begegnungen mit diesen Werten machen Lust und Freude und stehen damit außerhalb jeder Frage nach Sinnhaftigkeit. Zu den tiefsten Erlebniswerten gehören zweifellos die Begegnungen mit Menschen. Ob sie nun in einem guten Gespräch stattfinden, bei der Arbeit, in der therapeutischen Arbeit, in der Familie oder in der intensiven Begegnung einer Liebesbeziehung, in der Sexualität, macht nur graduelle Unterschiede.
2. **Schöpferische Werte:** Das sind jene Erfahrungen, in denen der Mensch sich selbst als kreativ schaffend und gestaltend erlebt. Bei diesem Schaffen geht es nicht um die großartigen und herausragenden kulturellen oder wissenschaftlichen Leistungen, die Menschen hervorbringen können, sondern um das alltägliche Tun mit Hingabe, Ernsthaftigkeit und Ganzheit.
„Der Roman, den einer gelebt hat, ist noch immer eine unvergleichlich größere schöpferische Leistung, als der, den jemand geschrieben hat.“
(Frankl 1982, 65)
Schöpferische Werte beziehen sich nicht nur auf das Gestalten und Schaffen materieller Werte. Auch im Einsatz für ideelle Werte können schöpferische Werte verwirklicht werden: im Eintreten für Recht und Gerechtigkeit, im Engagement für Wahrheit, Friede, Solidarität und Menschenwürde usw.
3. **Einstellungswerte:** Die Existenzanalyse versucht Möglichkeiten aufzuzeigen, die Menschen auch in ausweglosen, schicksalsschweren Lebenssituationen offenstehen, in denen keine erlebnishaften oder schöpferischen Werte realisierbar sind. Situationen, die von Leid, Krankheit oder schweren Verlusten so eingeschränkt sind, dass nichts mehr geht. Was vermag ein Mensch, angesichts der Unabwendbarkeit des Leides, ausgeliefert den Gefühlen von Ohnmacht und Hilflosigkeit, Sinnvolles tun? Angesichts der Unveränderbarkeit eines Leidens besteht die letzte Freiheit noch in dem WIE des Umganges mit dem Unabwendbaren.
„Konfrontiert mit der Schicksalshaftigkeit und der eigenen Unfreiheit, sie abändern zu können, zählt weniger das, woran ich leide; es wird zur Nebensache, denn es ist meiner Einflussnahme vorenthalten. Zur

Hauptsache aber wird die Entscheidung, ob ich das Leiden überhaupt auf mich nehmen will.....oder ob ich versuchen werde mich dem Schicksal zu entziehen.“ (Längle 1994, 57)

Was bleibt, ist die Möglichkeit, sich dem Schicksal in einer Haltung von Würde und Tapferkeit zu stellen.

„So mag die Vergänglichkeit des Lebens dessen Sinn und Wert nichts anzuhaben. Gewesen sein ist auch noch eine Art von Sein - vielleicht die sicherste.“ (Frankl 1982, 65)

Die therapeutische Arbeit auf der vierten Grundmotivation beschäftigt sich also in erster Linie mit Fragen nach dem Sinn. Wenn das Spüren für den Sinn einer Situation oder des Lebens im allgemeinen verloren gegangen ist, also in „Sinnkrisen“, ist es angezeigt, die therapeutische Arbeit auf die ersten drei Grundmotivationen zu fokussieren und die Sinnfrage aus der Verallgemeinerung und Endgültigkeit in die ganz konkrete persönliche Lebenssituation des Hier und Jetzt zu bringen. Damit können Einseitigkeiten und Fixierungen aufgelöst werden.

Die Frage nach dem Sinn des Lebens kann auch aus dem Fokus der Aufmerksamkeit gerückt und umgekehrt gestellt werden: „Kann ich es aushalten, ohne Sinn - also sinnlos - zu leben“?

Als hilfreiche Methode zur Bewältigung dieser Problematik erscheint mir die Dereflexion. Diese Methode der Psychotherapie wurde von Frankl (1986) in seiner „Psychotherapie in der Praxis“ beschrieben und in der personalen Existenzanalyse weiterentwickelt. In der Dereflexion wird die Aufmerksamkeit des Patienten von den hyperreflektierenden Fragen nach dem Sinn abgezogen und auf andere Werterfahrungen gelenkt. Es geht um die Lösung aus einer ängstlichen Fixierung.

„Die Vorgangsweise in der Dereflexion setzt sich nicht mit den Ursachen zur Hyperreflexion auseinander. Sie provoziert die Selbsttranszendenz als Fähigkeit der Person und damit die Weltoffenheit und Dialogfähigkeit. Innere Konflikte und Störungen werden dabei zurückgelassen, man ist auf der Überholspur unterwegs zu den Kompetenzen und Ressourcen der Person, die wieder neuen Handlungs- und Lebensspielraum geben.“ (Silvia Längle 2001, 24)

Letzter Sinn der Existenz ist Erfüllung, Freude und Glück. Die Grundfrage der vierten Grundmotivation lautet demnach:

„Ich bin da, wofür ist es gut?“

Daraus ergeben sich für die konkrete therapeutische Arbeit folgende spirituelle Fragen:

Wofür will ich leben?

Was erlebe ich hier und jetzt als sinnvoll?

Was halte ich im Innersten für die Bestimmung meines Lebens?

Wozu kann ich mein Einverständnis geben?

Gibt es einen Horizont, in dem ich mein Leben eingebettet erlebe?

Die Themen der Therapie beziehen sich auf den Anruf der Situation, in welcher der Mensch jeweils steht, die Auseinandersetzung mit den „Sinnvorgaben“ und auf das Verständnis der Zusammenhänge, die sein Dasein und die Welt begreifbar machen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Entfaltung dieser vier Grundelemente personaler Existenz im Bereich der Entfaltung und Entwicklung persönlicher Spiritualität Bedeutung hat.

Es lässt sich die These aufstellen, dass Defizite in allen vier Grundstrebungen

- Annahme der Faktizität der Bedingungen
- Zuwendung zum Leben als Kraft
- Wertschätzung und Authentizität der Person
- Sich - Einlassen auf den jeweiligen Sinnanspruch

für die Entstehung und Aufrechterhaltung spiritueller Defizite mitverantwortlich sind. Die therapeutische Arbeit wird sich im Durcharbeiten aller vier Ebenen bewegen, um die Hemmungen der Lebensvollzüge zu lösen, damit die Person ihre Einwilligung zur Existenz geben kann im:

- JA zur Welt
- JA zum Leben
- JA zum Selbstsein
- JA zum Sinn

Ein ganzheitliches Verständnis von Spiritualität braucht ein ganzheitliches Menschenbild, dem die Existenzanalyse gerecht wird.

Religion und Spiritualität bei Viktor Frankl

Eine existenzanalytische Arbeit, die sich mit dem Thema Spiritualität befasst, hat sich wohl auch mit dem zu befassen, was der Begründer dieser Psychotherapie zu dem Thema zu sagen hat. Und Frankl hat viel zu sagen, das sich lohnt beachtet zu werden. Eines seiner wirklich wegweisenden Zitate in diesem Zusammenhang ist für mich folgendes:

„Echte Religiosität hat nicht Triebcharakter, sondern Entscheidungscharakter. Sie steht und fällt mit ihrem Entscheidungscharakter. Religiosität ist entweder existenziell oder gar nicht.“ (Frankl, 1994, 50)

Die Titel von Frankls Hauptwerken: „Ärztliche Seelsorge“ und „Der unbewusste Gott“ (Psychotherapie und Religion) geben bereits Aufschluss über Frankls Verhältnis zur Religion. In seinem Werk „Der unbewusste Gott“ befasst sich Frankl sehr ausführlich mit der Thematik. Auffallend ist vorerst: Frankl unterscheidet nicht zwischen den beiden Begriffen Spiritualität und Religiosität. Frankl ist Jude und für ihn ist Gott, von dessen Existenz er ausgeht, repräsentiert durch eine Person. Eine Person, die dem Urbild des „idealen Vaters“ entspricht und den Namen „Gott“ hat:

„In Wirklichkeit ist nicht Gott ein Vater-Imago, sondern der Vater ein Imago Gottes. Für uns ist nicht der Vater das Urbild aller Göttlichkeit, vielmehr ist genau das Gegenteil richtig: Gott ist das Urbild aller Vaterhaftigkeit. Nur ontogenetisch, biologisch, biographisch ist der Vater das Erste – ontologisch jedoch ist Gott der Erste.....Ontologisch gesehen ist also mein natürlicher Schöpfer nur das erste Symbol und damit die Imago für den übernatürlichen Schöpfer aller Natur.“ (Frankl 1994, 45)

Dieser Schöpfergott ist Urheber und Grund aller Verantwortlichkeit und zu dieser außermenschlichen Instanz besteht eine konkrete Verbindung durch das Gewissen, ein „Sinnorgan“, wie es Frankl bezeichnet. Das Gewissen ist die Instanz, die dem Menschen Werte intuitiv erschließt. Er führt die Tatsache der Existenz des Gewissens unmittelbar auf die Existenz einer transzendenten Instanz zurück, im Sinne eines „Gottesbeweises“:

„Das Gewissen als ein immanent-psychologisches Faktum verweist also schon von sich aus auf Transzendenz; nur von der Transzendenz aus, nur als selber irgendwie transzendentes Phänomen ist es zu verstehen. So wie der

Nabel des Menschen für sich betrachtet sinnlos erscheinen müsste, weil er nur aus der Vorgeschichte, ja der vorgeburtlichen Geschichte des Menschen zu verstehen ist als ein „Rest“ am Menschen, der hinausweist über den Menschen selbst, auf seine Herkunft vom Mütterlichen Organismus, in dem er einst geborgen war, genau so lässt sich das Gewissen als sinnvoll nur dann restlos verstehen, wenn es verstanden wird im Sinne eines Hinweises auf einen transzendenten Ursprung.“ (Frankl 1994, 40)

Psychologische Erklärungen für die Entstehung, Ursprung und Verständnis des Gewissens haben für Frankl kaum eine Bedeutung, sollten hier aber doch erwähnt werden.

Das Gewissen wird im Allgemeinen als eine im Bewusstsein verankerte Instanz gesehen, die den Menschen drängt, aus ethischen oder moralischen Gründen bestimmte Handlungen zu tun oder zu unterlassen. Es befähigt den Menschen, seine eigenen Verhaltensweisen und Absichten und die anderer zu bewerten und so zu handeln, dass diese als moralisch wertvoll angesehen werden können. Eine naheliegende Erklärung über Ursprung und Entstehung des Gewissens liegt in der Tatsache begründet, dass moralische Prinzipien und sozial erwünschtes Verhalten durch ganz frühe Prägungen und Interaktionen mit den ersten Bezugspersonen, im Regelfall sind das die Eltern, entstehen. In der unbewussten Übernahme ihrer Werte, Einstellungen und Haltungen bildet sich das kindliche Gewissen.

Im Sinne Frankls bedeutet die Rückführung des Gewissens auf eine göttliche Instanz demnach: Das Gewissen ist als Stimme Gottes zu verstehen. Diesen Gedanken konsequent weiter zu denken bedeutet demnach, dass alle Menschen, auch jene, die sich als Atheisten verstehen, eine unbewusste Verbindung zu dieser göttlichen Transzendenz haben. Frankl verwendet den Begriff „Atheist“ in seinem Werk nicht, soweit mir bekannt ist. Er spricht vom irreligiösen Menschen und schreibt diesen eine unbewusste Religiosität zu. Was aber, wenn diese unbewusste Religiosität bewusst reflektiert und als „Un-Wert“ oder „Un-Sinn“ in Bezug auf den eigenen Lebensvollzug erkannt wird? Hier bleibt Frankl stehen. Die Antwort ist vermutlich deshalb nicht möglich, weil Frankl nicht unterscheidet zwischen Spiritualität und Religiosität. In Frankls anthropologischem/philosophischen Konzept ist auch „Sinnlosigkeit“ als Lebens- und Einstellungsmöglichkeit nicht angedacht. Einfach leben, ohne irgendeine Verantwortlichkeit wahrzunehmen, „Unsinn“ tun, oder scheinbar „sinnloses“ Handeln, vielleicht aus reiner Lust und Freude am Dasein ist bei Frankl nicht vorzufinden. Es gilt immer, etwas zu verwirklichen, etwas wahrzumachen, einer „Pflicht“ nachzukommen, einen Wert zu schaffen. Hier fehlt meines Erachtens eine wesentliche Dimension menschlichen Lebens. Eine Lebenseinstellung, die dem griechischen Philosophen Diogenes ([http://de.wikipedia.org/wiki/Diogenes von Sinope](http://de.wikipedia.org/wiki/Diogenes_von_Sinope)) [24.09, 2010] zugeschrieben wird und in einer von ihm überlieferten Anekdote vortrefflich zum Ausdruck kommt. Von diesem Philosophen, der angeblich in einem Fass oder in einer Tonne gelebt haben soll, wird eine Begebenheit überliefert, die die Lebenshaltung der Bedürfnislosigkeit und Unabhängigkeit des Philosophen bezeugt: Als Alexander der Große zu Diogenes trat und ihm einen Wunsch freistellte, antwortete dieser: „Geh mir aus der Sonne!“ worauf Alexander entgegnete: „Wäre ich nicht Alexander, wollte ich Diogenes sein.“ Eine Philosophie, die nicht auf den Prinzipien von Verantwortlichkeit und Sinnerfüllung, beruht kommt hier zum Ausdruck.

Kehren wir zurück zu Frankl und seiner Einstellung gegenüber areligiösen Menschen. Frankl bemüht sich um Akzeptanz und Respekt und gesteht dem Atheisten zu, im Irrtum zu sein:

„Vorzeitig hat der irreligiöse Mensch auf seiner Wegsuche zur Sinnfindung halt gemacht, wenn er über das Gewissen nicht hinausgeht, nicht hinaus fragt. Er ist gleichsam erst auf einem Vorgipfel angelangt. Warum aber geht er nicht weiter? Weil er den festen Boden unter den Füßen nicht missen will; denn der eigentliche Gipfel – der ist seiner Sicht entzogen, der ist vom Nebel verhüllt, und in dieses Ungewisse wagt er sich eben nicht hinein. Dieses Wagnis leistet eben nur der religiöse Mensch..... Gerade der religiöse Mensch müsste doch auch diese negative Entscheidung seines Mitmenschen respektieren können.“
(Frankl 1994, 42)

Die Bewertung des Phänomens „Irreligiosität“ ist in diesem Zitat unüberhörbar. Eine wirkliche Toleranz, im Sinne einer Haltung der Anerkennung und Gleichberechtigung unterschiedlichen „Wahrheiten“ gegenüber ist für mich hier nicht erkennbar. Aber das war wohl generell nicht Frankls Anliegen.

Frankls großes Verdienst war wohl die Erweiterung des Begriffes vom triebhaft Unbewussten durch den Begriff des geistig Unbewussten. Die Religiosität zeigt sich demnach oft in einer latent bleibenden Beziehung zum Transzendenten. Der unbewusste Gott ist jedoch nicht zu verwechseln mit einer pantheistischen Gottesvorstellung. Im Weiteren spricht Frankl innerhalb der unbewussten Geistigkeit auch von der Entdeckung einer unbewussten Religiosität:

„Nun hat aber die Existenzanalyse in einer dritten Entwicklungsphase innerhalb der unbewussten Geistigkeit des Menschen so etwas wie unbewusste Religiosität entdeckt im Sinne einer unbewussten Gottbezogenheit als einer dem Menschen anscheinend immanenten, wenn auch noch so oft latent bleibenden Beziehung zum Transzendenten.“
(Frankl 1994, 47)

Diese Transzendenz personifiziert Frankl in einem Bild von Gott. *„Gott ist der intimste Partner unserer Selbstgespräche.“* (1994, 100) heißt es an anderer Stelle. Damit verwendet Frankl eine Definition, die er schon als Fünfzehnjähriger formuliert hatte, die allen weltanschaulichen Einstellungen zugänglich sein könnte. Für den religiösen Menschen ist es eben so, dass alles, was er mit sich selbst bespricht, ein Dialog mit dem Göttlichen ist, während der Atheist von einem innerpsychischen Dialogpartner ausgeht.

Alfried Längle weist in seiner Frankl-Biographie (1994, 184) darauf hin, dass dieser zweifellos ein „sehr gläubiger und religiöser Mensch“ war, der aber in der persönlichen Begegnung sehr große Scheu hatte, über seinen persönlichen Glauben zu sprechen.

„Die Religiosität stellt mindestens so sehr wie die Liebe eine wahre Intimität dar; sie ist dem Menschen intim im doppelten Wortsinn: Sie ist ihm zu Innerst und sie steht, gleich der Liebe, unter dem Schutz der Scham. Auch echte Religiosität verbirgt sich, um der Echtheit willen, vor aller Öffentlichkeit.“
(1994, 36)

Auch in seinen Schriften entzieht sich Frankl immer wieder einer persönlichen Stellungnahme, und relativiert auch seinen eigenen Glauben immer wieder, wenn er sagt:

„Und sollte es Gott geben, so bin ich sowieso überzeugt, dass er es nicht übel nimmt, wenn ihn jemand mit seinem Selbst verwechselt.“ (1994, 100)

Es ist naheliegend anzunehmen, dass die idealistische Denkweise Frankls, die sich in der großen Bedeutung, die idealistische Werte für ihn haben zeigt, in der Hingabe an Aufgaben und Pflichten, auf dem Hintergrund seiner persönlichen Glaubenserfahrungen zu verstehen ist.

Es bleibt die Frage offen: Wo steht die Existenzanalyse heute? Wie steht sie zu spirituellen Phänomene? Wie ist ihr Verhältnis zur Religion?

Meines Wissen stand das Thema Spiritualität in den letzten Jahren nicht im Mittelpunkt existenzanalytischer Forschungsarbeit. Die letzten mir bekannten einschlägigen Veröffentlichungen stammen aus den neunziger Jahren, verfasst von Funke, Kühn, Espinosa, Tellenbach, Kolbe und anderen. Gleichwohl habe ich den persönlichen Eindruck, dass der Trend zu einer Neubewertung von Spiritualität auch in der existenzanalytischen Psychotherapie spürbar ist.

12 PSYCHOTHERAPEUTISCHE METHODEN, DIE TRANSSZENDENTE BEZÜGE AUFWEISEN

Schon bei Frankl sind Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz Grundbedingungen der Existenz und Fähigkeiten aufgrund der geistigen Dimension des Menschen. **Selbstdistanzierung** im existenzanalytischen Verständnis bedeutet die Fähigkeit der Person, zu sich selbst, den Gefühlen und dem Denken Abstand nehmen zu können. Voraussetzung dafür ist die achtsame Selbstwahrnehmung, die Auseinandersetzung mit sich selbst und die Fähigkeit der Stellungnahme zu sich selbst und der Welt. Selbstdistanzierung bedeutet Beziehungsaufnahme mit sich selbst, mit sich selbst ins Gespräch zu kommen und sich selbst als handlungsfähig zu erleben. Tragender Grund dieser Fähigkeit sollte die Selbstannahme und Selbstvertrauen sein, um die Gefahr der Selbstverleugnung hintan zu stellen.

Bucher (2007, 75) zitiert Helminiak, der Spiritualität als „authentische Selbsttranszendenz“ versteht. **Selbsttranszendenz** wird in der Existenzanalyse definiert als die Fähigkeit des Menschen, von sich selbst abzusehen und sich einem anderen Menschen oder einer Sache hinzugeben, begründet darin, dass die Person vom Wesen her sich nicht selbst genügt, sondern auf ein DU angewiesen ist. Frankl formuliert das so:

„Unter Selbsttranszendenz verstehe ich den grundlegenden Tatbestand, dass Menschsein über sich selbst hinaus auf etwas verweist, das nicht wieder es selbst ist, auf etwas oder auf jemanden: auf einen Sinn, den zu erfüllen es gilt, oder auf ein mitmenschliches Sein, dem es begegnet. Den einen Aspekt der Selbsttranszendenz, den grundlegenden Tatbestand, dass Menschsein immer über sich selbst hinaus nach einem Sinn verlangt, den gilt es zu erfüllen.“ (Frankl 1991,180)

Dieses Sich-distanzieren-Können konstituiert die spirituelle Dimension des Menschen, oder wie es in der Terminologie Frankls heißt „das Geistige im Menschen“. Damit tut sich ein Raum auf für Beziehung und Verbundenheit mit sich, der Welt oder dem Numinosen.

Die personalen Fähigkeiten der Selbstdistanzierung und der Selbsttranszendenz werden im „**Perspektiven-Shifting**“ genutzt, einer Methode, die Christian Kolbe

(Existenzanalyse 2000, 1 f.) entwickelte zur Bearbeitung primärer Emotionen im Kontext biographischer Arbeit. Indikationsfeld ist die Störung der Eindrucksebene aufgrund abgewehrter primärer Emotionalität bzw. eine Fixierung in der personalen Stellungnahme, die dem phänomenologischen Gehalt des Erlebten nicht oder nur teilweise gerecht wird. Die Methode beruht darauf, belastende Lebensereignisse aus einer anderen als der bisher vertrauten Perspektive zu betrachten. Das Ereignis wird aus dem unmittelbaren Erleben des Klienten herausgeholt und in unterschiedliche Entfernung (je nach Belastungsgrad) gebracht. Kolbe verwendet dabei die Erzählform in der dritten Person. Also statt der Frage: „Was haben sie dabei erlebt?“ fragt der Therapeut beispielsweise: „Was hat die kleine Sonja dabei erlebt? Was hat sie gefühlt? Was hätte sie gebraucht?“

Die Möglichkeit einer noch weiteren Distanzierung wäre gegeben durch die Fragestellung: „Stellen Sie sich vor, das Kind ihres Nachbarn würde so etwas erleben. Wie würde es ihm gehen?“ Die Unmittelbarkeit der Betroffenheit verändert sich durch die Distanz und damit auch die Unmittelbarkeit der Bedrohung. Im sicheren Abstand können Emotionen deutlicher wahrgenommen werden und auch Ressourcen leichter aktiviert werden. In einem imaginierten Dialog zwischen dem inneren verletzten Kind und der kompetenten erwachsenen Person des Hier und Jetzt können die Bedürfnisse des kleinen Kindes deutlicher wahrgenommen und auf imaginativer Ebene zufrieden gestellt werden.

Eine andere Methode zur Distanzierung von belastenden Ereignissen ist die Einführung eines inneren Beobachters oder inneren Zeugen, die von L. Reddemann (2006, 115) in ihren Arbeiten über die Behandlung traumatisierter Personen sehr genau beschrieben und erfolgreich angewandt wird. Ebenso eignet sich die Methode der Bildschirmtechnik, beschrieben von L. Reddemann im Manual der Psychodynamisch Imaginativen Traumatherapie. Der Patient stellt sich vor, das Ereignis auf einem imaginierten Bildschirm zu betrachten, als sei es die Geschichte einer anderen Person. Mittels einer imaginierten Fernbedienung ist es möglich Nähe und Distanz, Bildschärfe oder Lautstärke des Geschehens zu verändern. (Reddemann 2004, 172)

Grundlage dieser Methoden sind die Fähigkeiten der Selbstdistanzierung und der Selbsttranszendenz. Diese Methoden lassen sich hervorragend in das methodische Konzept der Existenzanalyse integrieren, was durch das laufende Curriculum der existenzanalytischen Traumapsychotherapie, das Lilo Tutsch in Kooperation mit Luise Reddemann leitet, bestätigt wird.

Imaginationen als eine zentrale geistige Fähigkeit des Menschen haben im Methodenkonzept der Existenzanalyse Eingang gefunden unter anderem im Existentiellen Bilderleben (W. Popa, Existenzanalyse 2001, 2+3). Im existentiellen Bilderleben nach Popa geht es darum, über den Dialog nach innen die Person in ihrer Intentionalität zu aktivieren. Sie stellen eine spezifische Art der phänomenologischen Analyse dar, die manchen Menschen aber auch Therapeuten näher liegt als das Gespräch. *„Das zulassende Schauen der Vollzüge der geistigen Tiefenperson ermöglicht im existentiellen Bilderleben den expliziten Zugang zur geistigen Dimension der Person.“* (Popa, 2001, 64) Eingebunden ist die Methode in die therapeutischen Schritte der personalen Existenzanalyse, welche innerhalb der Imagination oder in der Nacharbeit vollzogen werden können. Methodisch werden Imaginationen in der Regel eingeleitet durch leichte Entspannungstechniken oder Achtsamkeitsübungen. Durch Reduzieren des wachen Bewusstseins und Fokussierung der Aufmerksamkeit auf die Atmung und andere Körpersensationen kann der Klient einen psychophysischen Entspannungszustand erreichen, der das Imaginieren erleichtert. Methodisch werden Imaginationen in der Regel eingeleitet

durch leichte Entspannungsübungen oder Achtsamkeitsübungen. Eine Anleitung zur Erreichung eines hypnoiden Zustandes:

„Setzen Sie sich bitte bequem hin, nehmen Sie die Arme von der Lehne und legen Sie diese auf die Oberschenkel, die Hände sollen sich möglichst nicht berühren, die Beine nebeneinander auf dem Boden aufliegen. Achten Sie darauf den Kopf in Mittelposition zu halten. Sie können dies überprüfen, indem Sie den Kopf etwas vor- und rückwärts beugen und darauf achten, in welcher Position Sie am wenigsten Kraft benötigen. Schultern sollen herabgezogen sein. Die Sitzposition darf nicht unbequem sein. Sie sollten das Gefühl haben, stundenlang so sitzen zu können. Wenn Sie mögen, schließen Sie jetzt die Augen. Atmen Sie tief aus. Beginnen Sie nun tief und ruhig zu atmen. Sie werden dabei spüren, wie Sie entspannter werden, wie sie ruhiger werden, immer ruhiger, wie alles weit weg rückt und gleichgültiger wird. Ich werde immer ruhiger. – Tief und ruhig geht der Atem – es ist ganz angenehm, ich fühle eine wohlige Müdigkeit, in die ich mich sinken lasse - bin ganz ruhig - tief und ruhig geht der Atem.“ (Längle 2000, 24)

Im therapeutischen Sinn ist Imagination die Fähigkeit, bei wachem Bewusstsein oder in einem leichten Trancezustand innere Bilder wahrzunehmen bzw. mit Hilfe der Vorstellungskraft Erlebnisse aus der Vergangenheit gedanklich zu rekonstruieren sowie Zukünftiges vorwegzunehmen. Es ist eine alltägliche Erfahrung, dass wir in der Lage sind, uns Dinge vorzustellen oder sie uns auszumalen. Allein auf Grund unserer Vorstellungskraft sind wir fähig, Entscheidungen zu treffen, bzw. auch fähig, angenehme oder unangenehme Gefühle zu beeinflussen. Imaginative Verfahren wurden von vielen therapeutischen Schulen entwickelt. Die grundsätzliche Offenheit des menschlichen Wesens für Bilderwelten und symbolisches Denken legt dieses Vorgehen nahe. Bilder und Symbole sind den Affekten näher als Worte. Denken geschieht immer in Bildern. Wenn wir „Apfel“ denken, haben wir ein Bild vor unserem inneren Auge und nicht das Wort, wenn wir drei denken, haben wir eine Menge vor Augen und nicht die Zahl. Als Phantasie-, Märchen- oder Traumreisen haben Imaginationen in viele therapeutischen Schulen Eingang gefunden.

Frankl konnte wahrscheinlich nur durch die Kraft der Imagination das Grauen des Konzentrationslagers ertragen, wenn er auch keine eigenen imaginativen Methoden entwickelte. Es selbst war ja ein genialer „Bildermacher“. Sein Werk lebt unter anderem von der Ausdruckskraft seiner Vergleiche und Bilder. Einige Beispiele aus seinem kreativen Bildschaffen:

„Die Welt ist kein Manuskript, das wir zu entziffern haben – die Welt ist vielmehr ein Protokoll, das wir zu diktieren haben.“ (1991, 52)

„Für gewöhnlich sieht der Mensch nur das Stoppelfeld der Vergänglichkeit; was er übersieht, sind die vollen Scheunen der Vergangenheit.“ (1997, 123)

„Wann wird endlich das Pendant zur Freiheitsstatue an der Ostküste errichtet: an der Westküste eine Statue der Verantwortlichkeit?“ (1997, 106)

„Der Pessimist gleicht einem Mann, der vor einem Wandkalender steht und wehmütig zusieht, wie dieser Kalender – von dem er täglich ein Blatt abreißt - immer schwächtiger wird. Der Optimist hingegen gleicht einem, der das Kalenderblatt, das er jeweils entfernt, fein säuberlich auf die bisher abgenommenen Blätter legt und mit Stolz, auf die Gesamtheit dessen zurückblickt, was da alles in diesen Blättern festgelegt ist.“ (1991, 51)

Eine lebendige, eindrucksvolle Bildersprache zeigt sich in diesen Zitaten, die von der Vorstellungsfähigkeit des Menschen lebt.

13 ETHISCHE PRINZIPIEN OHNE RELIGION?

Immer wieder höre ich von Vertretern der Kirche oder gläubigen Menschen, dass Religionen unverzichtbar wären, um Menschen zur Einhaltung moralischer Prinzipien zu bewegen. Sind Gläubige wirklich die „besseren Menschen“? Ein weltanschaulicher Hintergrund, der von einer göttlichen Instanz ausgeht, die „das Gute belohnt und das Böse bestraft“ bringt Menschen vielleicht leichter dazu, sich um das Gute zu bemühen. Was aber, wenn dieser Glaube einbricht oder verlorengeht? Was ist mit den vielen Gräueltaten dieser Welt, die im Namen Gottes verübt werden. Sind Menschen, die in Gefängnissen sitzen und Strafen verbüßen, tatsächlich amoralisch oder mehrheitlich ungläubig? Eine Beantwortung der Frage nach den Wurzeln moralischen Handelns erscheint beinahe unmöglich. R. Dawkins zitiert im Gotteswahn (2007, 315 f.) eine Untersuchung des Biologen Marc Hauser aus dessen Buch *„Moral Minds“ (Moralisches Denken: Wie die Natur unser universales Gefühl für Richtig und Falsch gestaltet)*. Aus dessen statistischen Umfragen und psychologischen Experimenten geht hervor, dass die meisten Menschen angesichts ethischer Konflikte zu den gleichen Entscheidungen gelangen, unabhängig von ihrer weltanschaulichen oder kulturellen Prägung. In Zusammenarbeit mit dem Moralphilosophen Peter Singer untersuchte er die Frage nach den Unterschieden bei der Lösung moralischer Konfliktsituationen zwischen religiösen oder areligiösen Menschen. Die Versuchspersonen sollten in allen Fällen wählen, ob eine hypothetische Handlung „Pflicht“, „erlaubt“ oder „verboten“ sei. Die wichtigste Erkenntnis aus den Studien von Hauser und Singer lautete: Solche Entscheidungen betreffend besteht kein signifikanter Unterschied zwischen Atheisten und religiös gläubigen Menschen.

Es ist auch kaum anzunehmen, dass Menschen, wenn sie im Alltag einander helfen oder Gutes tun, von der Annahme ausgehen, für ihr Verhalten oder Handeln „himmlischen Lohn“ zu erhalten. Dazu ein Beispiel aus der Praxis: Ein junger Mann erzählte einmal folgendes Erlebnis aus seiner Ausbildung zum Sportlehrer: „Ich befand mich gerade im Training für eine Prüfung im Schwimmen und saß mit einem Kollegen plaudernd am Rand des Schwimmbeckens. Während wir uns über mehr oder weniger Belangloses unterhielten, beobachteten wir aus dem Augenwinkel einen anderen Kollegen, der mit großem Eifer seine Längen trainierte. Auf einmal bemerkten wir, dass dieser Kollege plötzlich „verschwunden“ war. Irritiert suchten unsere Augen nach ihm und wir fanden ihn am Boden des Schwimmbeckens liegend, offensichtlich bewusstlos. Wir zögerten keine Minute, sprangen ins Wasser, tauchten zum Grund und zogen den Bewusstlosen an den Beckenrand. Sofort eingeleitete Wiederbelebungsmaßnahmen waren erfolgreich und der Kollege konnte ärztlicher Betreuung überlassen werden. Er war gerettet.“

So verhalten sich Menschen eben auch: spontan helfen, das Gute intuitiv wollen und tun.

Selbst in der Bibel, dem Buch der Bücher betreffend Ethik und Moral, ist eine Bestätigung dafür zu finden, dass Glaube an Gott nicht bessere Menschen macht. Die Erzählung vom „barmherzigen Samariter“ (Evangelium des Lukas 10, 25–37) legt nahe, dass nicht die Religiosität der entscheidende Faktor für ethisch verantwortungsvolles Handeln ist. Die Fähigkeit zu Altruismus und Hilfsbereitschaft hängen offensichtlich wesentlich von der Fähigkeit zu Mitgefühl und Einfühlungsvermögen

ab. Diese und ähnliche Ereignisse legen wohl die Ansicht nahe: Wir brauchen Gott nicht um gut zu sein – oder böse. Kein Kind kommt als böser Mensch auf die Welt.

Nichtsdestoweniger ist die Frage relevant: Was motiviert Menschen, deren Handeln vor keinem religiös weltanschaulichen Hintergrund stattfindet, sich ethisch verantwortungsvoll zu verhalten und sich von altruistischen, uneigennütigen Beweggründen leiten zu lassen? Es ist ja bekannt, dass auch Tiere zu altruistischen Verhaltensweisen fähig sind.

Eine Denkmöglichkeit ist die, dass sich ethisches Handeln aus der Evolutionstheorie ableiten lässt. Es ist einleuchtend, dass Lebewesen, die kooperieren und die altruistische Verhaltensweisen zeigen, bessere Überlebenschancen haben. Anders gesagt: Möglicherweise gibt es eine genetische Disposition zum Guten.

Könnte es die Achtung vor dem Leben an und für sich sein? Der Respekt vor dem Wunderwerk Mensch, das noch in so vielen Bereichen nicht verstehbar und unbegreiflich ist? Jede neue Erkenntnis in der Wissenschaft ist mit unendlich vielen neuen Fragen verbunden. Nach wie vor ist das Leben in vielen Bereichen ein Geheimnis.

Könnte es vielleicht die Verantwortung zukünftigen Generationen gegenüber sein, was z.B. den Umgang mit den Ressourcen der Natur betrifft, die menschliches Handeln leitet? Das Konzept des „ökologischen Fußabdrucks“ vermittelt interessante Informationen und Erkenntnisse zu dieser Thematik. Es ist ein Bild, das für den Ressourcenverbrauch des Menschen steht. Unter dem **ökologischen Fußabdruck** wird jene Fläche auf der Erde verstanden, die notwendig ist, um den Lebensstil und Lebensstandard eines Menschen (unter Fortführung heutiger Produktionsbedingungen) dauerhaft zu ermöglichen. Das schließt Berechnungen von Flächen ein, die zur Produktion seiner Kleidung und Nahrung oder zur Bereitstellung von Energie, aber auch zum Abbau des vom Menschen erzeugten Mülls oder zum Binden des durch seine Aktivitäten freigesetzten Kohlendioxids benötigt werden. Das Konzept wurde 1994 von Mathis Wackernagel und William E. Rees (<http://www.mein-fussabdruck.at/article/archive/20716/>) [24.09.2010] entwickelt und wird heute von vielen Menschen unterstützt und ernst genommen. Es dient vielfach als Basis für einen ethisch verantwortungsvollen Umgang mit den Ressourcen dieser Erde.

Könnten es nicht auch die Achtung und der Respekt vor sich selbst sein, die dem moralischen Handeln eines Menschen zugrunde liegt? Weil ich mir selbst wertvoll bin und ich mit mir wertschätzend umgehe, verhalte ich mich so und nicht anders. Weil ich mir selbst ins Auge sehen will und sagen können will: „So ist es gut und nicht anders! So nehme ich meine persönliche Verantwortung wahr.“

Neurobiologische Forschungen der jüngsten Zeit beschreiben den Menschen als ein Wesen, das von Natur aus auf Zuwendung, Beziehung und Kooperation angelegt ist. Es sieht so aus, als werde das darwinistische Weltbild vom „war of nature“ durch die Entdeckung der Motivationssysteme und der Spiegelneuronen abgelöst. Unsere Gene sind alles anderes als selbstsüchtig:

„Kern aller Motivation ist es, zwischenmenschliche Anerkennung, Wertschätzung, Zuneigung oder Zuwendung zu finden und zu geben. Wir sind aus neurobiologischer Sicht auf soziale Resonanz und Kooperation angelegte Wesen.“ (Bauer 2007, 34)

Es gibt keine genetische Determinierung für Gewaltbereitschaft. Kriminelles, destruktives oder bösartiges Verhalten wird erlernt und entsteht vor allem dadurch, dass Individuen selbst Gewalt erlebt haben. Gewalthandlungen sind also in der

Regel ein Bewältigungsversuch eigener früher psychischer oder physischer Verletzungen und Traumatisierungen.

Jede Gesellschaft, jede menschliche Gemeinschaft braucht Regeln, Prinzipien oder Ordnungen, die das Zusammenleben bestimmen. Der Verhaltenskodex, der das Abendland am stärksten prägte, sind zweifellos die „Zehn Gebote“ des Alten Testaments. Die Bedeutung dieser Normen hat sich in unserer säkularisierten Welt verändert. Kaum verändert hat sich jedoch die Bedeutung der zugrundeliegenden Werte, Haltungen und Einstellungen. Nachfolgend ein Versuch, die Zehn Gebote mit der Sprache und den Anliegen unseres Zeitalters in Verbindung zu bringen. Zehn Gebote für Atheisten, in Anlehnung an R. Dawkins „Neue Zehn Gebote“ (2007, 365 f.):

- Führe dein Leben mit einem Gefühl von Freude, Staunen und Dankbarkeit.
- Behandle deine Mitmenschen, andere Lebewesen und die Welt im Allgemeinen mit Liebe, Ehrlichkeit, Zuverlässigkeit und Respekt.
- Beachte den ökologischen Fußabdruck.
- Was du nicht willst, dass man dir tut, das füge auch keinem andern zu. Strebe immer danach, keinen Schaden anzurichten.
- Sieh über Böses nicht hinweg und bemühe dich um Gerechtigkeit.
- Sei immer bereit, schlechte Taten zu verzeihen, wenn sie freimütig eingestanden und ehrlich bereut werden.
- Behandle deine Kinder mit Achtung und Respekt, erziehe sie ohne Gewalt, sie werden dich dafür lieben. Bring ihnen bei, selbständig zu denken und anderer Meinung zu sein als du.
- Strebe stets danach, Neues zu erlernen.
- Stelle alles auf den Prüfstand; miss deine Ideen immer an den Tatsachen und sei bereit, auch lieb gewordene Überzeugungen über Bord zu werfen, wenn sie sich als falsch herausstellen.
- Respektiere immer das Recht der anderen, ihre eigene Meinung zu haben.
- Bilde dir aufgrund deiner Vernunft und Erfahrung eine unabhängige Meinung; lass dich nicht blind von anderen führen.
- Erfreue dich an deinem Sexualleben, solange es keinem anderen Schaden zufügt und lass andere sich des ihren freuen, ganz gleich, welche Neigungen sie haben.
- Diskriminiere und unterdrücke nicht aufgrund von Geschlecht, Rasse oder biologischer Art.
- Beurteile die Zukunft nach einem Zeitmaßstab, der größer ist als du.

Diese kleine Ideensammlung kann natürlich nur ein Versuch sein, einige Prinzipien für ein gutes, ethisch selbst verantwortetes Leben in unserer Zeit zusammenzufassen. Vermutlich würde jeder gesunde, reflektierte Mensch zu ähnlichen Ergebnissen kommen.

14 AUSWIRKUNGEN AUTHENTISCH GELEBTER SPIRITUALITÄT AUF DIE LEBENSQUALITÄT

Leben Gläubige gesünder, besser und/oder länger? Zu dieser Frage gibt es vor allem im amerikanischen Raum ausreichend Studien, welche die positiven Effekte von Spiritualität auf die Gesundheit belegen. Sie sind im Detail nachzulesen bei Bucher (2007, 101). Die Auswirkungen negativer Religiosität oder Spiritualität

wurden in einem anderen Kapitel bereits ausführlich erläutert. Hier geht es nun darum, die positiven Auswirkungen spiritueller Praktiken ins Blickfeld zu rücken. Spirituell lebende Personen bevorzugen im Allgemeinen einen **gesünderen Lebensstil**, der sich in einem kontrollierten Umgang mit Alkohol, Nikotin, Sexualität, Nahrungsmitteln und der Vermeidung harter Drogen zeigt. Wobei das Phänomen des Alkoholmissbrauchs bei Minderheiten innerhalb religiöser Gemeinschaften nicht zu übersehen ist. In der katholischen Kirche leiden zahlreiche zölibatär lebende Priester unter Alkoholproblemen. Schätzungen gehen von etwa zehn Prozent aus (Bucher 2007, 105). Eine Erklärung dieses Phänomens liegt meines Erachtens in der Vereinsamung vieler Priester, der oft nicht reflektierten und nicht frei gewählten sexuellen Enthaltensamkeit, der mangelnden Rückbindung an die krisengeschüttelte „Amtskirche“, die Überlastung durch fehlenden Nachwuchs und der fehlende Austausch in der Kollegenschaft. Auch der generelle Verlust an Macht, Einfluss und Ansehen der Kirchen mag in der persönlichen Lebensgestaltung von Priestern eine Rolle spielen.

In fast allen religiösen Traditionen und spirituellen Richtungen spielt **Fasten** eine Rolle, und Fastenzeiten sind im Allgemeinen der körperlichen und seelischen Gesundheit förderlich. Heilfasten ohne religiöse Motivation ist für viele Menschen unabhängig vom körperlichen Effekt der Nahrungsreduktion auf die Gesundheit eine persönliche Bereicherung. Fasten zur Erhaltung oder Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit, als Möglichkeit, eine Auszeit vom Alltag zu nehmen, innere Einkehr bei sich selbst zu halten, zur Ruhe zu kommen und neue Erfahrungen zu machen, wird von vielen Ärzten und Fastenleitern in Kurhäusern, Kliniken und Sanatorien angeboten.

Die heilsame Wirkung von **Meditation**, unabhängig von ihrem religiösen oder säkularen Charakter, ist inzwischen durch viele Studien belegt. Eine Reihe von Untersuchungen zeigt (z.B.: Antonie Lutz und Kollegen vom Keck Laboratory for Functional Brain Imaging in Madison, nachzulesen bei Bucher, 2007, 110), dass die Effekte von Meditation nicht auf das subjektive Erleben beschränkt bleiben, sondern zu physiologisch messbaren Veränderungen führen. Die Daten weisen darauf hin, dass per EEG messbare Gammawellen zu Langzeiteffekten im Gehirn führen. Meditation kann bei gesunden Menschen Stress reduzieren, den Blutdruck senken, den Schlaf und die Immunfunktionen verbessern. Meditierende produzieren mehr Melatonin, das Krebserkrankungen und Arteriosklerose vorbeugt und Meditation regelt die Produktion des Stresshormons Cortisol.

Meditation als religiöse Übung wurde in vielen verschiedenen Kulturen entdeckt und entwickelt. Meditieren bedeutet „*nachsinnendes Eindringen, intensives Betrachten, sich Versenken*“ (Wörterbuch der Psychotherapie, 423). Die meisten meditativen Verfahren stützen sich auf das Zusammenwirken aller kognitiven und emotionalen Kräfte unter Einbeziehung des Körpers (Haltung, Atmung). Ziel der meisten Meditationsverfahren ist, eine Ahnung zu bekommen von der Identität des eigenen Selbst (den Tiefen der Person) oder sich dem Wesen Gottes zu nähern.

C. Scharfetter formuliert das so: „*Meditieren heißt: Seine und der Welt Mitte als eine erfahren.*“ (1987, 215)

Meditation im heutigen Sinn wird vielfach als eine Möglichkeit zur Persönlichkeitsentwicklung genutzt bzw. zur Erweiterung persönlicher Fähigkeiten wie: Kreativität, Gelassenheit, Konzentrationsfähigkeit. Meditation wirkt durch eine Erhöhung der Wachheit, der Konzentration und Achtsamkeit. Es verändert sich das Körpererleben, die Wahrnehmung der Reize der Umgebung tritt zurück, das Erleben von Zeit und

Raum kann anders wahrgenommen werden oder ist sogar aufgehoben. Aus psychotherapeutischer Sicht unterstützt Meditation das Unterbrechen von Denkmustern und alten Konditionierungen, es schärft die Wahrnehmung, erhöht die Achtsamkeit und hilft Stress zu reduzieren.

Es gibt die unterschiedlichsten Formen des Meditierens: Meditativ kann das unablässige Murmeln eines Gebetes oder Textes sein, das Schweigen, die Konzentration auf einen Gegenstand oder eine Körperregion, das Hören von Musik. Sie kann im Gehen, Stehen oder im Sitzen stattfinden.

Östliche Meditationspraktiken wie Yoga, Qigong oder Zen haben in den letzten Jahrzehnten im Abendland starke Verbreitung erfahren und sind für viele Menschen eine wertvolle Ressource geworden. Offensichtlich auch deshalb, weil traditionelle Kirchen auf dem Gebiet der Meditation wenig oder nicht das Richtige anzubieten haben oder hatten. Inzwischen haben viele dieser Methoden in die neuere christliche Praxis Eingang gefunden. Ein inspirierender und bewegender Proponent dieses Paradigmenwechsel, der den Dialog zwischen östlicher und westlicher Spiritualität prägte, ist der Benediktinerpater David Steindl-Rast.

Die Vielfalt an meditativen Techniken und Praktiken, die uns heute durch den interkulturellen Austausch zur Verfügung steht, gehört zu den wohltuenden und bereichernden Möglichkeiten, die eine globalisierte Welt eröffnet.

Eine der spannendsten Fragen zum Thema Spiritualität/Religiosität und Gesundheit ist wohl die: Kann **beten** heilen? Außer Frage steht die gesundheitsfördernde Wirkung von Gebet – so es meditativen Charakter hat - für den Betenden selbst. Ob Gebet für Kranke oder Genesende signifikante Wirkung hat, wurde in einigen Studien untersucht (siehe Bucher 2007, 106). Die Ergebnisse sind unterschiedlich, es muss jedoch offen bleiben, ob ein faktischer Zusammenhang besteht oder nicht. Es liegt derzeit keine allgemein anerkannte Theorie über den Effekt von Gebeten vor. Es erscheint jedoch plausibel, dass Menschen, die Hoffnung auf Heilung haben und die Bilder von ihrer Genesung imaginieren können, auch bessere Voraussetzungen haben, gesund zu werden, bzw. gesund zu bleiben. Positive Erwartungshaltungen und gute Gefühle fördern die individuellen Selbstheilungskräfte. Inzwischen ist auch die positive Wirkung von Placebos wissenschaftlich untermauert. Die Existenz spiritueller Energie ist nicht messbar – oder noch nicht messbar -, bietet aber eine mögliche Erklärung an, warum positive Gedanken die Gesundheit stärken, negative Gedanken jedoch der Krankheit Vorschub leisten. Ethisch bedenklich und unzulässig wäre jedoch der umgekehrte Schluss, dass kranken Menschen unterstellt werden könnte, sie seien weniger spirituell.

Wenn Spiritualität als eine Dimension menschlichen Seins verstanden wird, liegt auch auf der Hand, dass sie psychisches Wohlbefinden und psychische Gesundheit unterstützen kann. In der Diskussion um Spiritualität spielt die Frage nach dem „Sinn“ eine Schlüsselrolle. Wenn Spiritualität auch nicht die einzige Ressource zur Sinnfindung ist, spielt sie doch eine bedeutende Rolle. Wie es schon bei Friedrich Nietzsche heißt, erträgt der Mensch jedes Wie, wenn er ein Wozu hat.

Authentisch gelebte Spiritualität kann ein positives Selbstwertgefühl initiieren, in dem es das Gefühl für die Einmaligkeit und Einzigartigkeit der Person stärkt. Wobei anzumerken ist, dass traditionelle Religiosität das Selbstwertgefühl massiv schädigen kann. Noch immer sprechen katholische Kirchenbesucher vor der Kommunion den Satz: „Herr, ich bin nicht würdig.“ Die psychischen Folgen sind mitunter desaströs: Minderwertigkeitsgefühle, permanente Schuldgefühle, mangelhaftes Selbstvertrauen. Wegbereiter der Depression! Ein Blick in die

Gesichter der Menschen während eines Gottesdienstes kann den Mangel an Lebensfreude bestätigen.

Spirituelle Praxis kann als effizienter Puffer gegen Stress im Alltag wirken. Das „Innehalten“ in Belastungssituationen, das innere Selbstberuhigen in der Hektik eines arbeitsreichen Tages, auf Abstand gehen zu Problemen und Schwierigkeiten -bilden einen Ausgleich zu Stress und Hilfe in Notsituationen.

Spiritualität kann letztendlich dem Menschen zu mehr Glück und Lebensfreude verhelfen. Wenn Spiritualität immer den ganzen Menschen erfasst und Glück als Phänomen den Menschen in seiner dreifachen Dimension betrifft, lässt sich auch die These aufstellen, dass häufig glückliche Menschen auch häufig spirituelle Menschen sind. Der umgekehrte Schluss, dass spirituell lebende Menschen öfter Glücksmomente erleben, liegt ebenso nahe. Spiritualität hilft den Menschen zu mehr guten Gefühlen und diese sind sogar erlernbar, wie uns Hirnforscher beweisen. Glückserfahrungen mit Erfahrungen von Liebe gleichzusetzen, erscheint mir keineswegs übertrieben. Vielleicht ist die Liebe, sei es nun die erotische, platonische, altruistische oder elterliche Liebe, die reinste und ursprünglichste Erfahrung von Spiritualität.

15 AUSBLICK

Ziel dieser Arbeit ist es, die Bedeutung von Spiritualität für ein authentisches, erfülltes Leben deutlich zu machen, vor allem jene Menschen in ihrer Suche nach Spiritualität zu unterstützen, die sich traditionellen Vermittlern von Spiritualität und traditionellen Gottesbildern aus unterschiedlichen Gründen entfremdet haben. Dabei entstand ein Überblick über die Vielfalt der „spirituelle Landschaft“, die auch als Einladung verstanden werden kann, Neues auszuprobieren, vielleicht auch wieder zu verwerfen oder für die Entfaltung der persönlichen Spiritualität zu adaptieren. Vielleicht müssen wir „Gott“ ja ganz anders denken. Gott hat in der jüdisch - christlichen Tradition vier Eigenschaften: Er ist allmächtig, allwissend, gütig und Schöpfer der Welt. Es wurde in dieser Arbeit ausführlich erläutert, dass sich das Bild eines Schöpfergottes, der mit den Eigenschaften Güte, Allwissenheit und Allmacht ausgestattet ist, mit dem Zustandsbild einer Welt voll Unrecht, Krieg und Terror nicht vereinbaren lässt. Ich glaube, dass wir auch den Gedanken an einen übernatürlichen Schöpfer am Beginn der Entstehung der Welt aufgeben müssen. Auch die Frage: „Wer hat den Schöpfer erschaffen?“ bliebe somit ungelöst. Die logische Schlussfolgerung aus diesen Überlegungen kann daher nur sein, dass es einen solchen Gott nicht geben kann und nie gegeben hat.

Höchst interessante Überlegungen zu dieser Thematik finden sich bei Martin Seligmann. Er meint:

„Ein Prozess, der kontinuierlich auf mehr Komplexität hin selektiert, ist letzten Endes auf nichts weniger als Allwissenheit, Allmacht und Allgüte gerichtet. Vielleicht geht es um einen Gott, der letzten Endes Allmacht, Allwissenheit und Allgüte durch den natürlichen Fortschritt erwirbt.“ (Seligmann, 2002, 404)

Konsequent zu Ende gedacht, kann diese Überlegung zu dem Schluss führen, dass ein allmächtiger, gütiger Gott durch eine natürliche Entwicklung erst am Ende der Zeiten steht. Es geht hier also um eine Hypothese, die Gott nicht an den Anfang, sondern an das Ende des Universums stellt, der somit zu einem Symbol für „Vollendung“ oder „Vollkommenheit“ werden kann.

Diese Arbeit ist als Beitrag gemeint, Menschen zu ermutigen, ihren individuellen spirituellen Weg zu finden und zu gehen. Wie es so treffend formuliert ist in dem Text von Werner Sprenger (aus „Erziehung zum Selbstwert“):

„Es gibt einen Weg, den keiner geht, wenn du ihn nicht gehst. Wege entstehen, indem wir sie gehen.“ (Waibel 1998, 87)

Wünschenswert ist, dass Spiritualität nicht länger eine Domäne der Theologie bleibt und in die wissenschaftliche Arbeit der Psychologie und Psychotherapie Eingang findet. Denn: Angesichts des Zustandsbildes dieser Welt kann meines Erachtens weder die Menschheit als Ganzes noch das Individuum als Person auf die positive Kraft von Spiritualität verzichten.

Literaturangaben

- Bauer J., 2007, Prinzip Menschlichkeit. Hamburg: Hoffmann und Campe
Booth L., 1999, Wenn Gott zur Droge wird. München: Kösel
Bucher A., 2007, Psychologie der Spiritualität. Weinheim, Basel: Beltz
Bundesministerium für Umwelt, Jugend und Familie, 1986, Sekten Wissen schützt. Wien: Elbemühl
Comte-Sponville A., 2008, Woran glaubt ein Atheist? Zürich: Diogenes
Dawkins R., 2007, Der entzauberte Regenbogen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
Dawkins R., 2007, Der Gotteswahn. Berlin: Ullstein
Die Bibel, 1965, Freiburg im Breisgau: Herder
DTV Lexikon, 1968, München: Deutscher Taschenbuch Verlag
Duden 7, Etymologie Drosdowski G. u. a., 1963, Mannheim/Wien/Zürich Bibliographisches Institut
Evatt Ch., 2005, Männer sind vom Mars, Frauen von der Venus. München: R. Piper
Frankl V., 1979, Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München: R. Piper GmbH
Frankl V., 1982, Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke
Frankl V., 1986, Psychotherapie in der Praxis. München: R. Piper GmbH
Frankl V., 1994, Der unbewusste Gott. München: Deutscher Taschenbuch Verlag
Frankl V., 1991, Der Wille zum Sinn. München: R. Piper GmbH
Frankl V., 1997, Die Sinnfrage in der Psychotherapie. München: R. Piper GmbH
Frielingsdorf K., 1993, Dämonische Gottesbilder. Mainz: Matthias Grünewald Verlag
Grandt G. u. M., 1997, Schwarzbuch der Anthroposophie. Wien: Ueberreuter
Herders Theologisches Taschenlexikon, 1972, Freiburg im Breisgau: Herder
Heinl P., 2003, Maikäfer flieg, dein Vater ist im Krieg. Kempten: Kösel
Jung, C. G. 1978, Gesammelte Werke Bd. 9, II Olten
Kahl J., 2007, Humanistische Spiritualität – was ist das? www.humanistische-aktion.de
Kahl J., 1968, Das Elend des Christentums. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
Kasper W., 2006, Lexikon für Theologie und Kirche. Freiburg im Breisgau: Herder
Katechismus der katholischen Kirche, 1993, München: Oldenbourg
Kolbe Ch., Perspektivenshifting, 2000, 1, Existenzanalyse
Längle A., 1994, Sinnvoll leben. St. Pölten: Niederösterreichisches Pressehaus
Längle A., 1998, Viktor Frankl Ein Porträt. München: Piper
Längle A., 2001, Lehrbuch der Existenzanalyse, 1. Teil Grundlagen
Längle A., Skriptum zur 4. Grundmotivation
Längle A. 2005, Das eigene Leben - ein Lesebuch zur Existenzanalyse. Wien: Glos
Längle S., 2001, Die Methodenstruktur der Existenzanalyse, Existenzanalyse 2+3
Lionni L., 1994, Frederick. München: Gertraud Middelhaue Verlag
Lobe M., 1973, Das kleine Ich bin Ich. Wien-München: Verlag Jungbrunnen
Mackensen L., 1966, Etymologisches WB der deutschen Sprache. Wiesbaden: VMA Vlg.
Miller A., 1993, Abbruch der Schweigemauer. Hamburg: Hoffmann und Campe Vlg.
Müller W., 1993, Ekstase, Sexualität und Spiritualität. Mainz: Matthias Grünewald
Onfray M., 2007, Wir brauchen keinen Gott. München: Piper
Pease A., 2000, Warum Männer nicht zuhören und Frauen schlecht einparken. Berlin: Ullstein
Petschenig M., 1971, Der kleine Stowasser. Wien: Hölder Pichler Tempsky
Picker R., 1998, Krank durch die Kirche? Wien: Böhlau
Popa W., 2001, Existenzanalyse 2+3, Wien: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse
Rahner K., 1972, Herders Theolog. Taschenlexikon. Freiburg im Breisgau: Herder
Reddemann L., 2004, Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett Cotta
Reddemann L., 2006, Imagination als heilsame Kraft. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett Cotta
Roth W., 2009, Damit das Denken Sinn bekommt. Freiburg im Breisgau: Herder
Saß H., Diagnostische Kriterien des Diagnostischen und Statistischen Manuals Psychischer
Störungen DSM –IV-TR, 2002, Der Glücks-Faktor. Ulm: CPI – Ebner u. Spiegel
Störungen DSM –IV-TR, 2003, Göttingen: Hogrefe-Verlag
Scharfetter Ch., 1987, Ethnopsychotherapie. Stuttgart: Enke Verlag
Schenk-Danzinger L., 1976, Entwicklungspsychologie. Wien: Österreichischer Bundesverlag
Sponsel R., 2008, Spiritualität, Eine psychologische Untersuchung, Internetpublikation für Allgemeine und
Integrative Psychotherapie
Steindl-Rast D., 2009, Fülle und Nichts. Freiburg im Breisgau: Vlg Herder GmbH
Stumm G., 1994, Psychotherapie, Schulen und Methoden. Wien: FalterVerlag
Stumm G., Pritz A. (Hg), 2007, Wörterbuch der Psychotherapie. Wien: Springer
Tilman Moser, 1976, Gottesvergiftung, Frankfurt am Main: Suhrkamp
Vogel, 2000, Neues theologisches Wörterbuch. Freiburg: Herder
Vontobel J., 1993, Das Paradies kann warten. Zürich: Werd Verlag
Waibel E. M., 1998, Erziehung zum Selbstwert. Donauwörth: Auer Verlag GbmH
Walch S., 2002, Dimensionen der menschlichen Seele. Düsseldorf: Walter Verlag