Vorwort

Philosophisch oder theologisch begründete Lebenshilfe oder Seelsorge waren die Psychotherapie des Altertums. Das zunächst zögernde, dann aber rasante Auseinanderdriften des religiösen und wissenschaftlichen Weltbildes hat zu einer Spaltung zwischen Seelsorge und Psychotherapie beigetragen. Heute ist – trotz des überwiegend wissenschaftsgeleiteten Handelns – die Wiederkehr des Religiösen in vielen Bereichen unübersehbar.

Das gilt auch und vielleicht in einem besonderen Ausmaß für das stark expandierte Feld von Beratung und Lebenshilfe. Der vorliegende Text setzt mit einer Untersuchung des unterschwelligen Konkurrenzverhältnisses zwischen Psychotherapie und Seelsorge ein. Dieser ungewöhnliche Ausgangspunkt erklärt sich damit, dass zu früheren Zeiten die kirchliche Seelsorge Anlaufstelle und Ort der praktischen Lebenshilfe war. Der Text zeichnet die veränderte Situation nach und skizziert, wie zeitgenössische Lebenshilfe-Angebote die Aufgaben klassischer Seelsorgetraditionen übernommen haben.

Im zweiten Abschnitt wird unter Berücksichtigung gesellschaftlicher Analysen die Spiritualisierung der Psychotherapie erläutert. Durch eine verbreitete Therapeutisierung der Lebenswelt wird heute Gesundheit, Wohlbefinden oder – zeitgemäß ausgedrückt – *Wellness* als ein käufliches Gut dargestellt. Häufig arbeiten diesbezügliche Kurse mit weltanschaulichen Ritualen aus anderen Kulturen. In ungeahntem Ausmaß haben sich Gesundheitsangebote ausgebreitet, die als Schlüssel für Zufriedenheit, Wohlbefinden und Lebensglück eine spirituelle Einstellung und Haltung verantwortlich machen und diesbezügliche Techniken und Programme anbieten. An drei Beispielen wird verdeutlicht, auf welche Weise dort mit existentiellen Fragen umgegangen und die religiös-spirituelle Dimension als ein therapeutischer Wirkfaktor einbezogen wird.

Der dritte Abschnitt fragt schließlich nach den Unterschieden von wissenschaftlich überprüfbarer und weltanschaulich vertrauender Lebenshilfe. Wodurch weicht eine weltanschaulich begründete Methode von einem wissenschaftlichen Verfahren ab? Können Unterschiede zwischen einer therapeutischen und einer spirituellen Haltung ausgemacht werden? Aus psychologischer Perspektive werden zu dieser Fragestellung Grenzen markiert.[1]

---

[1] Die in diesem Text angelegte Spur einer dialogischen Integration von Psychotherapie und Seelsorge und Überlegungen zu den therapeutischen Aspekten der christlichen Spiritualität würden den vorliegenden Rahmen sprengen und bleiben einer für das nächste Jahr geplanten Publikation vorbehalten.

Der vorliegende Text möchte keinesfalls eine positivistische oder gar religionsfeindliche Wirklichkeitsdeutung unterstützen. Im Gegenteil – nach meinen Erfahrungen können sich die wissenschaftliche Psychologie und ein religiöser Glaube gut ergänzen, wenn jeder Bereich seine Zuständigkeit (aner-)kennt und die dadurch feststehenden Grenzen eingehalten werden. Die Psychologie kann sich darin hilfreich erweisen, religiös-spirituelle Glaubensüberzeugungen zu „erden". Häufig tritt bei genauerer Betrachtung nämlich zutage, wie anfällig die menschlichen Auffassungen über die religiös-spirituelle Wirklichkeit für Trugbilder und Wunschvorstellungen sind. Hier kann die Psychologie zu einer kritischen Realitätsprüfung beitragen, indem sie untersucht, ob und wie sich religiös-spirituelles Vertrauen im Alltag auswirkt und bewährt. Andererseits wissen diejenigen, die ihren Alltag aus einer vertrauensvollen religiös-spirituellen Haltung heraus gestalten, um die Gegenwärtigkeit Gottes und die darin enthaltenen Möglichkeiten. Jede authentische religiöse Erfahrung übersteigt aber kausal-psychologische Erklärungen.

Der Text plädiert deshalb für die Unterscheidung und Transparenz zwischen Wissenschaft und Weltanschauung. Bezogen auf das vorliegende Themenfeld gilt es, zwischen einer wissenschaftlich begründeten Heilbehandlung und einer weltanschaulich abgeleiteten Heilsvermittlung zu unterscheiden. Bei einer solchen Grenzziehung können der Psychotherapie und Spiritualität unterschiedliche Ziele, Bedingungen und Methoden zugeordnet werden.

Michael Utsch, im Oktober 2002