

## Möglichkeiten der Qualitätssicherung auf dem Markt spiritueller Lebenshilfe

Michael Utsch, Berlin

**Zusammenfassung:** Religiöse und spirituelle Traditionen haben mystische Wege zur Begegnung mit einer umfassenden Wirklichkeit entwickelt. Heute werden auf dem Markt spiritueller Lebenshilfe vielfältige Angebote zur Kommunikation mit dem Göttlichen angeboten. Der Aufsatz zeichnet zunächst den Trend zur Spiritualisierung der Psychotherapie nach und stellt danach einige charakteristische Beispiele vor. Es wird für eine interne Qualitätssicherung plädiert, um Guruismus und Scharlatanerie einzudämmen, ohne dabei den fremden Glauben abzuwerten.

**Schlüsselwörter:** Spirituelle Lebenshilfe, Guruismus, Scharlatanerie, Qualitätssicherung

### Spirituelle Lebenshilfe

Religiöse Heilweisen sind die Vorläufer der heutigen Medizin und Psychotherapie. Lebensberatung und klinische Psychologie haben das psychotherapeutische Erbe der Weltreligionen angetreten. Unsere Kulturen verfügen über einen reichen Erfahrungsschatz an religiöser Heilkunde – in den Naturreligionen, tibetischen Versenkungsmethoden und der chinesischen Medizin, im Christentum und der Naturheilkunde. Spätestens, seitdem im Jahr 1988 Herbert Benson die erste Mind-Body-Klinik in den USA gründete, interessiert sich auch hierzulande die Schulmedizin für komplementärmedizinische Angebote: Akupunktur wird erfolgreich zur Schmerzbekämpfung eingesetzt, Yoga zur Stressreduktion, und immer öfter finden Homöopathika zur Eigenbehandlung leichter Erkrankungen dankbare Nutzer. Dabei versteht sich die moderne Mind-Body-Medizin ausdrücklich nicht als Alternative zur konventionellen Medizin, sondern als ihre Ergänzung. Forscher erhoffen sich dadurch ein besseres, ganzheitliches Verständnis von Erkrankungs- und Heilungsprozessen.

Glaube und Heilung, Spiritualität und Psychotherapie waren bis ins 17. Jahrhundert untrennbar miteinander verknüpft. Schon im Altertum waren die Heiler Angehörige der Priesterklasse. Im Mittelalter wurde der Arztberuf von der Geistlichkeit ausgeübt. Mönche gründeten die ersten Hospitäler, und Diakonissen prägten über Jahrhunderte das Leitbild für Diakonie und Pflege (Utsch 2010). Früher wurden religiöse Übungen und Rituale wie Opfer, Anbetung oder Beichte gezielt zu physischen und psychischen Heilzwecken eingesetzt. Heute untersuchen Psychologen genauer die therapeutischen Wirkungen von Ritualen und überlegen, wie solche verantwortlich in eine Behandlung eingesetzt werden können (Straube, 2005).

Der Heidelberger Mediziner und Psychologe Rolf Verres geht davon aus, dass in Momenten tiefer Resonanz zwischen Arzt und Patient Prozesse in Gang gesetzt werden können, die er vorsichtig mit „Tiefendimension der Heilkunde“ umschreibt. In der Resonanz als Bezogenheit der Menschen aufeinander sieht Verres (2005) einen vernachlässigten Wirkfaktor einer „Medizin mit Seele“. In diesem Ansatz werden Vertrauen, Liebe und Dankbarkeit als wesentliche Bestandteile einer gesundheitsförderlichen Arzt-Patient-Beziehung benannt und beschrieben. Mit Recht wird deshalb immer häufiger angemahnt, bei einer ganzheitlichen Heilbehandlung des Menschen neben den biopsychosozialen Bedingungen seine spirituellen Bedürfnisse nicht zu übergehen.

Nachdem der Schatz religiöser Heilkunde lange Zeit vergessen schien, wird er gegenwärtig wiederentdeckt. Psychologen erkunden mit staatlichen Forschungsgeldern die befreiende Wirkung des Verzeihens, die stabilisierenden Funktionen der Dankbarkeit, die Widerstandskraft von Hoffnung und Vertrauen, besonders im Kontext der Positiven Psychologie (Auhagen 2008; Frank 2011; Esch 2012). Auf der Suche nach tragenden Werten und weltanschaulicher Orientierung hat das kulturelle Erbe der Weltreligionen das Interesse der Gesundheitsforscher geweckt. Religionsvergleichende Untersuchungen haben dabei ergeben, dass die großen Weltreligionen folgende sechs Kerntugenden beinhalten: Weisheit/Wissen, Mut, Liebe/Humanität, Gerechtigkeit, Mäßigung, Spiritualität/ Transzendenz. Weil das therapeutische Potential dieser Haltungen offensichtlich ist, fragen auch Psychotherapeuten vermehrt nach Wegen, diese Einstellungen zu vermitteln und therapeutisch zu nutzen. Der Forschungsansatz der Positiven Psychologie bietet hier anregende Querverbindungen, indem die Zusammenhänge zwischen Lebenszufriedenheit und Lebensinn bzw. Spiritualität untersucht werden. Auf der Suche nach den Quellen für subjektives Wohlbefinden hat die Glücksforschung herausgefunden, dass glückliche Menschen eher einen Sinn stiftenden religiösen Glauben haben und sich in einer unterstützenden Gemeinschaft aufgehoben wissen.

Jeder Mensch strebt nach Glück, Zufriedenheit und dem Gefühl innerer Zugehörigkeit. Die Selbstoptimierung steht sogar im Zentrum einer neuen Richtung innerhalb der Psychologie, die seit gut zehn Jahren von sich reden macht. Die Positive Psychologie betrachtet es als zukunftsweisende Aufgabe, dass sich die Psychologie intensiver mit den charakterlichen Stärken des Menschen als mit seinen Schwächen beschäftigen sollte. Anstatt das „Schlimmste“ zu reparieren, könne man sich doch darauf konzentrieren, das „Beste“ auszubauen. Gleichzeitig möchte sie Hilfestellungen dazu bieten, das „normale Leben“ eines Menschen erfolgreich weiterzuentwickeln. Die Psychologie solle das Wohlbefinden und Glück des Menschen vermehren, anstatt „nur“ Leiden zu vermindern.

Viele aus Amerika stammenden Untersuchungen verweisen auf die besondere Wirksamkeit einer „Glaubensmedizin“. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass kulturspezifische Besonderheiten in Deutschland dazu führen, dass die religiöse Krankheitsbewältigung hierzulande anders ausfällt als etwa in den USA. Religiosität kann sowohl nützen als auch schaden, so könnte man knapp zusammenfassen. Jedenfalls weisen Studien an deutschsprachigen Patienten auf deutlich ambivalenteren Wirkungen hin, als es die religionspsychologische Forschung amerikanischer Provenienz suggeriert.

- Im Rahmen eines Forschungsprojektes zur Bedeutung von Religiosität bei der Verarbeitung von Brustkrebs wurden knapp 200 deutsche Frauen befragt. 36 % der Stichprobe gaben an, dass ihnen ihr Glaube hilft, auch in scheinbar aussichtslosen Situationen einen Sinn zu sehen, und 45% fanden durch ihren Glauben Trost und Hoffnung. Dennoch wurden bei einem kleinen Teil der Stichprobe negative religiöse Emotionen aktiviert, weil die Erkrankung als Strafe Gottes erlebt wurde und mit Schuldfragen einherging. Zweifel, Hadern und das Infragestellen der göttlichen Macht erhöhten das subjektive Stressempfinden deutlich (Zwingmann et al., 2006).
- In einer weiteren Untersuchung wurden 60 Trauernde, die den Verlust eines geliebten Menschen erlebt hatten, auch nach der Bedeutung ihrer Religiosität befragt. Die Ergebnisse wiesen darauf hin, dass der Glaube an eine höhere Wirklichkeit sowohl positiv als auch negativ mit der Anpassung an den Verlust verbunden war. Manche Betroffene entwickelten eine komplizierte Trauerverarbeitung mit depressiven Symptomen. Die Forscher führten das auf spezifische Formen religiöser Prägung zurück, die dazu geführt hätten, den Verlust als Strafe Gottes anzusehen, was Gefühle von Schuld und Zweifel gegenüber Gott zur Folge hat. Anderen gelang es, im Rückgriff auf ihr positives Gottesbild Potenziale in dieser schwierigen Lebenssituation zu entdecken und durch den Glauben Kraft und Zuversicht zu gewinnen (Wigger, Murken, Maercker, 2008).
- Auch eine andere Untersuchung stellt die ambivalente Wirkung der Religion fest. Von den 328 Schweizer Kirchgängern, die in den letzten vier Jahren ein kritisches Lebensereignis zu verarbeiten hatten, erlebten manche ihren Glauben als hilfreich, andere aber als belastend. Nicht in allen Fällen ging die persönliche Religiosität mit weniger Depressionen und Angstgefühlen einher. Je nach emotionaler Tönung des Gottesbildes sowie der Qualität der Gottesbeziehung konnte ein negatives Gottesbild auch zu psychischen Problemen führen (Winter et al., 2009).
- Auch bei einer schweren psychiatrischen Erkrankung konnte für eine Schweizer Stichprobe Ähnliches festgestellt werden: Bei den 115 ambulanten Psychose-Patienten stellten die Forscher bei 71% der Befragten fest, dass ihre Religiosität ihnen Hoffnung, Zuversicht, Sinn in der Krankheit vermittelte. Bei 14% jedoch fanden sie negative Effekte, die das Krankheitsbild in Richtung „spiritueller Verzweiflung“ verstärkten. Auch andere Untersuchungsbereiche unterstrichen die ambivalenten Wirkungen: Während bei 54 % der Erkrankten durch die Religiosität ihre psychotischen Symptome abgemildert wurden, verstärkten sie sich bei 10%. Bei einem Drittel verringerte die Religiosität das Suizid-Risiko, bei 10% wurde es allerdings durch die Religiosität verstärkt (Mohr et al., 2006).

Spirituell erweiterte Therapien sind also keinesfalls pauschal besser als herkömmliche einzuschätzen (Wade, Worthington & Vogel, 2007). In einer Metastudie wurden 220 Therapieverläufe von 51 Therapeuten verglichen, die zum Teil in ausgewiesenen christlichen, andere in staatlichen Beratungsstellen arbeiteten. Es wurden sechs traditionelle und sieben religiöse Interventionen (mit dem Patienten beten, still beten, religiöse Konzepte verwenden, spirituelle Literatur und Praktiken empfehlen) erhoben. Im Gruppenvergleich ergaben sich keine bedeutsamen Verbesserungen durch die Einbeziehung religiöser Maßnahmen. Allerdings stellte die weltanschauliche Passung einen wichtigen Wirksamkeitsfaktor dar. Gemeinsame Glaubensüber-

zeugungen, egal welcher Couleur, erweitern demnach das therapeutische Beziehungsgeschehen und machen es möglich, die spirituelle Dimension des Patienten ernst zu nehmen.

Lieferten früher religiöse Werte Orientierung und einen allgemein akzeptierten ethischen Rahmen, haben sich die Wertpräferenzen durch die gesellschaftlichen Umwälzungsprozesse der Säkularisierung, Pluralisierung und Individualisierung in den letzten Jahrzehnten nachhaltig geändert. Nur noch wenige Menschen gründen heute ihre Lebensführung auf traditionell religiösen Werten und Überzeugungen. Eine Vielfalt von Lebensstilen und eine Pluralität von Sinndeutungen werben um die Gunst des (post-) säkularen Menschen (Taylor 2009). Angebote der Lebenshilfe schließen deshalb heute häufig die Beantwortung der individuellen Sinndeutung und existentiellen Orientierung mit ein.

Die Zunahme von alternativer Gesundheitsvorsorge, Selbsterfahrungskursen und Therapiemethoden wird klassisch als „Psychoboom“ bezeichnet. Er knüpfte an die Protestbewegung der 68er-Generation an, die antrat, mit psychospirituellen Methoden gesellschaftliche Utopien zu realisieren. Gemeinsam ist den Lebenshilfeangeboten, dass sie mithilfe eines klar definierten Weltbildes, spezifischer Glaubensüberzeugungen und davon abgeleiteter Techniken und Rituale arbeiten und als Sinngerber fungieren (Utsch 2005). Die israelische Soziologin Eva Illouz (2009) hat überzeugend dargestellt, wie dabei die Psychologie zu einer zentralen Quelle der modernen Identität und des Gefühlslebens geworden ist. Seit den 1920er Jahren seien die klinischen Psychologen zur dominanten Gruppe geworden, die die Armee, die Unternehmen, die Schule, den Staat, das Sozialwesen, die Medien beraten und großen Einfluss auf die Kindererziehung, die Sexualität und sogar die Seelsorge genommen haben. In all diesen Fachgebieten habe sich die Psychologie selbst als ultimative Instanz in den Angelegenheiten menschlicher Nöte etabliert, in dem sie Techniken anbot, das Selbst zu verändern und die alltäglichen Belastungen zu meistern. Psychologen aus allen Schulen haben das geltende Narrativ einer Selbstverbesserung des Subjekts des 20. Jahrhunderts geschaffen. Eine derart psychologistische Deutung habe das, was früher ein moralisches Problem war, in ein innerpersonales Problem verwandelt und habe so zu dem Phänomen einer Therapeutisierung des sozialen Lebens geführt.

Seit Ende des letzten Jahrhunderts ist Spiritualität zu einem wichtigen Leitbegriff der Gesundheitsforschung geworden, der sich längst nicht mehr mit Religiosität deckt, aber auch nicht von ihr zu trennen ist (Bucher, 2007). Seit den 1968er Jahren setzten auch in Europa umfassende kulturelle Veränderungen ein, die als „spirituelle Wende“ bezeichnet wurden. In der Psychokultur, der Humanistischen Psychologie, der Transpersonalen Psychologie, der Meditationsbewegung sowie diverser Esoterikrichtungen wurde es populär, von Spiritualität zu sprechen (Grom, 2009).

Das psychosoziale Gesundheitssystem ist zu einem Grundbestandteil der westlichen Industrienationen geworden. Neben den Religionen und den Naturwissenschaften hat sich die Gesundheitsversorgung und -optimierung wie eine ‚dritte Kirche‘ etabliert. Zukunftsforscher prognostizieren einen weiter wachsenden Bedarf auf den Gebieten von Beratung, Supervision, Psychotherapie, Coaching, Mediation, Personalentwicklung, Führungstraining und (Selbst-)Managementschulung. Ge-

sundheit und Erfolg zählen heute zu den wichtigsten Werten unserer säkularen Gesellschaft, die mit religiöser Inbrunst verfolgt werden (Lütz 2004).

Die hohe Nachfrage nach individueller Begleitung und ganzheitlicher Förderung, nach Übungen zur Leistungsverbesserung und Stressresistenz, nach Beratung zur Herstellung der „Work-Life-Balance“ hat besonders den Markt der Personalentwicklung und des Führungstrainings in den letzten Jahren beflügelt und zu einem unübersichtlichen Boom geführt. Derzeit bieten im deutschsprachigen Raum bis zu 50 000 Coachs diesbezügliche Dienstleistungen an, deren Qualitäten sehr unterschiedlich ausfallen. Kritiker werfen vielen Anbietern fehlende fachliche Qualifikationen vor und sprechen vom Optimierungs- oder Coaching-Wahn. Weil der Begriff „Coaching“ nicht geschützt ist und keine klare fachliche Anbindung hat, tummeln sich unter diesem Label die unterschiedlichsten Angebote: Es gibt Glücksscoachs, Hypnose-, Astro- und Tantracoachs, Bachblüten- und Kinesiologie-Coaching (der „feinstoffliche Mensch“) und Berater, die Karrierewege anhand der Schädelform ablesen wollen. Spirituelles Coaching liegt ganz im Trend einer Wiederkehr des Religiösen.

In den letzten 50 Jahren haben Kulturwissenschaftler eine markante Pluralisierung und Individualisierung der persönlichen Sinnggebung festgestellt. Dadurch haben traditionelle Religionen ihre Deutungshoheit verloren. In der psychologischen Forschung wurde schon 1971 „spirituelles Wohlbefinden“ umschrieben als „innere Ressourcen des Menschen, sein wichtigstes Anliegen und grundlegenden Wert, auf den alle anderen Werte ausgerichtet sind – ganz gleich, ob religiös, antireligiös oder nicht religiös“ (zit. nach Grom, 2009, 13). Seit 1995 erfasst die Weltgesundheitsorganisation (WHO) „Spirituality/Religion/Personal beliefs“ als eigene Kategorie zur Erhebung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität. Religionswissenschaftler sprechen heute von einem „Markt der Sinnanbieter“, auf dem „spirituelle Wanderer“ nach Erleuchtung suchen (Gebhardt 2005).

Psycho-spirituelle Deutungen haben deshalb einen derartig durchschlagenden Erfolg und enorme gesellschaftliche Prägekraft entwickelt, weil dort die Entzauberung der äußeren Natur durch die Technik durch eine Verzauberung der inneren Natur ersetzt wurde. Die Psychoszene umfasst weltanschaulich begründete Angebote zur Lebenshilfe, Persönlichkeitsentwicklung und Sinnorientierung außerhalb der wissenschaftlichen Psychologie und des kassenfinanzierten Gesundheitswesens. Über ein konkretes Veränderungsziel hinaus, wie z. B. die Bewältigung von Prüfungsangst oder Partnerschaftskonflikten, werden hier ganz allgemein (und kaum überprüfbar) Sinnfindung, Selbstverwirklichung oder Bewusstseinsweiterung versprochen.

Auf dem freien Markt der Lebenshilfe boomen deshalb asiatische Bewusstseinskonzepte, buddhistische Meditationstechniken (Achtsamkeit!) sowie schamanistische und esoterische Praktiken. Neo-schamanische Praktiken und ihr angebliches Wissen aus höheren, unsichtbaren Parallelwelten haben in Europa in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen. Mittels Trancetechniken sollen Informationen aus der unsichtbaren Welt der Ahnen und Geister zugänglich sein und durch rituelle Handlungen in der Gegenwart wirksam werden.

Bei spirituellen Lebenshilfe-Angeboten sollen mithilfe einer Energie oder Geisteskraft Heilkräfte verfügbar gemacht werden. Medizinhistorikern zufolge kommt das Energiekonzept eines Fluidums, Chi oder Prana, das sich einer wissenschaftli-

chen Erfassung und Erklärung entzieht, in über 100 verschiedenen Kulturen vor. Man stellt sich einen „feinstofflichen“ Körper vor, ein den materiellen Körper umgebendes geistiges Kraftfeld, auf das heilend eingegriffen werden kann. Dabei werden die Grenzen zwischen Materiellem und Geistigem bewusst überschritten. In kleineren weltanschaulichen Milieus von spiritistischen Geistheilern, Vertretern anthroposophischer Medizin, neo-hinduistischen Deeksha-Energieüberträgern, Satsang-Meistern oder Anhänger des Bruno-Gröning-Freundeskreises wird auf Heilungspraktiken verwiesen, die auf spezifischen esoterischen Geistverständnissen fußen.

Im Anschluss an die Psychologin Heike Dierbach (2009) sind Methoden des esoterischen Psychomarkts dadurch gekennzeichnet, dass sie nur kurzfristig wirken und ihre Techniken mehr schaden als nützen. Als typische Merkmale nennt Dierbach das Versprechen, alle seelischen Beschwerden könnten endgültig verschwinden. Die Anbieter verfügen in der Regel nicht über eine fachliche Ausbildung; zudem arbeiten die Methoden mit magisch-suggestiven Techniken. Wenn sie doch nicht helfen, ist der mangelnde Glaube des Patienten schuld. Die Angebote der Psychoszene bedienen Bedürfnisse der zeitgenössischen Gesellschaft, deren Mitglieder unter Vereinsamung und Sinnlosigkeit leiden.

Glaubensüberzeugungen und religiös-spirituelle Rituale bergen ein großes Potential an Bewältigungskraft, Trost und Hoffnungsspende. Diese Ressourcen sind zur Bewältigung jeglicher Krisensituation sehr gefragt. Sie erschließen sich jedoch nicht wissenschaftlich, sondern erst im gläubigen Vollzug. Vertrauen kann man nicht verordnen, sondern nur vorleben. Will man als Berater oder Therapeutin diesen Bereich in seiner Tätigkeit mit einbeziehen, sollte dies offen mitgeteilt werden. Dann ändert sich jedoch die Beziehungsdynamik – aus einer fachlichen Beratung wird eine spirituelle Heilung, in der häufig Rituale eingesetzt werden.

## Heilung durch den Guru?

Bei aller populären Euphorie um die Gesundheitseffekte der Spiritualität darf das Missbrauchspotenzial der Religionen nicht vergessen werden. Es gibt zahlreiche Patienten, die durch eine repressive religiöse Sozialisation seelischen Schaden genommen haben. Auch die Mitgliedschaft in religiösen Sekten geht häufig mit pathologischen Auffälligkeiten einher (Kapfhammer, 2008). Wenn dieser Bereich in der Behandlung tabuisiert wird und der Therapeut darüber nicht informiert ist, sind Fehlinterpretationen kaum zu vermeiden.

Während fachliche Beratung und Psychotherapie sich als Hilfe zur Selbsthilfe verstehen, die Autonomie des Patienten stärken und sich selber möglichst bald überflüssig machen möchten, machen sich erleuchtete Meister oder „hellsichtige“ Medien durch ihre Einzigartigkeit und die Behauptung, ihre Persönlichkeit mit allen menschlichen Schwächen und Fehlern hinter sich gelassen zu haben und die Wirklichkeit umfassend verstehen und erklären zu können, unverzichtbar. An den riesenhaften Erwartungen erleuchtungssüchtiger AnhängerInnen und den narzisstischen Versuchungen der Guru-Rolle sind schon viele religiöse und spirituelle Meister gescheitert (Pörksen 2000). Die Übergänge zwischen einer Pseudo-Mystik zur Erfüllung egoistischer Motive eines Meisters und echter Mystik zur spirituellen Weiterentwicklung eines Ratsuchenden sind fließend und nicht leicht zu treffen. Genaue

Fallstudien, wie die des französischen Psychiaters Jean Lhermittes (1953) oder der Psychologin Katharina Kluitmann (2009), sind nötig, um mit psychologischen Mitteln echte und falsche Mystiker in der eigenen Glaubensfamilie zu unterscheiden. Wegen der hohen Opferzahlen und des großen Missbrauchspotentials sollten hier aber sorgfältig Unterscheidungen getroffen werden (Utsch 2012).

In einem religiösen oder spirituellen Weltbild werden dem Therapeuten großes Vertrauen und spezifische, übermenschliche Heilserwartungen entgegengebracht. Für den Schamanismus hat das in klassischer Weise Walsh (2005) beschrieben, für den Hinduismus Kakar (2006), für den Buddhismus Weischede und Zwiebel (2009). Die fünf populärsten, in den USA verbreiteten Ansätze christlicher Psychotherapien werden in dem Band von Johnson (2010) anschaulich dargestellt.

Dem Heiler wird in allen religiösen Systemen bedingungslos vertraut. Er gilt als Mittler der höheren Wirklichkeit, aus der er oder sie spirituelle Heilkräfte verfügbar machen kann – absolute Hingabe vorausgesetzt. Der spirituelle, eingeweihte Heiler setzt in der Regel bestimmte Rituale seiner Tradition ein, um besondere Wirkungen zu erzielen. Um das therapeutische Arbeitsbündnis zu stärken, fordern manche Lehrer besondere Vertrauensweise, die unter dem Stichwort „verrückte Weisheit“ von sich reden gemacht haben (Feuerstein 1996). Zutreffend beschreibt Werner Huth (1988, S. 277): „Die Macht des charismatischen Führers besteht zu allererst darin, dass er für den Geführten – wie eine ‚eierlegende Wollmilchsau‘ – die unterschiedlichsten Aspekte in sich vereint. Vor allem muss seine Person ... in aller Reinheit erstrahlen. So wird er zur vollkommenen Personifikation vor allem der Verlässlichkeit, so wie es die idealisierte Elternfigur für das Kleinkind war“. Zu einem ganz ähnlichen Fazit kommt Sudhir Kakar (2006, S. 287): „Wesentlicher psychotherapeutischer Faktor bei der Heilung durch die Gurus ist die emotionale Beziehung des Patienten ... In der Identifizierung mit dem Guru nimmt der Patient idealisierte Bilder in sich hinein, die er als echte und wertvolle Ergänzungen seiner eigenen Persönlichkeit empfindet“. Diese Einschätzung wird auch von Mariana Caplan (2011) in ihrem neuen Buch geteilt. Der gut lesbare Band wird durch Interviews mit spirituellen Lehrern unterschiedlicher Religionen und Traditionen, u.a. mit Ram Dass, Charles Tart oder Georg Feuerstein, ergänzt. Die Yoga-Lehrerin unterrichtet am kalifornischen Institut für Transpersonale Psychologie und zeigt hier sehr praxisbezogen die Abwege der Meister-Schüler-Beziehung auf. Trotz der Gefahren plädiert die Autorin, die selber viele Jahre Schülerin von Lee Lozowick (1943–2010) war, eindringlich für verantwortliche spirituelle Führung, ohne die spirituelles Wachstum erlahme.

Spirituelle Führung ist eine etablierte Begleitungsmethode im klösterlichen Kontext aller Religionen. Abt oder Äbtissin bzw. erfahrene Weise geben Novizen Ratschläge und persönliche Unterweisung auf ihrem spirituellen Weg. In den beiden großen Kirchen in Deutschland erlebt die klassische Seelsorgeform „Spirituelle Begleitung“ seit einigen Jahren eine große Nachfrage. Nach Jahrzehnten einer häufig psychologisierenden Seelsorge steht heute stärker die Vertiefung der individuellen Gottesbeziehung im Zentrum (Utsch 2011).

Im Zeitalter des Internet ist auch die Rolle der Medien besonders zu berücksichtigen. Neben Werbeseiten und Anhänger-Blogs gibt es Aussteiger-Seiten, Betroffenen-Initiativen und Lobbygruppen, die von generellem Skeptizismus bis zu unkriti-

scher Euphorie reichen. Sich vor dem Hintergrund dieses Spektrums ein realistisches Bild zu machen, ist nicht einfach. Bei einem angeblich spirituellen Skandal empfiehlt Mariana Caplan (2011, S. 289ff.) beispielsweise, folgende vier simplen Dinge zu prüfen, um die Konfliktlage besser zu verstehen: Haben der spirituelle Meister und die Betroffenen miteinander über den Konflikt geredet, bevor er an die Öffentlichkeit gelangte? Wurden gemeinsam objektive Tatbestände gegenüber den Vorwürfen festgehalten? Haben beide Seiten Versuche der Heilung und des Verzeihens unternommen? Sind die Vorwürfe sachlich und ohne Polemik vorgebracht worden, oder fielen sie zynisch, herablassend und arrogant aus? Diese Fragen können klären helfen, welche Motivation zu einer Berichterstattung über einen angeblich spirituellen Skandal führte. Bei der unübersichtlichen Vielzahl spiritueller Wege und Methoden ist allerdings der Bedarf an sachlicher Information und Hintergrundwissen enorm hoch. Für Ratsuchende sind hierbei besonders die transparente Perspektive und der eindeutige Standpunkt des Ratgebenden wichtig und hilfreich. Staatliche Stellen wie das „Sekten-Info NRW“ in Essen oder kirchliche Stellen wie die „Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW)“ in Berlin werden als seriöse Informationsquellen geschätzt, weil sie aufgrund ihrer langjährigen Erfahrungen differenzierte sachliche Informationen bereitstellen. Falls darüber hinaus eine kirchliche oder theologische Einschätzung von Interesse ist, wird das deutlich von der sachlichen Information unterschieden und bei Bedarf mitgeteilt.

### Plädoyer für eine interne Qualitätssicherung

Ohne Zweifel wirken Religiosität oder Spiritualität nicht grundsätzlich gesundheitsförderlich. Zahlreiche Erfahrungsberichte erzählen von übergriffigen Verhaltensweisen religiöser Gruppenleiter oder von der lebensfeindlichen Ethik weltflüchtiger Sekten (Utsch, 2009). Offenbar können nur diejenigen Menschen von der Bewältigungskraft religiösen Vertrauens profitieren, die ein positives Gottesbild verinnerlicht haben (Unterrainer, 2010). Die Chiffre „Gott“ kann erst dann zu einer hilfreichen therapeutischen Ressource werden, wenn sie mit emotionalen Qualitäten wie mütterlicher Zuwendung, bedingungslosem Angenommensein oder voraussetzungsloser Unterstützung verbunden ist.

Derartig wohlthuende und stabilisierende religiöse Erfahrungen sind aber heute eher selten anzutreffen. Weitaus größer dürften zwei Gruppen von Menschen sein, für die Religiosität kein zentrales oder wohlthuendes Lebensthema darstellt. Zum einen ist die Gruppe der Indifferenten und A-Religiösen zu nennen, die ohne kirchliche oder religiöse Sozialisation aufgewachsen sind. In ihrem Alltag spielen religiöse Erfahrungen keine Rolle und sind deshalb gleichgültig. Die zweite Gruppe umfasst Menschen, deren Glaube primär mit negativen Gefühlen verbunden ist. Die emotionale Ablehnung beruht häufig auf den schlechten Erfahrungen einer repressiven religiösen Erziehung. Umso erstaunlicher ist es, dass nach wie vor fundamentalistische Gruppen verschiedenster Couleur Menschen in ihren Bann ziehen. Als ein maßgeblicher Grund dafür ist anzunehmen, dass die Mitgliedschaft in einer fundamentalistischen Gruppe eine gewisse innere Stabilisierung als persönlichen Nutzwert mit sich bringt. Will sich das einzelne Mitglied jedoch danach weiterentwickeln und von der Gruppe lösen, stellen sich häufig Probleme ein. Auch heute müssen Menschen noch

professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, um sich von moralischem Druck zu befreien, ihre Sektenvergangenheit zu verarbeiten und sich selbstbewusster und freier entfalten zu können.

Die Zeiten einer christlichen Deutungshoheit auf dem „Markt der Sinnanbieter“ sind längst vorbei. Dennoch hat das christliche Welt- und Menschenbild maßgeblich die freiheitlich-demokratischen Kultur in Europa geprägt. Die Menschenwürde und die Religionsfreiheit sind hohe Werte in unserer Gesellschaft, für die sich die Kirchen weiterhin einsetzen werden. Deshalb werden kirchliche Sekten- und Weltanschauungsbeauftragte seit jeher intensiv zur religiösen Aufklärung und für einen religiösen „Verbraucherschutz“ in Anspruch genommen. So wie es bundesweit qualifizierte Beratungsangebote zu Erziehungsfragen, Lebenskrisen, Konflikte im Zusammenhang mit einer Schwangerschaft, Suchtproblematik, Überschuldung u. a. gibt (siehe [www.evangelische-beratung.info](http://www.evangelische-beratung.info)), informieren und beraten kirchliche Weltanschauungsbeauftragte bei konflikträchtigen religiösen oder spirituellen Angeboten. Aktuelle gesellschaftliche Trends machen es nötig, weiterhin aufmerksam mögliche „Versektungs“-Tendenzen in Gruppen im Auge zu behalten. Zum einen ist religiöse Zugehörigkeit oder spirituelle Beheimatung heute nicht mehr selbstverständlich, sondern abhängig vom eigenen Suchen und Ausprobieren. Diese Vielfalt an religiösen Gruppen und Gemeinschaftsangeboten bedeutet eine Chance, die aber nur dann genutzt werden kann, wenn genügend Selbstsicherheit und Autonomie vorhanden sind. Denn etliche Menschen fühlen sich von der Optionsvielfalt überfordert und suchen einfache, klare Antworten in geordneten Strukturen. Ob man die Bereiche von Bildung oder Personalentwicklung, Coaching oder Alternativmedizin anschaut: Auch im 21. Jahrhundert gibt es einen erstaunlich hohen Bedarf an Gurus, Meistern und Erleuchteten (Hemming, Kick & Schäfer, 2008).

Deshalb wurden bei kirchlichen Sektenbeauftragten in den letzten Jahren relativ häufig Gruppen um Satsang-Meister, astrologische Lebensberatung (Quaestico), spirituelle Lebensberatung wie „Weg ins Licht“ (Eickermann) oder die „Transformationstherapie“ „Eickermann“, Engel-Ratgeber, Channel-Medien oder die Qualität bestimmter Yoga-Schulen oder schamanischer Ausbildungen nachgefragt. Trotz einer guten Vernetzung ist die Qualität für Außenstehende nur begrenzt einzuschätzen. Deswegen ist es sehr zu begrüßen, dass Initiativen für interne Qualitätskontrollen gestartet wurden. Das Schüler-Lehrer-Verhältnis ist ein klassischer Fallstrick religiöser und spiritueller Gruppen. Dieses heikle Thema beschäftigt nicht nur die katholische Kirche, die in Deutschland jüngst eine externe Experten-Kommission zur Ursachenerforschung der Missbrauchsvorfälle eingesetzt hat. Auch der spirituelle Lebenshilfe-Markt ist davon betroffen. Kürzlich wurde bekannt, dass der Zen-Meister Genpo Roshi, der auch in Deutschland mit seinem Therapieprogramm des „Big-Mind“-Prozesses bekannt wurde, Ende letzten Jahres (mit 77 Jahren) wegen sexueller Verfehlungen sämtliche Ämter – auch die als Abt eines buddhistischen Klosters – niedergelegt hat.

Qualitätskontrollen für spirituelle Lehrer sind also wichtig. So will das „Integrale Forum“ Menschen verbinden, die gemeinsam an der Anwendung und Weiterentwicklung des von Ken Wilber entwickelten Ansatzes einer evolutionären Spiritualität arbeiten. Vor zwei Jahren hat der Vorstand dieses Vereins ein Positionspapier veröffentlicht, in dem Qualitätskriterien der Kompetenz, Integrität, Verantwortung

und Transparenz von spirituellen Lehrerinnen und Lehrern beschrieben wurden. Zur Beurteilung werden sowohl eine Selbstauskunft des Lehrers (biographische Transparenz, psychologisch-wissenschaftliche Kompetenzen, eigene Praxis) sowie Fremdeinschätzungen (organisatorische Transparenz, öffentliche Meinung, Dialogfähigkeit) herangezogen. Die Ausführungen betonen die Notwendigkeit einer „freiwilligen Selbstverpflichtung“: „Lehrer und Schüler sollten über die Ziele und Schritte dieses Entwicklungsprozesses eine Vereinbarung treffen, auf die sie bei Konflikten immer wieder zurückgreifen können“. Relativ selbstkritisch wird bei manchen spirituellen Lehrern eine „komplette Rationalitätsfeindlichkeit“ kritisiert. Erst durch Transparenz, Dialogbereitschaft, Offenheit und Wissenschaftlichkeit könne hier mehr Klarheit und Vertrauen geschaffen werden.

Erfreulicherweise hat dieses Papier eine Diskussion in Gang gebracht. In der Ausgabe 28 des Online-Journals „integral informiert“ haben darauf acht spirituelle Lehrer reagiert, unter anderem die Satsang-Lehrer Andrew Cohen und Thomas Hübl, ein anthroposophischer Lehrer, eine Sufi-Meisterin und ein Schüler von Willigis Jäger. Die Stellungnahmen fallen sehr unterschiedlich aus, unterstützen aber im Grundsatz die Notwendigkeit der Qualitätskontrolle. Allerdings wird auch deutlich, dass manche ihre spirituelle Kompetenz nicht hinterfragt wissen wollen, sondern in erster Linie selbstverantwortliche Schüler erwarten (Thomas Hübl). Der Vorstand des „Integralen Forums“ erhofft sich, durch eine „Schule integraler evolutionärer Spiritualität“ einen Qualitätsstandard zu schaffen, um den Gefahren des Machtmissbrauches zu wehren. Vielleicht wäre es hilfreich, auch diesbezügliche Erfahrungen traditioneller Spiritualität sowie ebenfalls externe Experten mit einzubeziehen.

Nicht nur die unrealistischen Versprechen eines Anbieters, auch die oft überhöhten Erwartungen an eine religiöse oder spirituelle Gruppe können über Enttäuschungen hinaus bis hin zu krankmachenden Folgen führen. Gerade in Zeiten persönlicher Instabilität, eines beruflichen Wechsels oder einer Lebenskrise darf der Nutzwert eindeutiger Antworten und klarer Strukturen nicht übersehen werden, den eine straff organisierte Gruppe bieten kann. Besonders auf dem esoterischen Lebenshilfemarkt ziehen auch heute noch viele Meister und spirituelle Lehrer Menschen an, die mit ihren einfachen Lösungsvorschlägen die Sehnsucht nach Sicherheit und Führung perfekt bedienen. In den letzten Jahren ist deshalb deutliche Kritik am Machtmissbrauch in psycho-spirituellen Gruppen geübt worden (Scharfetter 1999, Doerne 2009). Spiritualität, so wurde nachgewiesen, hat in manchem Gruppenleiter zum Ausleben seiner egoistischen Motive gedient. Gerade Jugendliche und junge Erwachsene sind dabei anfällig für Idealisierungen und Ideologien.

Das Gegenstück zur Sehnsucht nach Unterwerfung bilden Menschen, die es als machthungrige Gruppenleiter verstehen, diese Bedürfnisse zu bedienen und darüber hinaus auch noch nazistischen Profit daraus zu ziehen (Walach 2000). Gerade unter dem Deckmantel der Religion lässt sich der Machtmissbrauch in Organisationen gut verschleiern. Nicht erst die skandalösen Fälle sexuellen Missbrauchs, besonders in der katholischen Kirche, weisen darauf hin (Funke 2010). Deshalb ist es beispielsweise sehr zu begrüßen, dass der Vatikan seit kurzem zur Eignungsprüfung ihrer Priesteramtskandidaten Psychologen einsetzt. Interne Supervision, demokratische Strukturen und zeitliche Begrenzungen der Posten können helfen, derartige Gefahren pathologischer Religiosität einzudämmen.

## Religiosität aus entwicklungspsychologischer Sicht

Entwicklungspsychologische Studien haben sowohl lebensdienliche als auch belastende Wirkungen der Religiosität identifiziert. Jugendliche, die Religion und Spiritualität als lebensrelevant einschätzten, griffen seltener zu Drogen und Alkohol, wurden seltener delinquent und nahmen die Entwicklungsaufgabe der sexuellen Intimität später in Angriff. Sie waren stärker an Tugenden der Selbstkontrolle und Leistungsorientiertheit gebunden, weniger aggressiv und stärker prosozial eingestellt. Der Handbuchartikel von Bucher und Oser (2008) weist allerdings auch auf problematische religiöse Entwicklungsverläufe hin. Häufig ziehe der Beitritt zu neureligiösen Gruppierungen ambivalente Wirkungen nach sich. Durch ein religiös-spirituell verändertes Selbstbild konnten manche neuen Mitglieder positive psychische Effekte durch die Gruppenzugehörigkeit erzielen (Murken und Namini 2004). Das intensive Zugehörigkeitsgefühl, klare Wert- und Handlungsorientierungen sowie das in der Gruppe vermittelte Sinndeutungsmodell dienten manchen labilen Menschen als Bewältigungshilfe. Allerdings können Entwicklungsverläufe auch gestört und blockiert werden, wenn Personen „mit einer Gruppe symbiotisch verschmelzen, sich blind einem Meister unterordnen, ihre Individualität aufgeben und ein dualistisches Weltbild entwickeln, gemäß dem alle Außenstehenden moralisch verwerflich sind und in der baldigen Apokalypse zugrunde gehen“ (Bucher und Oser 2008, S. 155).

Durch die Arbeiten der Enquete-Kommission „Sogenannte Sekten und Psychogruppen“ des Deutschen Bundestages hat sich das Erklärungsmodell der Kult-Bedürfnis-Passung durchgesetzt. Demnach können die Angebote religiöser Gemeinschaften Antworten auf individuelle und soziale Lebensprobleme und Sinnfragen bieten. Ob sich diese positiven Wirkungen allerdings wirklich einstellen, hängt vom „Ausmaß der Passung zwischen dem jeweiligen Gruppenangebot mit seinen spezifischen Lehrinhalten, Strukturen und vermittelten Erfahrungen und der individuellen Persönlichkeitsstruktur, geprägt durch Prädispositionen, biografische Erfahrung und aktuelle Lebenssituation“ zusammen (Murken und Namini 2004, S. 155). Die Mitgliedschaft in einer neureligiösen Gruppe kann also zeitweise positive Effekte haben, wenn spezifische persönliche Bedürfnislagen vorhanden sind.

Andererseits belegen viele Erfahrungsberichte ehemaliger Sektenmitglieder, dass sich das Verhältnis von Bewältigungsnutzen und Unterdrückungserleben im Laufe der Gruppenzugehörigkeit massiv zum Negativen hin veränderte. Diente die Gruppenidentität zunächst der Bewältigung einer bestimmten Lebenskrise, wuchs im Laufe der Gruppenzugehörigkeit das erlebte Ausmaß von Unterdrückung so extrem, dass der Ausstieg unvermeidlich wurde (Hemminger 2003). Bis heute werden dabei zu wenig die gravierenden Unterschiede zwischen einem in einer religiösen Gruppe aufgewachsenen Mitglied und einem Neu-Konvertiten berücksichtigt. Der Veränderungsprozess eines zeitlichen Lebens von einer neureligiösen Gemeinschaft geprägten Mitgliedes scheint um ein Vielfaches schwieriger zu sein als der Ausstieg eines Konvertiten.

Im Extremfall können eine radikale Ideologisierung, das ausschließliche Schwarz-Weiß-Denken und andere gruppenspezifischen Mechanismen bis zu religiös motivierter Gewalt führen. Aus psychiatrischer Sicht hat kürzlich Kapfhammer (2008) die wahnhaftige Religiosität in religiösen Gruppierungen am Beispiel von apokalypti-

scher Suizidalität und Gewalt beschrieben. Dabei führt er die Merkmale des charismatischen Führers mit seinen Methoden der Suggestion, Indoktrination und Kontrolle an, der mit Hilfe einer apokalyptischen Weltdeutung die Gruppenmitglieder bis zum äußersten motivieren könne.

Aus psychoanalytischer Sicht kann der destruktive Einfluss fehlgeleiteter religiöser Sehnsüchte bestätigt werden. Wenn Glaubensinhalte aufgrund der Sehnsucht nach einer idealen Welt vorwiegend emotional vertreten und nicht mehr rational geprüft würden, kann nach Einsichten des Psychoanalytikers Winfried Ruff (2005, S. 51) ein fanatischer Glaube mit dem Ziel entstehen, „alles Böse in der Welt zu bannen, damit es sich nicht mehr in inneren oder äußeren Katastrophen auswirken kann“. Im Rückgriff auf psychoanalytische Entwicklungsmodelle zeigt Ruff überzeugend auf, wie blindes Vertrauen in abhängigen Beziehungen mit wachsender Lebenserfahrung zu gläubiger Hoffnung in Eigenständigkeit heranreifen kann. Hier fällt dem Zweifel die wichtige Funktion der Realitätsprüfung zu: „Indem der Mensch seinen ... Glauben aufgrund seiner immer wiederkehrenden Zweifel jeweils auf seine Vernünftigkeit hin beurteilt, entwickelt er eine Haltung von gläubiger Hoffnung“ (ebd., 50). In sektiererischen Gruppen würden jedoch der religiöse Führer idealisiert und seine Lehre ideologisiert, um den Glauben an eine absolute Wahrheit mit Gewissheit und Sicherheit festhalten zu können. Die reife gläubige Hoffnung hingegen zeichne sich dadurch aus, dass sie Zweifel zulasse und dennoch zu einem Handeln aus gläubiger Zuversicht motiviere.

Selbst freudianische Psychoanalytiker, früher in der Regel Verfechter radikaler Religionskritik, gehen also heute unbefangener und konstruktiver mit religiösen Glaubensüberzeugungen ihrer Klienten um. Die moderne psychoanalytische Bindungsforschung bezieht nämlich im Selbstwertungsprozess der Seele auch Beziehungen zu einem transzendenten Gegenüber ein. Weil der christliche Glaube im Kern ein Beziehungsgeschehen darstellt, ergeben sich hier fruchtbare Dialoge. So kann überprüft werden, ob der Kommunikationstyp zum Glaubensstil passt. So wie sich unsere Persönlichkeit lebenslang weiterentwickelt, verändert sich auch der Glaube mit seinen Gottesbildern und Frömmigkeitspraktiken. Wenn das Persönlichkeitswachstum und die Glaubensentwicklung gemeinsam betrachtet werden, können reife und unreife Formen von Glaubensvollzügen plausibel unterschieden werden.

Die Bindungsforschung weist darauf hin, dass die Übergänge zwischen fundamentalistischer Rechthaberei und erwartungsvollem Hoffen fließend sind. Aus psychoanalytischer Sicht lässt sich besonders der destruktive Einfluss fehlgeleiteter religiöser Sehnsüchte nachweisen. Dabei kommt der Vermittlung von Idealen und Leitbildern eine Schlüsselstellung zu. Wenn Glaubensinhalte aufgrund der Sehnsucht nach einer idealen Welt emotional gepuscht werden und keine rationale Prüfung mehr durchlaufen, kann leicht ein fanatischer Glaube entstehen. Als Ziel lockt das Versprechen, alles Böse in der Welt zu bannen, um den belastenden inneren Spannungen und Ambivalenzen endgültig zu entfliehen. Eine religionspsychologische Untersuchung von Entwicklungsverläufen bekannter religiöser Persönlichkeiten zeigte, wie blindes Vertrauen in einer frühen Lebensphase, die von abhängigen Beziehungen bestimmt war, mit wachsender Lebenserfahrung zu gläubiger Hoffnung in Eigenständigkeit heranreifen kann (Bucher 2002). Hier fällt dem Zweifel die

wichtige Funktion der Realitätsprüfung zu. Indem der Mensch seinen Glauben aufgrund seiner immer wiederkehrenden Zweifel jeweils auf seine Vernünftigkeit hin beurteilt, kann sich eine Haltung von gläubiger Hoffnung entwickeln. In sektiererischen Gruppen werden hingegen religiöse Führer idealisiert und ihre Lehren ideologisiert, um den Glauben an eine absolute Wahrheit mit Gewissheit und Sicherheit festhalten zu können. Die reife gläubige Hoffnung hingegen zeichnet sich dadurch aus, dass sie Zweifel zulässt und dennoch zu einem Handeln aus gläubiger Zuversicht motiviert. Die psychoanalytische Bindungstheorie ist ein viel versprechendes Erklärungsmodell, das lebensdienliche und krankmachende Aspekte der Religiosität unterscheiden kann, und wird deshalb von der Pastoral- und Religionspsychologie neu aufgegriffen (Heine 2007).

### Religionsmissbrauch in Sekten und Psychogruppen

Konfliktträchtige religiöse Gruppierungen konstituieren sich regelmäßig über eine charismatische Führerpersönlichkeit. Durch ihn oder sie erfährt die Gruppe ihre entscheidende ideologische Ausrichtung. Die damit verbundenen Phänomene einer autoritären Persönlichkeitsstruktur, faschistoider Dynamiken und fundamentalistischer Weltdeutungen sind in der letzten Zeit präzise beschrieben worden (Grom 2007, S. 272-289). Bevorzugtes Steuerungsmittel ist der soziale Druck innerhalb einer Gruppe, der durch Verunsicherung der Mitglieder, ihre Isolation und Kontrolle geschürt wird. Für das Ausmaß des sozialen Drucks gibt es ein ziemlich klares Erkennungsmerkmal: Die Autoritätshörigkeit einer Gruppe kann leicht daran abgelesen werden, wie mit sachlich vorgetragener Kritik umgegangen wird.

Die Gruppendynamik einer Gemeinschaft ist durch das Herbeiführen intensiver Gemeinschaftserlebnisse leicht steuerbar. Durch laute Musik und ein bestimmtes Setting kann das Erleben der Gruppe so überwältigend wirken, dass Teilnehmer mit ihr symbiotisch verschmelzen und ihre Individualität zumindest zeitweise aufgeben. Pathologisierend wirkt Gruppenspiritualität auch dann, wenn strikt zwischen Insidern und Outsidern, zwischen Erleuchteten und Verlorenen unterschieden wird. Aus der Gruppe verstoßen zu werden, wird schlimmstenfalls mit dem Sterben gleichgesetzt (Wilber 1995).

Besonders gefährlich ist eine apokalyptisch-endzeitliche Ausrichtung der Gruppe. Immer noch erschütternd ist der Massensuizid, bei dem Jim Jones, der Gründer des „Peoples Temple“, im Jahr 1978 über 900 seiner Anhänger im Urwald von Guyana in den Tod führte. Die Angehörigen des Sonnentempelordens rechneten mit dem baldigen Weltuntergang, bevor es 1994/1995 zu 53 simultanen Suiziden in Kanada und in der Schweiz kam (Kapfhammer 2008). Im Jahr 1997 begingen 39 Mitglieder des UFO-Kults Heaven's Gate durch Autoabgase Suizid. In der Regel findet bei solchen Gruppen ein totaler Rückzug aus der sozialen Umwelt statt. Man sieht sich einem universellen Bösen gegenüber, das in die soziale Außenwelt platziert wird.

Ein amerikanischer Mathematiker hat unter Anwendung einer Kult-Checkliste versucht, das Gefährdungspotenzial verschiedener Psychogruppen zu gewichten. Sie unterscheidet die folgenden 15 Faktoren, die jeweils zwischen „sehr niedrig“ (1) und „sehr hoch“ (10) zu gewichten sind:

1. Interne Kontrolle: Wie viel Macht übt der Gruppenleiter auf die Mitglieder aus?
2. Wahrheitsanspruch: Sind Lehre und heilige Schriften unanfechtbar?
3. Zugeschriebene Weisheit: Wie viel Vertrauen setzen die Mitglieder in ihren Leiter?
4. Dogma: Starrheit der Realitätskonzepte, Fundamentalismus
5. Rekrutierung: Wie wichtig ist die Anwerbung neuer Mitglieder?
6. „Front“-Gruppen: Anzahl versteckter Ableger, die andere Namen als den der Hauptgruppe benutzen
7. Materialismus: Wie viel Wert wird auf Spenden der Mitglieder gelegt?
8. Politische Macht: Wie viel politische Macht sucht oder hat die Gruppe?
9. Sexuelle Manipulation: Inwieweit wird die Sexualität der Mitglieder kontrolliert?
10. Zensur: Wie viele externe Meinungen über die Gruppe sind zulässig?
11. Aussteigerkontrolle: Werden Mitglieder vom Ausstieg aus der Gruppe zurückgehalten?
12. Gewalt: Arbeitet die Gruppe oder der Leiter mit Gewalt?
13. Verschwörungstheorien: Werden reale oder imaginäre Feinde gefürchtet?
14. Humor: Sind Witze über die Gruppe, ihre Lehre und ihren Leiter möglich?
15. Willensaufgabe: Wird den Mitgliedern weisgemacht, für ihre Entscheidungen nicht verantwortlich zu sein?

Dieses Bewertungsschema wurde nun an vier Gruppen angelegt, die der Autor aus persönlichem Erleben und aus der Literatur kannte. Nach einer exakten Auswertung der einzelnen Kategorien geht von der Scientology-Organisation eine hohe Kultgefahr aus. Dem Avatar-Training attestiert Benjamin eine mittlere Kultgefahr, während er „Gespräche mit Gott“ als neutral bewertet. Die 15 Faktoren der Kult-Checkliste decken wesentliche sozialpsychologische Mechanismen auf, mit denen spirituelle Leiter ihre Gruppe leicht steuern können.

Eine Münchner Heilpraktikerin hat kürzlich ebenfalls anhand verschiedener entwicklungspsychologischer Theorien versucht, Kriterien zur Einschätzung und Auseinandersetzung mit psychospirituellen Gruppen zu entwickeln (Doerne 2009). Sie unterscheidet sechs Gefahren:

1. Regressive Tendenzen: Dazu zählen Abwertung und Ausschluss des Verstandes, Idealisierung des frühkindlichen Verschmelzungszustandes als erstrebenswertem Spiritualitätszustand, eine magische und mythische Weltsicht sowie die Fehleinschätzung, Regression als Transformation zu deuten.
2. Sabotage von Entwicklungsprozessen: Unangenehmes und Verdrängtes werden tabuisiert, derartige Erlebnisse und Erinnerungen werden bagatellisiert, ein absolutes Harmoniestreben steht im Vordergrund; durch Extremerfahrungen werden die psychischen und physischen Schmerzgrenzen überschritten; die persönliche Entwicklung wird auf den transpersonalen Fortschritt beschränkt.
3. Stärkung des Narzissmus: Spirituelle Erfahrungen werden als persönliche „Leistung“ beurteilt.
4. Gemeinschaft über alles: Individualität und Würde des Einzelnen werden den Gruppeninteressen unterstellt, Rückzug vor der Außenwelt und Förderung von Exklusivitätsdenken.

5. Ungleichgewicht zwischen transzendenter und weltlicher Orientierung: Alles Transzendente wird überbetont; die Lebenshaltung ist weltabgewandt, eigene Gefühle und Bedürfnisse werden verdrängt, die Eigenverantwortung wird vernachlässigt.
6. Verflachte Interpretationen spiritueller Inhalte und Erfahrungen: Einzelne Aspekte eines Lehrsystems werden zum Dogma bzw. zur sicheren Wahrheit erhoben, ein persönlicher Handlungsspielraum sowie individuelle und kollektive Verantwortung hergeleitet; bedingungslose Hingabe an den Meister ist Pflicht.

Diese Kriterien machen deutlich, dass ein spiritueller Führer die Gruppe seiner Anhänger relativ leicht manipulieren kann. Die Kontrollmechanismen demokratischer Strukturen in einer Organisation sind hier ein wirksamer Schutz vor einem Machtmissbrauch, die keinesfalls aufgegeben werden sollten.

### Unterwegs zu einer „aufgeklärten Mystik“

Ein zukunftsweisender Weg kann nicht hinter die Errungenschaften der Aufklärung zurückgehen. Deshalb darf der monastische Weg keinesfalls mystifiziert werden. Zu viele Menschen sahen angesichts massiver sozialer Konflikte und anderer Lebensprobleme keinen anderen Ausweg mehr als die Flucht ins Kloster. Dabei haben sie übersehen, dass sie ihre eigene Person mit allen Abgründen, Fehlhaltungen und Neurosen mitgenommen haben. Ohne Zweifel kann die mönchische Klausur selber auch viele seelische Schäden verursachen. Die Angewiesenheit auf einen wohlwollenden Umgang mit sich selber und menschliche Umgangsformen in der Ausnahme-situation sozialer Isolation und frei gewählter Gruppenbindung sind hohe Anforderungen, an denen etliche Personen gescheitert sind.

Deshalb muss in besonderer Weise auf die richtige Auswahl der zölibatär lebenden Menschen geachtet werden. Es war längst überfällig, dass die Bildungskommission des Vatikans seit 2009 vorschreibt, Psychologen in Berufungskommissionen zum Priesteramt einzusetzen. Eine kürzlich durchgeführte Untersuchung an 150 Ordensschwwestern ergab den überraschenden Befund, dass in dieser Gruppe ein aufwändig überprüfbares Maß an „seelischer Reife“ sehr ungewöhnlich verteilt war: Ordensschwwestern im Mittelbereich gab es wenige, dagegen war die Gruppe mit sehr hohen und sehr niedrigen Reifewerten überproportional stark vertreten (Kluitmann 2008). Besonders die zahlenmäßig deutlich am stärksten ausgeprägte Gruppe mit sehr geringen Reifewerten macht deutlich, dass hier ein hoher Handlungsbedarf besteht. Die Einbeziehung psychologischer Kompetenzen zur Eignungsprüfung und Berufsbegleitung ist deshalb sehr zu begrüßen.

#### Literatur

- Auhagen, A.E. (2008): Positive Psychologie. Anleitung zum ‚besseren‘ Leben. BeltzPVU, Weinheim.  
 Benjamin, E. (2005): Spirituality and Cults ([www.integralscience.org/spiritualitycults.pdf](http://www.integralscience.org/spiritualitycults.pdf), Zugriff am 28.7.2011).  
 Bucher, A. (2004): Psychobiografien religiöser Entwicklung. Kohlhammer, Stuttgart.  
 Bucher, A. (2007): Psychologie der Spiritualität. Handbuch. BeltzPVU, Weinheim.  
 Bucher, A., Oser, F. (2008): Entwicklung von Religiosität und Spiritualität. In R. Oeter, L. Montada (Hg.): Entwicklungspsychologie (6. A.). BeltzPVU, Weinheim, S. 607–624.

- Caplan, M. (2011): The Guru Question. The Perils and Rewards of Choosing a Spiritual Teacher. Boulder: Sounds True.  
 Dierbach, H. (2009): Die Seelenpfuscher. Pseudo-Therapien, die krank machen, Rowohlt, Reinbek.  
 Doerne, A. (2009): Ein Leitfaden zur kritischen Auseinandersetzung mit (psycho-)spirituellen Gruppen – am Beispiel der Bhagwan-Bewegung. *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 15/2, S. 19–34.  
 Esch, T. (2012): Die Neurobiologie des Glücks. Thieme, Stuttgart.  
 Feuerstein, G. (1996): Heilige Narren. Über die Weisheit ungewöhnlicher Lehrer. Krüger, Frankfurt.  
 Frank, R. (Hg.). (2011): Therapieziel Wohlbefinden. Ressourcen aktivieren in der Psychotherapie. Springer, Berlin.  
 Gebhardt, W., Engelbrecht, M. & Boehinger, C. (2005): Die Selbstermächtigung des religiösen Subjekts. Der ‚spirituelle Wanderer‘ als Idealtypus spätmoderner Religiosität. *Zeitschrift für Religionswissenschaft* 13, S. 133–151.  
 Grom, B. (2007): Mitgliedschaft in einer spirituellen Gruppe. In ders. *Religionspsychologie*. Kösel, München, S. 272–289.  
 Grom, B. (2009): Spiritualität - die Karriere eines Begriffs: Eine religionspsychologische Perspektive. In E. Frick & T. Roser (Hg.): *Spiritualität und Medizin*. Kohlhammer, Stuttgart, 12–17.  
 Heine, S. (2007): Der Ertrag der Objektbeziehungstheorie für Theologie und Seelsorge. In I. Noth, C. Morgenthaler (Hg.): *Seelsorge und Psychoanalyse*. Kohlhammer, Stuttgart, S. 108–121.  
 Hemminger, H. (2003): *Religionspsychologie. Handbuch für Studium und Praxis*. Herder, Freiburg.  
 Hemminger, H., Kick, A., Schäfer, A. (2008): Ein Land voller Propheten. Neureligiöse und spirituelle Kleingruppen um Medien, Gurus und erleuchtete Meister. *Materialdienst der EZW* 5, 163–172.  
 Huth, W. (1988): Glaube, Ideologie und Wahn. Das Ich zwischen Realität und Illusion. Ullstein, Frankfurt.  
 Illouz, E. (2009): Die Errettung der modernen Seele. Therapien, Gefühle und die Kultur der Selbsthilfe. Suhrkamp, Frankfurt am Main.  
 Johnson, E. (2010) (Ed.): *Psychology and Christianity: Five Views*. Intervarsity Press, Downers Grove.  
 Kakar, S. (2008): Freud lesen in Goa. Spiritualität in einer aufgeklärten Welt. Beck, München.  
 Kapfhammer, H. P. (2008): Religiöser Wahn und wahnhaftes Religiosität in religiösen Gruppierungen. *Persönlichkeitsstörungen: Theorie und Therapie*, 12/2, 123–136.  
 Kluitmann, K. (2008): Die Letzte macht das Licht an? Eine psychologische Untersuchung zur Situation junger Frauen in apostolisch-tätigen Ordensgemeinschaften in Deutschland. Dialog-Verlag, Münster.  
 Leherrnute, J. (1953): *Echte und falsche Mystiker*. Räder, Luzern.  
 Lütz, M. (2004): *Lebenslust. Wider die Diät-Sadisten, den Gesundheitswahn und den Fitness-Kult*. Pattloch, München.  
 Mohr, S. et al. (2006): Toward an Integration of Spirituality and Religiousness into the Psychosocial Dimension of Schizophrenia. *American Journal of Psychiatry*, 163, S. 1–8.  
 Murken, S. & Namini, S. (2004): Selbst gewählte Mitgliedschaft in religiösen Gemeinschaften. In C. Zwingmann & H. Moosbrugger (Hrsg.): *Religiosität: Messverfahren und Studien zu Gesundheit und Lebensbewältigung: neue Beiträge zur Religionspsychologie*. Waxmann, Münster, S. 299–316.  
 Pörksen, B. (2000): Die Abhängigkeit der Gurus. *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 2, 70–83.  
 Ruff, W. (2005): Glauben und seine Heilkraft. *Psychoanalytische Erkundungen zu verschiedenen Glaubensformen, in Wege zum Menschen* 57, 43–54.  
 Taylor, C. (2009): *Ein säkulares Zeitalter*. Suhrkamp, Frankfurt.  
 Unterrainer, H.-F. (2010). *Seelenfinsternis?: Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld*. Waxmann, Münster.  
 Utsch, M. (2001): Ekstase, Erfolg, Erneuerung, Orientierung: Versprechen der Psychoszene. In R. Hempelmann u. a. (Hg.): *Panorama der Religiosität. Sinnsuche und Heilsversprechen zu Beginn des 21. Jahrhunderts*. Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, S. 95–204.  
 Utsch, M. (2005): Religiöse Fragen in der Psychotherapie. *Psychologische Zugänge zu Religiosität und Spiritualität*. Kohlhammer, Stuttgart.  
 Utsch, M. (2009): Religiöse Identitätsbildung. *Entwicklungspsychologische Überlegungen unter besonderer Berücksichtigung christlicher Sondergemeinschaften*. In R. Hempelmann, F. Eissler, M. Utsch & M. Pöhlmann (Hrsg.): *Religionstheologie und Apogetik.* EZW-Text 201, Berlin, S. 47–62.  
 Utsch, M. (2010): *Spiritualität in Medizin und Pflege: Wissenschaftliche Befunde und praktische Impulse*. In Klaus-Dieter Kottnik, Astrid Giebel (Hg.): *Spiritualität und Pflege*. Neukirchener Verlag, Neukirchen, S. 21–33.

- Utsch, M.* (2011): Psychologische Hilfen zur Förderung der spirituellen Entwicklung. In D. Greiner, K. Raschzok, M. Rost (Hg.): Geistlich begleiten. Eine Bestandsaufnahme evangelischer Praxis. Leipzig, S. 106–118.
- Utsch, M.* (2012) (Hrsg.): Pathologische Religiosität. Genese, Beispiele, Behandlungsansätze. Kohlhammer, Stuttgart.
- Verres, R.* (2005): Was uns gesund macht. Ganzheitliche Heilkunde statt seelenloser Medizin. Herder, Freiburg.
- Walach, H.* (2000): Narzissmus-Der Schatten der Transpersonalen Psychologie. *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie* 2, 53–69.
- Wade, N.G., Worthington, E.L., Vogel, D.L.* (2007): Effectiveness of religiously tailored interventions in Christian therapy. *Psychotherapy Research*, 17, 91–105.
- Walsb, R. N.* (2005): Der Geist des Schamanismus. Patmos, Düsseldorf.
- Weischede, G., Zwiebel, R.* (200): Neurose und Erleuchtung. Klett-Cotta, Stuttgart.
- Wigger, S., Murken, S., Maercker, A.* (2008): Positive und negative Aspekte religiösen Copings im Trauerprozess. *Trauma & Gewalt* 2, S. 118–128.
- Wilber, K.* (1995): Das Spektrum des Bewusstseins und Wege der Schulung des Geistes. In ders., B. Ecker, D. Anthony: Meister, Gurus, Menschenfänger. Krüger, Frankfurt am Main, S. 165–196.
- Winter, U. et al.* (2009): The Psychological Outcome of Religious Coping with Stressful Life Events in a Swiss Sample of Church Attendees. *Psychotherapy and Psychosomatics* 78, S. 240–244.
- Worthington, E.* (2010): Coming to Peace with Psychology. What Psychological Science has to offer Theology. IVP.
- Zwingmann, C. et al.* (2006): Positive and negative religious coping in German breast cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine* 29, S. 533–547.

**Summary:** The religious and spiritual traditions have developed different ways to encounter with a non-dual reality. Today on the market place of spiritual counseling many methods to communicate with the Sacred are offered. The paper describes a tendency of spiritualization of psychotherapy using same examples. The author votes for an intern check of quality to hinder guru relationships and charlatans without blaming foreign faith.

**Key words:** Spiritual counselling, guru relationships, charlatans, check of quality

Dr. Michael Utsch  
Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW)  
Auguststraße 80  
10117 Berlin  
Telefon 030 28395-232  
[utsch@ezw-berlin.de](mailto:utsch@ezw-berlin.de)  
[www.ezw-berlin.de](http://www.ezw-berlin.de)

# Bewusstseinswissenschaften

18. Jahrgang, Heft 1, 2012

Editorial		2
<i>Harald Piron</i>	Die Seelenburg von Teresa von Avila und ihre Bedeutung für die Psychotherapie	4
<i>Pia Gyger</i>	Mensch sein – Mensch werden Paradigmenwechsel und Bewusstseinsentwicklung	21
<i>Michael Utsch</i>	Möglichkeiten der Qualitätssicherung auf dem Markt spiritueller Lebenshilfe	30
<i>Ulla Pfluger-Heist</i>	Wer Schmetterlinge lachen hört ... Weisheitsforschung, Chaostheorie und Psycho- Synthese: Weisheit als Lebenskunst	48
<i>Cornelius von Mitschke-Collande</i>	Gestärkt durch die Krise	65
<i>Thomas Yeomans</i>	„Schönheit wird die Welt retten“	79
Rezensionen		89
Veranstaltungsbericht		94
Tagungsankündigungen		98
Die Autoren und Autorinnen dieser Ausgabe		100