

Michael Utsch

Psychotherapie und Spiritualität: Aktuelle Trends und alte Konflikte

Auch psychologische Konzepte und Forschungsschwerpunkte sind kulturell verankert und entspringen einem spezifischen Zeitgeist. Deshalb hat das Modewort „Spiritualität“ in psychologischen Kreisen und Theorien Eingang gefunden. Der folgende Text stellt im ersten Teil psychologische und psychotherapeutische Zugänge vor. Im zweiten Teil werden zwei Tagungen gegenübergestellt, die in sehr unterschiedlicher Weise Psychotherapie und Spiritualität miteinander ins Gespräch gebracht haben.

Kognitive, emotionale und spirituelle Intelligenz

Eines der wichtigsten Konzepte in der kurzen Geschichte der Psychologie ist das der Intelligenz. In den Anfängen dieser Wissenschaft galten zentrale Forschungsanstrengungen dem menschlichen Denken, Verstehen und Bewerten. Viele Jahrzehnte zog die so genannte „kognitive Intelligenz“ nach Jean Piaget großes fachliches und öffentliches Interesse auf sich.¹ Lange galt der mit psychologischen Tests ermittelte Intelligenzquotient (IQ) als der verbindliche Maßstab für menschliche Klugheit und Reife. In der Fachwelt werden allerdings mittlerweile verschiedene Intelligenzbereiche unterschieden. So wies der Psychologe Daniel Goleman – populärwissenschaftlich aufbereitet – erst vor zehn Jahren darauf hin, dass der Mensch noch eine andere, eine emotionale Intelligenz

anwenden müsse, um im Leben erfolgreich sein zu können.² Nicht nur Abstraktions-, Kombinations- und Problemlösevermögen sei für ein richtiges Entscheiden nötig, sondern die Fähigkeit, Empfindungen wahrzunehmen, auszudrücken und zu lenken.

In den letzten Jahren wurden diese Themen durch Konzepte einer „moralischen“³ oder gar „spirituellen Intelligenz“⁴ nochmals erweitert. Populär und damit leider auch verwässert und verfälscht wurde dieses Konzept durch die amerikanische Philosophie-Professorin Danah Zohar und ihren Ko-Autor (und Ehemann), den englischen Psychotherapeuten Ian Marshall. Zohar und Marshall sprechen von der „spirituellen Intelligenz“ – so auch der Titel ihres Buches – als einer dritten Intelligenzform.⁵ Mit ihrer Hilfe sollen ganz allgemein Sinn- und Wertprobleme angegangen und gelöst werden. Dank dieser Intelligenz könne das Leben in einem größeren, reichhaltigeren Sinnzusammenhang gesehen werden, lautet die spekulative und esoterisch durchwebte Quintessenz des Buches.

Aber auch empirisch arbeitende Wissenschaftler in den USA haben die menschliche Spiritualität zu einem psychologischen Forschungsgegenstand gemacht und untersuchen ihn beispielsweise als einen eigenständigen Intelligenzbereich.⁶ Anders als beim spekulativ-esoterischen Zugang⁷ werden erprobte Messverfahren und bewährte Theorien herangezogen, um die

sen besonderen Denk- und Entscheidungsbereich zu definieren. Robert Emmons von der Universität in Kalifornien beschrieb spirituelle Intelligenz als Fähigkeit,

1. veränderte Bewusstseinszustände zu erfahren,
2. die alltägliche Erfahrung zu einer heiligen zu machen,
3. spirituelle Ressourcen zur Problemlösung einzusetzen,
4. Entscheidungen und Handlungen wertorientiert vorzunehmen.⁸

In diesem jungen Forschungszweig werden unter anderem die Auswirkungen spiritueller Einstellungen auf das Wohlbefinden untersucht. Traditionell moralische Verhaltensweisen wie Demut, Bescheidenheit oder Dankbarkeit tun nach ersten Ergebnissen dem allgemeinen Gesundheitszustand ausnahmslos gut. Nachweislich senken ein bewusstes Verzeihen und Vergeben den Blutdruck stärker als häufig verschriebene Diuretika. Vergebung anzunehmen und zu praktizieren, vielleicht das zentralste Beziehungsgeschehen des christlichen Glaubens, wird in den USA seit mehreren Jahren als ein wichtiger psychotherapeutischer Wirkfaktor untersucht.⁹

Nachdem das Gedächtnis und die Gefühle lange Zeit im Mittelpunkt psychologischer Aufmerksamkeit standen, scheint eine durch die Säkularisierung, Individualisierung und Pluralisierung geprägte Gesellschaft Menschen zu benötigen, die einer eigenen Gewissensentscheidung verpflichtet sind und verantwortungsbewusst und wertorientiert handeln können. Gegenwärtige gesellschaftliche Konfliktherde machen deutlich, dass ein erfolgreiches Gedächtnistraining und eine gelungene Gefühlswahrnehmung die so nötige – und psychologischerseits vernachlässigte – Gewissensbildung nicht ersetzen können.

Viele Psychologen gehen zumindest in Deutschland religiös-spirituellen Fragen nach wie vor gerne aus dem Wege. Dabei könnte gerade die Psychologie Hilfestellung zur Wahrnehmungsschärfung und eigenen Urteilsbildung leisten. Bei den Bemühungen, herauszufinden, was die eigenen Motive, Ziele und Absichten sind, werden unwillkürlich religiöse Bereiche betreten. Gerade angesichts pluralistischer Vielfalt und versiegender Traditionen ist psychologisches Feingespür nötig, um innere Spannungen und Konflikte zu klären und eine eigene, feste Position inmitten des inneren „Stimmengewirrs“ zu gewinnen.

Im Entscheidungskonflikt zwischen ethischen Optionen, moralischen Konflikten und konkurrierenden Weltanschauungen ermöglicht eine psychologische Perspektive darüber hinaus durch einführendes Nachempfinden das Verstehen des Fremden und kann dadurch den weltanschaulichen Dialog verbessern. Was Menschen begehren und anstreben, ist immer abhängig von kulturell vermittelten Wertvorstellungen und Entwicklungszielen, von Menschen- und Weltbildern. Für den interkulturellen und interreligiösen Dialog steuert die Psychologie wichtige Kommunikationshilfen bei. Es gilt nämlich zunächst, Unterschiede zwischen dem eigenen Bewerten und Handeln und dem des anderen zuzulassen und wahrzunehmen. Das bedeutet allerdings, die entstehenden Orientierungs- und Verhaltensunsicherheiten, Spannungen sowie die Infragestellung der eigenen Position durch den anderen zu ertragen.

Therapieziel spirituelle Vergewisserung?

Ungeachtet der psychologisch-fachlichen Tabuisierung religiös-spiritueller Themen hat sich die Praxis eigene Lösungswege gesucht. Der beachtlich angewachsene Psy-

chomarkt dokumentiert, dass die spirituell-religiöse Suche im therapeutischen Setting sehr verbreitet ist. Selbsterfahrungs-, Beratungs- und Coaching-Kurse mit sinnstiftendem Anspruch erfahren deshalb eine hohe Akzeptanz und Nachfrage. Das postmoderne Zeitgefühl der Beliebigkeit und verwirrenden Vielfalt an Lebensstil-Optionen erzeugen ein großes Bedürfnis nach individuell stimmiger Selbstvergewisserung. Derart existentielle Fragen werden heute häufig in einer psychotherapeutischen Behandlung oder Lebensberatung thematisiert, wodurch die Psychotherapie religiöse Funktionen übernimmt.¹⁰

Eine wesentliche Funktion der Religion besteht darin, eine Lebensdeutung oder Weltanschauung zu konstruieren, mit der das Schicksalhafte und Zufällige menschlicher Existenz überwunden werden kann. Je mehr Unwägbarkeiten der Umwelt, aber auch der eigenen Person, bekannt sind und kontrollierbar erscheinen, desto größere Sicherheit und Gelassenheit entsteht.¹¹ Der ersehnte Zustand könnte mit spiritueller Beheimatung umschrieben werden.¹² Aber gerade diese Lebenssicherheit ist – trotz aller technischer Errungenschaften – immer (noch?) brüchig und scheint bedroht.

Das Bedürfnis nach Sicherheit und Kontrolle ist gerade am Übergang von der Moderne zur so genannten Postmoderne hoch. Diese Epoche, die durch Unbestimmtheit, Auflösung des Kanons, Verlust von Ich und Tiefe, durch Ironie und Gleichgültigkeit gekennzeichnet wird, stellt bisherige Identitätskonzepte und Entwicklungsziele in Frage. Der früher häufig formulierte Anspruch, Psychotherapie könne zur Bildung stabiler Ich-Strukturen beitragen und die Konfliktfähigkeit und Frustrationstoleranz fördern, erscheint vielen Menschen heute unerreichbar und – zum Glück (?) – auch unzeitgemäß.¹³ Den-

noch ist zumindest ein Minimum an Abgrenzung und persönlicher Konstanz und Stabilität nötig, um nicht von modischen Trends und Wellen überrollt zu werden. Dabei spielt der weltanschauliche Standort und die spirituelle Beheimatung eine zunehmend wichtige Rolle. Was aber bedeutet der inflationär gebrauchte Begriff der Spiritualität?

Spiritualität: Lebensstil Heiligung / Achtsamkeit

Provokant fragte kürzlich der englische Religionswissenschaftler Stuart Rose nach, ob irgendjemand noch verstehe, was gemeint sei, wenn der Begriff Spiritualität verwendet werde, obwohl alle ihn verwenden.¹⁴ In der Tat gibt es eine unüberschaubare Masse an theologischer und religionswissenschaftlicher Literatur zu diesem unklaren Begriff.¹⁵ Begriffsgeschichtlich steht fest, dass durch das lateinische Wort „spiritualis“ der neutestamentliche (griechische) Begriff „pneumatikós“ (geist-erfüllt) wiedergegeben wurde und sich einbürgerte.¹⁶ Doch als christliche Lebenshaltung setzte sich das Substantiv „spiritualitas“ nicht durch, eher war von „Frömmigkeit“ die Rede.¹⁷ Während „Frömmigkeit“ jedoch auf die eigene Innerlichkeit und seine Heiligung abzielt und sich dabei häufig an der Vergangenheit orientiert (Sündenbekenntnis und Vergebung), richtet sich „Spiritualität“ auf den neuen Menschen, auf spirituelles Wachstum, auf das „Leben im Geist“ aus.¹⁸

Reinhart Hummel brachte in Erinnerung, dass Vivekananda, der Missionar des Neo-Hinduismus, mit seinem Auftritt beim ersten „Weltparlament der Religionen“ 1893 in Chicago die „indische Spiritualität“ beschwor, die (westliche) Welt zu erobern. Allerdings begann die erfolgreiche Ausbreitung östlicher Religionen und Weltanschauungen mit einer Schiefelage: Hummel

unterstrich, dass der von Vivekananda verwendete Schlüsselbegriff „Spiritualität“ nicht aus der hinduistischen Sanskritgelehrsamkeit stamme, sondern schon das Ergebnis seiner Auseinandersetzung mit westlichen und christlichen Ideen gewesen sei.¹⁹ Zugespitzt könnte man formulieren, dass ein ursprünglich christliches Konzept über die Jahrhunderte in Vergessenheit geriet, um dann aus fremder Perspektive mit synkretistischen Tendenzen revitalisiert zu werden.

Bis heute ist der Begriff durch die New Age-Bewegung vorbelastet und geprägt worden. Schon Marilyn Ferguson widmete in ihrem bahnbrechenden Klassiker dem „Abenteuer Spiritualität“ ein Kapitel, das dort enthusiastisch als die „Verbindung mit der Quelle“ beschrieben wird.²⁰ Eine – willkürlich herausgegriffene – Vertreterin dieser Bewegung ist die amerikanische Suchttherapeutin Anne Wilson Schaefer, für die die Spiritualität „die Wahrnehmung vom Einssein aller Dinge wieder in uns lebendig machen muß... Herauszufinden, wohin wir gehören im Prozeß des Universums, ist Spiritualität. Das Gewahrsein unseres Platzes ist für die Genesung von ausschlaggebender Bedeutung.“²¹

Hier wird in typischer Manier dem negativ besetzten Begriff der traditionell-dogmatischen Religion das Konzept einer individuellen, kulturunabhängigen und idealtypisch entworfenen Spiritualität gegenübergestellt. Eine religionswissenschaftliche Untersuchung beschrieb die geläufige Deutung der gegenwärtigen religiösen Situation zusammenfassend so: „von der Religion als Getrenntsein zur Spiritualität als Einbezogenheit in einen existentiell bewahrheiteten Sinnkosmos.“²² Der amerikanische Religionspsychologe Kenneth Pargament stellte dazu skeptisch fest, dass die teilweise euphorische Begriffsrezeption zu einer problematischen Polarisierung führe: Religion werde als institutio-

nell-zwanghaft und damit negativ beschrieben, Spiritualität als individuelle Sinnfindung hoch gelobt. Verkannt werde dabei, dass seit den späten achtziger Jahren Hunderte von spirituellen Gemeinschaften – z. B. Heiler-, Yoga-, Meditations-, New Age-, 12-Schritte-Gruppen – entstanden seien, die sich ebenfalls schon institutionalisiert hätten.²³

Dennoch ist unverkennbar, dass die transzendent verankerte christliche Weltanschauung des westlichen Kulturkreises gegenüber einer individualistisch-immanenten Orientierung an Bedeutung verliert. Letztere will in erster Linie dem Maßstab der eigenen Selbstverwirklichung gerecht werden.²⁴ Beim „Tanz um das goldene Selbst“ ist es nur folgerichtig, eine individualsbezogene, anthropozentrische Spiritualität zu definieren. Pargament hingegen warnt vor einem Übersehen der transzendenten Dimension: „Eine Spiritualität ohne den Kern des Heiligen verliert ihr eigentliches Zentrum.“²⁵ Damit wendet er sich auch gegen die populäre Suche nach erweiterten und veränderten Bewusstseinszuständen, die häufig schon per se als „spirituell“ vermarktet werden.

Der Züricher Psychiater Christian Scharfetter bezeichnet demgegenüber mit Spiritualität eine bewusste, im weiteren und überkonfessionellen Sinne verstandene religiöse Lebenseinstellung und -weise.²⁶ In ihr drücke sich eine Haltung und Beziehungsweise zu dem den Menschen umgreifenden und übersteigenden Sein aus, das ihm als unfassbar „Geistiges“ (lat. spiritus) im Gegensatz zur materiellen Dingwelt erscheint. Über das Geistige gebe es kein gesichertes Wissen, es vermittele sich in ahnungsvoller Schau oder einer ergreifenden Erfahrung.

Verblüffend ähnlich setzen Scharfetter und Pargament Religion und Spiritualität in Beziehung. Religion ist das breitere Konzept, das insbesondere Rituale, Sym-

bole und Traditionen umfasse. Spiritualität definiert Pargament als Suche nach Geheiltem.²⁷ Für ihn ist dies die wichtigste Funktion der Religion: „Spiritualität ist das Herz und die Seele der Religion“. Für den spirituellen Menschen ist nach Scharfetter dieser Bereich Ursprung und Ziel seines Lebens und bestimmt maßgeblich seine Lebensführung, Verantwortlichkeit und Ethik. Im Gegensatz zu mancher populären Meinung ist Spiritualität für ihn gerade nicht jeder außergewöhnliche Bewusstseinszustand oder -inhalt, jedes intensive religiöse Erlebnis, wie Ekstase, Vision oder Audition, oder besondere Körperempfindungen und parapsychologische oder okkulte Phänomene. Für ihn meint Spiritualität vielmehr die Umsetzung einer Glaubenseinstellung und bezieht sich auf die Begründung einer Lebenspraxis.

Aus religionspsychologischer Sicht wurde mit Spiritualität die „individuelle Gestaltung der Bezogenheit auf Transzendenz“ bezeichnet.²⁸ Für transpersonale Psychologen nimmt Spiritualität sogar den Rang eines „natürlichen, wesentlichen und absolut lebenswichtigen Elements des Daseins“ ein.²⁹

Spiritualität bezieht ebenso die Sinngebung und eine subjektiv stimmige Wirklichkeitskonstruktion mit ein. Sie beinhaltet ganz allgemein das Bemühen, sinnvoll zu leben. Dabei will sie inhaltlich keine Vorgaben machen und sich weltanschaulicher Positionen enthalten. Grundsätzlich aber betont sie jedoch die Wichtigkeit einer Selbstvergewisserung und Bezogenheit zu einem Sinn-Ganzen. „Spiritualität läßt Sinn ins Alltagsleben einfließen“, sagt der Benediktiner David Steindl-Rast. All diejenigen Aktivitäten besitzen eine spirituelle Qualität, durch die den zufälligen Ereignissen im Leben Sinn verliehen und versucht wird, in Harmonie und Übereinstimmung mit sich und der Welt zu

leben.

Spiritualität als die alltägliche Umsetzung einer Lebenseinstellung transformiert eine „gewöhnliche“, „säkulare“ oder unachtsame Erfahrung oder Handlung in eine religiöse. Spiritualität ist eine Lebensweise, die der religiösen Erfahrung der „Zugehörigkeit“ entspringt, dem Gefühl der Verbundenheit mit dem gesamten Kosmos. Wie mittlerweile auch einige deutschsprachige empirische Studien belegen, fördert ein derartiger Lebensstil die Gesundheit, Stressresistenz und Krankheitsverarbeitung.³⁰

Spiritualität als psychotherapeutischer Wirkfaktor

Die früher häufig vermiedene Einbeziehung religiöser und spiritueller Fragen in professionelle Psychotherapie ist in letzter Zeit einer größeren Aufgeschlossenheit gewichen. Zwar richtet die deutschsprachige Psychologie ihre Aufmerksamkeit (noch) nicht in dem Maße auf die persönlichen Glaubensüberzeugungen wie dies in den USA der Fall ist. Dort wird die persönliche Spiritualität als Gesundheitsfaktor systematisch untersucht und in der Regel in eine therapeutische Behandlung mit einbezogen.³¹ Ebenso existieren ernst zu nehmende Ansätze, die versuchen, außergewöhnliche Erfahrungen wie Hellsehen, Nahtod-Erfahrungen oder mystische Erlebnisse wissenschaftlich zu beschreiben und zu verstehen.³²

In der amerikanischen Psychotherapieforschung werden weltanschaulich-religiöse Überzeugungen mittlerweile als eigenständige Wirkfaktoren beachtet und detailliert untersucht.³³ Psychologische Fachzeitschriften haben dazu ganze Themenhefte herausgegeben.³⁴ Folgerichtig fordern viele amerikanische Forscher und Therapeut/innen ein besonderes psychotherapeutisches Vorgehen bei religiösen

Klienten.³⁵

Ein „Glaubensfaktor“ im Sinne weltanschaulich-religiöser Überzeugungen wurde bei verschiedenen Erkrankungen als unterstützendes Element im Heilungsprozess beschrieben und empirisch geprüft.³⁶ Persönliche Religiosität als eine wirkungsvolle Bewältigungsstrategie von Belastungssituationen erhält mittlerweile große religionspsychologische Aufmerksamkeit, neuerdings vermehrt auch in Deutschland.³⁷

Obwohl sich hier viele Psychotherapeuten nach wie vor einer streng naturwissenschaftliche Position verpflichtet fühlen, belegt eine neuere empirische Untersuchung über „Glaubensüberzeugungen bei PsychotherapeutInnen“ ein erstaunlich hohes Maß an Irrationalität auf dem Feld der Psychotherapie³⁸. Die meisten, nämlich 93 Prozent der Befragten (in München niedergelassene Psychotherapeut/innen), glaubten an etwas, das über die Befunde der empirischen Wissenschaften hinausgeht. Noch konkreter an eine „transzendente Realität“ glaubten drei Viertel der Befragten; zwei Drittel gestanden ihr sogar ein Bedeutung in Bezug auf den Therapieprozess zu. Damit wird ein Trend deutlich, den man als Spiritualisierung der Psychotherapie bezeichnen kann. Er hat in den USA begonnen und mittlerweile Europa erreicht.

Zusammenfassend kann festgestellt werden: Neben esoterischen Konzeptionen³⁹ ziehen in therapeutischen Kreisen besonders asiatische Denkformen und Einstellungen eine hohe Aufmerksamkeit auf sich. Brückenschläge sowohl von einem hinduistischen als auch buddhistischen Menschenbild zur westlichen Psychotherapie liegen vor und werden aufmerksam rezipiert.⁴⁰ Wie werden nun aber diese beiden Konzepte miteinander in Beziehung gesetzt?

Verhältnisbestimmungen zwischen Psychotherapie und Spiritualität: zwei Tagungen

Das psychologische Interesse an Religion und Spiritualität dokumentieren unter anderem verschiedene Tagungen, die in letzter Zeit stattgefunden haben. Zwei davon, an denen der Verfasser teilgenommen hat, werden im Folgenden miteinander verglichen, über andere kann man sich durch publizierte Tagungsbände ein Bild machen.⁴¹

Psychotherapietage in Basel

Bei den seit einigen Jahren jährlich stattfindenden Psychotherapietagen in Basel stand der 8. Kongress unter dem Thema „Couch oder Kirche? Psychotherapie und Religion – zwei mögliche Wege auf der Suche nach Sinn?“ Offenbar trafen der Ausschreibungstext und die angekündigten Referenten auf großes Interesse: Populäre psychospirituelle Lehrer bewegten etwa 1400 Personen im Mai 2001 zur Reise nach Basel – neben Eugen Drewermann waren u. a. Willigis Jäger (Zen-Meister und Benediktiner⁴²), Elke und Henning von der Osten (Satsang-Seminare⁴³), Irina Prekop (Festhaltetherapie), Ingo Jahrssetz (Holotropes Atmen⁴⁴), Sabine Lichtenfels (ZEGG/Tamera⁴⁵) oder Nossrat Pesseschian (Positive Psychotherapie⁴⁶) mit Vorträgen und Workshops vertreten. Lothar Riedel, Geschäftsführer des veranstaltenden Vereins *Perspectiva*⁴⁷, formulierte in der Begrüßungsansprache⁴⁸: „Wenn es um das Finden von Sinn und einer inneren Heimat geht, wenden sich immer mehr Menschen eher an den Psychotherapeuten als an den Seelsorger. Hat denn die Psychotherapie die Rolle der Seelsorge übernommen? Hat die Religion, insbesondere die institutionalisierte Religion der christlichen Kirchen, versagt? Suchen und finden

die Menschen ihren Seelenfrieden in psychotherapeutischen Gruppen und Gemeinschaften?“

Schaut man sich die Tagungskonzeption aller acht Baseler Psychotherapietage an, gewinnt man den Eindruck, als wollten die Veranstalter die in der rhetorischen Frage versteckte, aber um so intensiver suggerierte Meinung durch ihr Tagungskonzept untermauern und zementieren. Verstärkt wird dieser Eindruck durch die Tatsache, dass zu den anderen Themenschwerpunkten der vergangenen sieben Kongresse⁴⁹ zum großen Teil bereits dieselben Referenten eingeladen worden waren, von denen die meisten der alternativen Psychoszene zuzurechnen sind.⁵⁰

Der Publikumserfolg jedenfalls gibt den Veranstaltern recht, auch wenn es sich dabei nicht – wie häufig beschworen – um Fachtagungen handelt, sondern eher um eine Kosumveranstaltung für spirituell Suchende – unter ihnen sicher viele Enttäuschte klassischer Therapieverfahren.

Bei den Baseler Psychotherapietagen 2001 wurde viel Dogmatik in therapeutischer Verkleidung dargeboten. Hier einige Kostproben:

- „Selbstständige Individuen sind nur eine Illusion ... Die Substanzlosigkeit des Ich zu erkennen ist das eigentliche Ziel der Mystik, ... ist der Kern des spirituellen Erwachens“ (Willigis Jäger⁵¹).
- „Das Leben hat keinen Sinn! Solange wir nicht in der Lage sind zu leben – von Augenblick zu Augenblick – ohne nach dem Sinn zu fragen, machen wir das Leben zu einem Beschäftigungsproblem ... Existenz ist sich selber genug. Sie braucht keinen Schöpfer. Es gibt keinen personenhaften Gott – was es gibt, ist die existenzielle Energie der Kreativität“ (Henning von der Osten⁵²).
- „Am tiefsten Ort seiner Selbsterforschung begegnet der Mensch Gott. Selbst-

erforschung wird hier deutlich zu einem mystischen Prozess, dessen tiefstes Geheimnis es ist, dass Menschen das Numinose als ihr Wesen, ihre innere Wirklichkeit erkennen können ... Die Erfahrung göttlicher Einheit ist das Herz der Transpersonalen Psychologie“ (Ingo Jahrsetz⁵³).

- „Die Erleuchtung, die ich suche, geschieht nicht im Jenseits, sie geschieht in meinen Zellen, irdisch und elementar. Sie ist durch und durch sexueller Natur..., wenn wir unsere natürliche sexuelle Quelle als Wissensquelle und universelle Liebesquelle wieder heiligen“ (Sabine Lichtenfels⁵⁴).

Deutlich war der monistisch eingefärbte Grundtenor in vielen Referaten und Seminaren zu erkennen. Diese Geisteshaltung, die von einer letztlich Einheit von Ich, Welt und Gott ausgeht, wurde häufig als heilsame Alternative gegenüber dem angeblich gescheiterten diskursiven Denken des Westens idealisierend dargestellt. War zu einem früheren Kongress der selbst ernannte Lama Ole Nydahl zugegen, erläuterte jetzt Richard Baker Roshi, ein amerikanischer Zen-Mönch mit einem Studienzentrum im Schwarzwald⁵⁵, seine buddhistische Sichtweise des Verhältnisses von Religion und Psychotherapie. Der Psychiater Peseschkian, 1933 im Iran geboren, begründete als Anhänger der Baha'i-Religion Anfang der 70er Jahre die Behandlungsform der „Positiven Psychotherapie“ und trug aus transkultureller und interreligiöser Perspektive vor. Nur wenige Referenten bezogen sich auf die christliche Tradition – am deutlichsten Anselm Grün, der in großer Schlichtheit und Anschaulichkeit das Programm einer Kombination von geistlicher und therapeutischer Begleitung in einer stationären Einrichtung für katholische Ordensleute in Krisen vorstellte.⁵⁶

Auch wenn jeder Teilnehmer wegen der

vielen parallelen Vorträge und Kurse nur an einem Ausschnitt des Programms teilhaben konnte, lassen sich doch folgende Beobachtungen zusammenfassen:

- Die Stimme der Psychotherapie wurde auf alternative Randmethoden wie die Psychosynthese, das Holotrope Atmen oder die Psychoenergetik⁵⁷ beschränkt.
- Die Stimme der Religion erhoben neben dem Baha'i-Vertreter hauptsächlich konvertierte Buddhisten bzw. religiös indifferente Personen.
- Institutionalisierte Formen der Religion wurden zumeist pauschal diskreditiert, individuelle spirituelle Entwürfe hatten (und haben) Konjunktur. Hier jedoch stellt sich die Frage: Wozu ist eine Spiritualität ohne Gemeinschaftsbezug nützlich?

Eine solche Ausgangssituation musste fast zwangsläufig zu der Einschätzung führen, eine gute und zeitgemäße Psychotherapie diene der spirituellen Suche, ja Spiritualität sei heute ein zentrale Aufgabe beraterrischer und therapeutischer Praxis. Das im Untertitel anvisierte Tagungsziel eines Gleichgewichts – „Psychotherapie und Religion – zwei mögliche Wege auf der Suche nach Sinn“ – wurde verfehlt, weil authentische religiöse Vertreter nicht eingeladen waren.

Psychotherapie und Seelsorge – eine interdisziplinäre Tagung in Bad Kreuznach

Eine wirklich dialogisch konzipierte, interdisziplinäre Fachtagung fand im September 2001 in einer psychosomatischen Fachklinik in Bad Kreuznach statt. Von den etwa 140 Teilnehmern stellten die Berufsgruppe der Ärzte den Löwenanteil, gefolgt von Theologen und Psychologen. Unter der Fragestellung „Spiritualität in der Psychosomatik? Konzepte und Konflikte zwi-

schen Psychotherapie und Seelsorge“ stellten hier Vertreter verschiedener Therapieschulen und Klinikkonzepte ihr Modell des Umgangs mit religiösen und spirituellen Fragen vor.

In einem Eröffnungsvortrag erläuterte der Theologe (und Psychologe) Wunibald Müller, Leiter des Recollectio-Hauses in Münsterschwarzach, die Bedeutung der Spiritualität in der Psychosomatik. Bei seelischen und psychosomatischen Störungen ginge es darum, die eigene Liebeswürdigkeit (wieder) zu entdecken und sich von den eigenen seelischen Bedürfnissen berühren zu lassen. Im Rückgriff auf Meister Eckhard und C.G.Jung formulierte er: „Wenn die Seele die Führung übernimmt, lebt Gott in mir“. Im Anschluss kamen die Vertreter unterschiedlicher Kliniken mit ihren jeweils verschiedenen Konzepten und Umgangsweisen mit Spiritualität zu Wort:

- Die evangelikal orientierte Klinik Hohe Mark arbeitet nach einem tiefenpsychologischen Konzept und bietet auf Wunsch christlich-spirituelle Hilfen an.⁵⁸
- Die transpersonal orientierte Fachklinik Heiligenfeld hat ein integrales Behandlungskonzept entwickelt, in dem sich spirituelle und therapeutische Ansätze ergänzen.⁵⁹
- Die humanistisch orientierte Klinik Bad Grönebach verwendet schwerpunktmäßig ergebnisbezogene Verfahren.
- Die pfingstlerisch-charismatisch orientierte De'Ignis-Klinik kombiniert spirituelle Musiktherapie („Anbetung“) mit klassischen Verfahren.⁶⁰
- Das katholische Recollectio-Haus verbindet geistliche mit psychotherapeutischer Begleitung.⁶¹

Für die Teilnehmenden bot sich ein guter, kontrastiver Einblick in die verschiedenen therapeutischen Vorgehensweisen. Wäh-

rend das Therapiekonzept der Hohe Mark sehr differenziert und reflektiert erschien, wirkte die Darstellung der transpersonalen Klinik eher verwirrend, was wohl auch auf den eigenwilligen Vortragsstil ihres Vertreters zurückzuführen war. Der Vertreter aus Bad Grönebach offenbarte dem verständnisvollen Publikum unter anderem tief liegende Konflikte zwischen dem therapeutischen Team und dem Klinikseelsorger (der unter den Zuhörern saß). Aber es hätte schon auf der Hinfahrt eine wohlthuende Aussprache begonnen... Der Chefarzt der De'Ignis-Klinik verblüffte durch einen narrativen Einstieg, in dem er das Gleichnis vom verlorenen Sohn auf das Tagungsthema anwandte und dadurch einen authentischen Eindruck des Klinikvorgehens vermittelte. In der anschließenden Podiumsdiskussion und Beantwortung von Publikumsfragen traten die unterschiedlichen Schwerpunkte und Vorgehensweisen der Referenten nochmals deutlich in Erscheinung.

Wohlthuend war die offene Gesprächsatmosphäre und der gegenseitige Respekt, der bei aller Unterschiedlichkeit eingehalten wurde. Als anregend erwies sich das breite Spektrum verschiedener Therapiemethoden, weltanschaulicher Hintergründe und Integrationsstile zwischen Psychotherapie und Spiritualität. Deutlich wurde, dass die Vielfalt der Umgangsfor-

men eine große Chance für Menschen in seelischen und spirituellen Krisen bietet, ein individuell passendes und situationsangemessenes Angebot für sich herauszufinden. Dabei sollten neben der angewendeten psychotherapeutischen Methode auch der weltanschauliche Hintergrund und die Art und Weise einer Einbeziehung der spirituellen Dimension berücksichtigt werden.

Die Tagung vermittelte einen guten Einblick in Behandlungskonzepte, die in der Kombination bestimmter Therapiemethoden und spezifischer Glaubenshaltungen und Frömmigkeitsstile entwickelt wurden und sich in der klinischen Praxis bewährt haben. Im Unterschied zu den Darlegungen der meisten Referenten auf den Baseler Psychotherapie-Tagen wurde hier aber deutlich, dass die Grenzen zwischen therapeutischer Methode und der zugrunde liegenden spirituellen Haltung eingehalten werden. Darüber hinaus legten alle Referenten in Bad Kreuznach von Anfang an ihre weltanschauliche Position offen dar.

Der hohe Anteil an Fachpublikum in Bad Kreuznach kann als ermutigendes Signal verstanden werden, dass auch hierzulande begonnen wird, mit spirituellen Fragen in Beraterischen und psychotherapeutischen Zusammenhängen aufmerksam und differenzierend umzugehen.

Anmerkungen

¹ Zu einer ersten Orientierung eignet sich J. Piaget, *Meine Theorie der geistigen Entwicklung*, Frankfurt a. M. 1983.

² D. Goleman, *Emotionale Intelligenz* (München 1995). Dass Goleman ein initiiertes Schüler des 1973 verstorbenen nordindischen Gurus Neem Karoli Baba ist (vgl. www.neemkarolibaba.com), ein umfassendes Meditations-Handbuch verfasst hat, in dem westliches und östliches Denken verschwimmen (vgl. D. Goleman, *Wege zur Meditation*, München 1997) und maßgeblich an den Mind-Life-Kon-

ferenzen beteiligt war, auf denen der Dalai Lama mit westlichen Wissenschaftlern über Kognitionsforschung und buddhistisches Bewusstsein debattiert hat, ist weniger bekannt (vgl. D. Goleman [Hg.], *Die heilende Kraft der Gefühle*, München 1998).

³ R. Coles, *Moralische Intelligenz*, München 1998.

⁴ Vgl. M. Sinnetar, *Spiritual Intelligence*, New York 2000.

⁵ D. Zohar, I. Marshall, *Spirituelle Intelligenz*, München 2000.

⁶ R. L. Piedmond, *Does spirituality represent the sixth*

- factor of personality? *Journal of Personality* 67 (1999).
- ⁷ Die Autoren D. Zohar und I. Marshall (Spirituelle Intelligenz, München 2000) halten einen „spirituellen Intelligenzfaktor“ – in Analogie zum IQ – für messtechnisch nicht erfassbar.
- ⁸ R. A. Emmons, Is Spirituality an Intelligence? *International Journal for the Psychology of Religion* 10/2000.
- ⁹ 1996 fand an der Universität von Maryland in Baltimore eine Nationale Konferenz über Vergebung in der klinischen Praxis statt; vgl. auch G. Doyle, Forgiveness as an Intrapsychic Process, *Psychotherapy* 36/1999; M. E. McCullough, K. Pargament, C. Thoresen (Hg.), Forgiveness: Theory, Research, Practice, New York 2000.
- ¹⁰ Vgl. E. L. Johnson, S. J. Sandage, A Postmodern Reconstruction of Psychotherapy: Orienteering, Religion, and the Healing of the Soul, *Psychotherapy* 36/1999.
- ¹¹ Vgl. A. Flammer, Mit Risiko und Ungewissheit leben. Zur psychologischen Funktionalität der Religiosität in der Entwicklung, in: G. Klosinski (Hg.), Religion als Chance und Risiko, Bern 1994.
- ¹² Vielleicht ist es auch ein Indiz für die mit „Heimatlosigkeit“ gekennzeichnete Postmoderne, dass die Feuilletons voll sind mit Berichten über „Heimat“ (vgl. weiterführend M. Utsch, Meine Heimat ist im Himmel. Motive und Hintergründe spiritueller Selbst-Vergewisserung. Zeitschrift für Individualpsychologie 24/1999).
- ¹³ Vgl. weiterführend M. Utsch, Vier Versprechen der Psychoszene, in: Panorama der neuen Religiosität, hg. von R. Hempelmann u. a. im Auftrag der EZW, Gütersloh 2001, 106 ff.
- ¹⁴ S. Rose, Is the Term „Spirituality“ a Word that Everyone Uses, But Nobody Knows What Anyone Means by it?, *Journal of Contemporary Religion*, Vol. 16/2001, No. 2/May 1, 193 ff.
- ¹⁵ Eine Auswahl (mit Schwerpunkt auf ev. Autoren): M. Mildenerger, Spiritualität als Alternative (EZW-Information 68), Stuttgart 1977; EKD-Studiengruppe (Hg.), Evangelische Spiritualität, Gütersloh 1979; G. Pannenberg, Christliche Spiritualität, Göttingen 1986; G. Ruhbach, Theologie und Spiritualität, Göttingen 1987; G. K. Nelson, Der Drang zum Spirituellen, Olten 1991; H.-M. Barth, Spiritualität (Bensheimer Hefte 74), Göttingen 1993; R. Hummel, Auf der Suche nach Spiritualität, in: ders., Religiöser Pluralismus oder christliches Abendland (Kap. 8), Stuttgart 1994; W. Thiede, Alle reden von „Spiritualität“, MD der EZW 12/1997; J. Sudbrack, Gottes Geist ist konkret. Spiritualität im christlichen Kontext, Würzburg 2000; Institut für Spiritualität (Hg.), Grundkurs Spiritualität, Stuttgart 2000.
- ¹⁶ Vgl. C. Bochinger, „New Age“ und moderne Religion, Gütersloh 1994, 378 ff.
- ¹⁷ Vgl. G. Ruhbach, Frömmigkeit und Religiosität im ausgehenden 20. Jahrhundert, *Verkündigung und Forschung* 33/1988; H. J. Thilo, Frömmigkeit, aus dem Reichtum der Traditionen schöpfen, Stuttgart 1991, B. Jaspert (Hg.), Frömmigkeit, Gelebte Religion als Forschungsaufgabe, Paderborn 1995.
- ¹⁸ So H.-M. Barth, Spiritualität, Göttingen 1993, 13. Vgl. auch E. Fahlbusch, Spiritualität oder Frömmigkeit? Materialdienst des Konfessionskundlichen Instituts 41/1990.
- ¹⁹ R. Hummel, Religiöser Pluralismus oder christliches Abendland, a.a.O., 35.
- ²⁰ M. Ferguson, Die sanfte Verschwörung, Basel 1982.
- ²¹ Anne Wilson Schaefer, Mein Weg zur Heilung, München 1995, 262 u. 347. Auch in Deutschland wird die von ihr entwickelte Weiterbildung „Leben im Prozess“ angeboten (vgl. www.livinginprocess.com bzw. die im Aufbau befindliche Internetpräsenz www.lebenimprozess.de).
- ²² J. Süß, R. Pitzer-Reyl, Religionswechsel, München 1996, 137 ff.
- ²³ K. Pargament, The Psychology of Religion and Spirituality? *The International Journal for the Psychology of Religion* 9/1999.
- ²⁴ Vgl. dazu kritisch: P. Vitz, Der Kult ums Ich, Gießen 1995; H.-W. Weiss, Exodus ins Ego, Zürich 1998; K. Remele, Tanz um das goldene Selbst?, Graz 2001.
- ²⁵ A.a.O., 11.
- ²⁶ C. Scharfetter, Der spirituelle Weg und seine Gefahren, Stuttgart 1997.
- ²⁷ „Search for the sacred“, a.a.O., 12 f.
- ²⁸ J. v. Belzen, Spiritualität als Bemühen, sinnvoll zu leben, *Theologische Literaturzeitung* 122/1997.
- ²⁹ S. Grof, Geburt, Tod und Transzendenz. Neue Dimensionen der Psychologie, München 1985, 351. K. Wilber stellt einer das Selbst legitimierenden Religion eine transformierende Spiritualität gegenüber: „Transformierende und authentische Spiritualität ist revolutionär. Sie legitimiert die Welt nicht, sondern zertrümmert sie; sie tröstet die Welt nicht, sondern röstet sie. Sie macht das Selbst nicht zu-frieden, sondern sie macht es zu-nichte“ (K. Wilber, Einfach „Das“, Frankfurt a. M. 2001, 46).
- ³⁰ T. Deister, Krankheitsverarbeitung und religiöse Einstellungen, Mainz 2000; C. Jacobs, Salutogenese, Würzburg 2000.
- ³¹ Vgl. W. R. Miller (Hg.), Integrating Spirituality into Treatment, Washington 1999; P. S. Richards, A. E. Bergin (Hg.), Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity, Washington 1999.
- ³² Vgl. R. Jahn, B. Dunne, An den Rändern des Realen, Frankfurt a. M. 1999; E. Cardena, S. J. Lynn, S. Krippner (Hg.), Varieties of Anomalous Experience: Examining the Scientific Evidence, Washington 2000.
- ³³ Vgl. E. P. Shafranske (Hg.), Religion and the Clinical Practice of Psychology, Washington 1996; E. L. Worthington u. a., Empirical Research on Religion and Psychotherapeutic Processes and Outcomes, *Psychological Bulletin* 119/3 (1996).
- ³⁴ Vgl. *Psychotherapy* 27 (1990), *Journal of Social Issues* 51 (1995), *Journal of Personality* 67 (1999).
- ³⁵ Vgl. M. L. Randour (Hg.), Exploring sacred landscapes: Religious and Spiritual Experiences in Psychotherapy, New York 1993; P. S. Richards, A. E.

- Bergin, A spiritual strategy for counseling and psychotherapy, Washington 1997.
- ³⁶ Vgl. H. Benson, Heilung durch Glauben, München 1997; H. G. Koenig, The Healing Power of Faith, New York 1999; D. A. Matthews, Glaube macht gesund. Spiritualität und Medizin, Freiburg 2000.
- ³⁷ Vgl. K. L. Pargament, The Psychology of Religion and Coping, New York 1997; S. Murken, Gottesbeziehung und seelische Gesundheit, Münster 1998; C. Jacobs, Salutogenese, Würzburg 2000.
- ³⁸ M. Ludwig, E. Plaum, „Glaubensüberzeugungen“ bei Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten, *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie* 46/1998, 58-83.
- ³⁹ Ein bekannter und einflussreicher Verfechter esoterischer Therapiemethoden ist der Herausgeber der Zeitschrift „Die neue Esoterica“, Dr. Rüdiger Dahlke (vgl. www.dahlke.at).
- ⁴⁰ Ein Wechselspiel zwischen Psychoanalyse und Buddhismus schlägt M. Epstein, Gedanken ohne den Denker (Frankfurt a. M. 1996), vor. Grundsätzlicher untersucht A. Fräsch, Eine neue Dimension: Geist und Psyche (Horst 1999), die psychologisch und psychotherapeutisch relevanten Aspekte des Tibetischen Buddhismus. Eine Verbindung zwischen Psychotherapie und (modernem) Hinduismus knüpft F. Helg, Psychotherapie und Spiritualität (Zürich 2000).
- ⁴¹ Im September 1997 fand an der Kölner Melancthon-Akademie eine Tagung für Theologen und Therapeuten zum Thema Spiritualität statt (J. Schnorrenberg, [Hg.] Spiritualität. Orientierung – Klärung – Vertiefung, Frankfurt a. M. 1999). Ein Symposium im Westfälischen Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie in Bochum vom September 1998 dokumentiert der Band von W. Posner (Hg.), Religiosität und Glaube in Psychiatrie und Psychotherapie (Lengerich 1999). Die Hauptvorträge des 24. Potsdamer Psychiatrie-Symposiums vom Juni 1999 enthält der Sammelband von D. Seefeldt (Hg.), Spiritualität und Psychotherapie (Lengerich 2000). Im Frühjahr 2002 erscheinen im Verlag Vandenhoeck & Ruprecht die Vorträge einer Tagung vom Oktober 2001, die von der „Arbeitsgemeinschaft Psychoanalyse und Religion“ in der Deutschen Psychoanalytischen Gesellschaft (DPG) in Hamburg zum Thema „Religiöses Erleben verstehen“ veranstaltet wurde.
- ⁴² Vgl. www.spirituelle-wege.de. Nachdem lange primär positive Resonanz auf Jägers Ansatz zu hören war, melden sich nun auch kritische Stimmen zu Wort (vgl. B. Fraling, Aufhebung aller Pluralität? *Geist und Leben* 72/1999; G. Fuchs, Vom Mehrwert des Christlichen, *Christ in der Gegenwart* 30/2000; J. Sudbrack, Kontemplation – Andacht zur Wirklichkeit, *Geist und Leben* 73/2000). Vgl. zu den neuesten Entwicklungen den Beitrag, 81 ff, in diesem Heft.
- ⁴³ Vgl. www.ost-seminare.de.
- ⁴⁴ Vgl. www.holotropes-atmen.com. Jahrsetz bietet auch eine dreijährige Ausbildung in Transpersonaler Psychologie und Psychotherapie an (vgl. www.transpersonale-schule.de).
- ⁴⁵ Vgl. www.tamera.org.
- ⁴⁶ Vgl. www.ppositive-psychotherapie.de.
- ⁴⁷ Vgl. www.perspectiva.ch.
- ⁴⁸ Nachzulesen in L. Riedel (Hg.), Couch oder Kirche? Riehen 2001, 7.
- ⁴⁹ Mit Krisen leben, Sinnlichkeit und Sexualität, Die Suche nach dem Glück u. a.
- ⁵⁰ Typische Vertreter, die auf einem oder mehreren Baseler Therapietagen referierten: Stanislav Grof, Joachim Galuska, Dieter Duhm, Bert Hellinger, Albert Hofmann, Lama Ole Nydahl, Rüdiger Dahlke, Mona Lisa Boyesen u. a.
- ⁵¹ L. Riedel (Hg.), Couch oder Kirche?, 128 f.
- ⁵² Ebd., 240 f.
- ⁵³ Ebd., 148 f.
- ⁵⁴ Ebd., 170.
- ⁵⁵ Buddhistisches Studienzentrum Johanneshof, 79737 Herrschried, vgl. www.dharma-sangha.de.
- ⁵⁶ Das Recollectiohaus der Abtei Münsterschwarzach, vgl. Anm. 61.
- ⁵⁷ So nennt Peter Schellenbaum seine Selbsterfahrungsmethode, die er seit Jahren im Tessin als Weiterbildungsseminar und Gruppenselbsterfahrung anbietet.
- ⁵⁸ Vgl. www.hohemark.de.
- ⁵⁹ Vgl. www.heiligenfeld.de. Anfang Juni 2002 findet dort ein großer Kongress über „Spirituelle und transpersonale Dimensionen der Psychotherapie“ statt.
- ⁶⁰ Vgl. www.deignis.de.
- ⁶¹ Vgl. zum 10-jährigen Bestehen dieser Einrichtung W. Müller, A. Grün, H. Nouwen (Hg.), Sammele deine Kraft. Spirituelle und therapeutische Erfahrungen, Münsterschwarzach 2001.