

STICHWORT

Transpersonale Psychologie

Psychologen sind überwiegend eine eher religionskritische Berufsgruppe. Erst seit kurzem ist hier eine Trendwende festzustellen. Zum einen weisen empirische Untersuchungen eindeutig nach, dass positive Spiritualität die Bewältigung von Lebenskrisen und Krankheiten unterstützen kann. Zum anderen wenden sich Patienten zunehmend mit Sinnfragen und existentiellen Orientierungskonflikten an Psychotherapeuten, die sich deshalb notgedrungen diesem Themenfeld zuwenden.

Parallel zum gesellschaftlichen Psycho-boom entstand die Forschungsrichtung der Transpersonalen Psychologie (TP) gegen Ende der sechziger Jahre im kalifornischen Therapiezentrum Esalen. Ihre Begründer waren Psychologen, die der spirituellen Dimension der Seele eine zentrale Bedeutung beimaßen, ohne sich auf eine bestimmte religiöse Tradition festlegen zu wollen. Die TP will spirituelle und religiöse Erfahrungen mit in die Forschung und in die therapeutische Behandlung einbeziehen. Begründet wird dies mit zahlreichen Erfahrungsberichten, nach denen das einzelne, individuelle Ich über sich hinaus zu weichen scheint und vielfältig verbunden ist. Dazu zählen insbeson-

dere außergewöhnliche Bewusstseinszustände, wie sie durch Meditations- oder Trancetechniken hervorgerufen werden oder durch spontane Ereignisse wie Nahtoderfahrungen auftreten können.

Transpersonal meint dementsprechend „das Persönliche überschreitend“. Die TP will die Beziehung zum existenziellen Seinsgrund psychologisch untersuchen. Dabei versteht sie sich als Bindeglied zwischen den philosophischen Weisheitslehren, dem religiös-spirituellen Kulturwissen und der universitären Psychologie. Die TP ordnet sich selbst historisch als „vierte Kraft“ neben dem Behaviorismus, der Psychoanalyse und der Humanistischen Psychologie ein.

Bis heute existiert keine allgemein akzeptierte Definition dieser Forschungsrichtung. Ihr Gegenstand wird vage als „die Erforschung des höchsten Potentials der Menschheit sowie die Verwirklichung spiritueller Bewusstseinszustände“ umschrieben. Ihr gemeinsamer Nenner scheint mehr ein Interesse an all diesen Themenbereichen als eine einheitliche Theorie oder eine verbindliche Methodologie zu sein. Die TP ist durch einen starken Pluralismus der Meinungen und Methoden gekennzeichnet, die spirituell-religiöse Erfahrungsinhalte von Menschen und deren Relevanz für Wissenschaft und Lebenspraxis untersucht.

Nach Vorstellung der TP besteht das menschliche Entwicklungsziel in der evolutionären Transformation des Bewusstseins. Dazu will sie einen maßgeblichen Beitrag leisten. In Erweiterung des naturwissenschaftlichen Weltbildes sollen die biologischen und psychischen Grenzen überschritten werden. Wenn der Selbsterfahrungsprozess im Personalen weit genug fortgeschritten sei, könne durch meditative Methoden wie z. B. die holotrope, d. h. auf das „Ganze“ zutreibende Therapie nach Stanislaw Grof – einer Kombina-

tion von medizinisch bedenklicher Atemtechnik und Musikbeeinflussung – im transpersonalen Bewusstseinsbereich die „Einswerdung“ von und mit allem erlebt werden.

Verbreitung

Das Rütte-Forum im Südschwarzwald, ehemals Wirkungsstätte von Karlfried Graf Dürckheim, ist heute ein Zentrum der transpersonalen Bewegung in Deutschland. Hier befindet sich auch das organisatorische Zentrum der spirituellen Krisenbegleitung *Spiritual Emergence Network* (S.E.N.), die ein bundesweites Netzwerk transpersonal orientierter Therapeuten unterhält.

1999 wurde ein „Deutsches Kollegium für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie“ (DKTP) gegründet, das versucht, Einsichten der transpersonalen Perspektive im deutschen Sprachraum aufzugreifen, an den Hochschulen durch Forschung und Lehre präsent zu halten und akademisch zu durchdringen und zu integrieren. Es gibt mittlerweile vereinzelt Kliniken (Klinik Heiligenfeld, Bad Kissingen, Caduceus-Klinik, Bad Bevensen), die transpersonale Methoden in ihre Behandlungen integrieren.

Einschätzung

Die TP hat zu einer Trendwende in der Psychologie beigetragen, weil „Spiritualität“ zu einem psychologischen Forschungsgegenstand geworden ist. Das zeigt sich auch daran, dass es inzwischen die neutrale psychiatrische Diagnose-Kategorie „religiöses oder spirituelles Problem“ gibt. Diesbezügliche Phänomene wurden früher generell den Wahnerkrankungen zugerechnet. Allerdings werden die Grenzen psychologischer Beschreibungsmöglichkeiten hinsichtlich spirituel-

ler Erfahrungen manchmal überschritten. Manche transpersonalen Versuche wirken anmaßend, wenn sie dem Geheimnis und der Wucht einer Gottesbegegnung auf die Spur kommen und sie in ein Denksystem einzwängen wollen.

Häufig haben gerade Menschen mit einem sensiblen Selbstbild und wenig gefestigter Identität einen direkteren Zugang zur spirituellen Ebene. Sie suchen in der Meditation oder in besonderen spirituellen Erlebnissen Lösungen für ihre Persönlichkeits- und Lebenskonflikte. Hier stellt die Spiritualität eine willkommene Fluchtmöglichkeit dar, die mühsame Heilbehandlung gegen ein schnelles Heilsversprechen und intensives Gruppenerleben einzutauschen. Nicht viele Meditationslehrer sind diagnostisch so versiert und finanziell so unabhängig wie Graf Dürckheim es gewesen ist, der manche seiner Schüler mit dem Auftrag abgelehnt hat, zunächst ihre neurotischen Konflikte zu bearbeiten und erst dann wieder zu seinen Meditationskursen zurückzukommen. Umstritten ist außerdem, ob Menschen in einer spirituellen Krise durch spirituelle Begleitung geholfen wird. Zustände von Orientierungslosigkeit und beängstigenden paranormalen Wahrnehmungen treten häufig durch unsachgemäße spirituelle Techniken, falsch eingeschätzte oder gänzlich übersehene individuelle Risikofaktoren und psychedelische Suggestionsverfahren und Trance-Induktionen auf. Ist es sinnvoll und hilfreich, derartige Störungen spirituell zu behandeln? Geht es hier nicht vielmehr um eine „Erdung“ und Festigung des Realitätskontakts? In existenziellen Krisensituationen spirituelle Hilfe anzuwenden, kann die Lage noch verschlimmern.

Psychologisch ist hinsichtlich der TP einzuwenden, dass empirische Belege für die Existenz eines „transpersonalen Bewusstseinsraumes“ fehlen, von dem die Trans-

personale Psychologie ausgeht. Ihre wissenschaftstheoretischen Grundlagen sind spekulativ und gemäß dem gegenwärtigen Konsens unwissenschaftlich, weil sich eine empirisch überprüfbare Theoriebildung und religiöse Weisheitslehren vermischen. Die TP geht von einem monistischen Weltbild mit der Subjekt-Objekt-Trennung als Illusion aus, das dem indischen Kulturkreis entstammt und sich nicht sozialwissenschaftlich abbilden lässt. Die dort vertretene Vorstellung eines linearen Entwicklungsprozesses des Bewusstseins bringt darüber hinaus die Gefahr mit sich, dass die „unteren“ Ebenen zu wenig Aufmerksamkeit erhalten und nicht integriert werden, weil die höhere, spirituelle Ebene wichtiger sei.

Aus christlicher Sicht verkennt die Vorstellung der bis zum Göttlichen reichenden Bewusstseinsentwicklung die Gebrochenheit der menschlichen Person. Sie geht von der Annahme eines höheren, göttlichen Selbst in jeder Person aus und übersieht dabei die Grenze zwischen Schöpfer und Geschöpf. Aus neuropsychologischer Sicht lässt sich der transpersonale Wirklichkeitsbegriff widerlegen. Auch mystisches Einheitserleben ist an die Gehirnfunktionen gebunden. Jede Wahrnehmung wird von einem realen, individuellen und autonomen Gehirn erzeugt. Jede Wahrnehmung eines „höheren Selbst“, eines „göttlichen Lichts“ oder von Botschaften aus dem Übersinnlichen wird im Gehirn konstruiert und ist kein Beleg für deren Wirklichkeit. Dennoch: Mit ihrem Interesse an mystischen Erfahrungen ist die TP ein wichtiger Gesprächspartner für an intensiven Gotteserlebnissen interessierte Christen. Theologische Kritik richtet sich allerdings gegen die zeitgemäße „Erlebnissüchtigkeit“, die auch in manchen transpersonalen Seminaren bedient wird. Christliche Glaubenserfahrung geschieht demgegenüber in der Regel nicht spekta-

kulär und unter Begleitung von parapsychologischen Phänomenen, sondern vollzieht sich in der Gestaltung des Alltags, in behutsamen Veränderungen und neuen Haltungen gegenüber den kleinen, alltäglichen Herausforderungen. Kritisch grenzt sich der christliche Glaube auch von einer psychotechnischen Machbarkeit spiritueller Erfahrungen ab. Christlicher Glaube spricht vom unverfügbaren Handeln Gottes und macht sich nicht abhängig von außergewöhnlichen Erlebnissen.

Literatur

- Harnack, Edgar W., Transpersonale Verhaltenstherapie. Aktion aus Kontemplation, in: *Wege zum Menschen* 60/2008, 145-157
- Quekelberghe, Renaud van, Grundzüge der spirituellen Psychotherapie. Frankfurt 2007
- Utsch, Michael / Fischer, Johannes (Hg.), Im Dialog über die Seele. Transpersonale Psychologie und christlicher Glaube, Münster 2003
- Utsch, Michael, Erforschung des Übermenschlichen: Die transpersonale Psychologie, in: Hempelmann, Reinhard u. a. (Hg.), Panorama der neuen Religiosität. Gütersloh 2005, 189-194
- Walach, Harald / Kohls, Niko / Belschner, Wilfried, Transpersonale Psychologie – Psychologie des Bewusstseins, in: *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie* 55/2005, 1-11

Zeitschrift

Transpersonale Psychologie und Psychotherapie, halbjährlich, Petersberg 1995ff

Internet

- www.senev.de (Liste „spiritueller“ Therapeuten)
- www.dktp.org (Deutsches Kollegium für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie)
- www.eurotas.org (Europäische Vereinigung für Transpersonale Psychologie)

Michael Utsch