

# Der spirituelle Weg und seine Gefahren aus der Sicht der Psychologie und Psychotherapie

Autor(en): **Jacobowitz, Susanne**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Reihe Kriminologie / Schweizerische Arbeitsgruppe für Kriminologie = Collection criminologie / Groupe suisse de travail de criminologie**

Band (Jahr): **14 (1996)**

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1051245>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

SUSANNE JACOBOWITZ

## **DER SPIRITUELLE WEG UND SEINE GEFAHREN AUS DER SICHT DER PSYCHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE**

Dass ein Thema wie das des spirituellen Weges und seiner Gefahren auf einer Kriminologietagung abgehandelt wird, mag auf den ersten Blick erstaunen. In Anbetracht der Gesamthematik, nämlich Sekten, Okkultismus, Grenzgebiete, die sich meistens auf spirituell anmutende Weltanschauungen berufen, und den immer häufiger damit verbundenen kriminellen Erscheinungen, wird das Thema «Spiritualität und seine Gefahren» allerdings sehr relevant.

Wir können im Phänomen der ideologisch fehlgeleiteten, die Gesellschaft schädigenden religiösen Gruppierungen gewissermassen den Schnittpunkt zwischen den Bereichen Kriminalität und Spiritualität erkennen.

Mein Ziel ist es, aus psychologischer und psychotherapeutischer Sicht und aufgrund der Aussagen spiritueller Traditionen einen Bezugsrahmen zu erstellen, der uns erlaubt, die Entstehung von Gefahren auf dem spirituellen Weg in ihren nicht selten kriminellen Aspekten zu verstehen. Wenn in diesem Vortrag von Sekten die Rede ist, so sind damit ausschliesslich solche mit spirituellen oder religiösen Interessen gemeint.

### **Der spirituelle Weg ...**

Wir wollen zunächst ein paar definitorische Überlegungen anstellen. Was ist Spiritualität überhaupt? Im Begriff «Spiritualität» steckt das lateinische Wort «spiritus», was mit «Geist» übersetzt werden kann. Da der Begriff «Geist» aber in unserem Sprachgebrauch einen sehr eingeschränkten Bedeutungsgehalt hat, d.h. nur einen Aspekt des

Menschseins darstellt, wäre es treffender, vom Bewusstsein als solchem zu sprechen (SCHARFETTER, 1991). Spiritualität wäre dann eine bestimmte Haltung des Bewusstseins, die sich am besten charakterisieren liesse als ein Trachten nach dem Ganzen, als ein fortwährendes Hinstreben zum Einen. Spiritualität bedeutet eine Überwindung des eingeschränkten Ich-Bereichs hin zu einem überindividuellen Sein. Dieses Sein ist nicht etwas von der Natur des Menschen Getrenntes, im Gegenteil, es konstituiert den Kern unseres Wesens, es bildet die Substanz unserer wahren Natur. Wir müssen festhalten, dass Beschreibungen wie «das Ganze», «das Eine» oder das «überindividuelle Sein» und ähnliche Begriffe, alle einen Bewusstseinszustand meinen, welcher letztlich undefinierbar ist, über alle Eigenschaftszuweisungen hinausreicht und somit dem Verstand unzugänglich bleibt.

Spiritualität ist insofern religiös, als sie eine subjektive Erfahrung des Heiligen beinhaltet, sie ist aber im Gegensatz zur Religion nicht an eine bestimmte Doktrin gebunden.

Um spirituelles Bewusstsein zu erlangen, haben sich Menschen aus allen Kulturen und Epochen bewusst auf einen nicht immer ungefährlichen Weg begeben, den wir den spirituellen Weg nennen wollen. Dem Entscheid, den spirituellen Weg zu gehen, geht meist eine tief empfundene Sehnsucht nach Selbsttranszendenz voraus. Diese Sehnsucht ist Teil der *Conditio humana*. Der berühmte Psychologe Abraham Maslow glaubte, dass jeder Mensch mit spirituellen Bedürfnissen und einer Sehnsucht nach Selbsttranszendenz geboren wird. Diese Sehnsucht existiert unabhängig von Säkularisierungskräften innerhalb einer Gesellschaft.

Der spirituelle Weg kann als ein in Stadien verlaufender Prozess der Bewusstseinsentwicklung aufgefasst werden. Mit den verschiedenen Stadien sind auch ganz spezifische Krisen verbunden. Solche Krisen stellen erlebnismässig schwierige Phasen seelisch-geistiger Wandlungen dar, die sich emotional, sinnlich, kognitiv und leiblich äussern können. So kann es sein, dass innere Erfahrungen abrupt und störend

in das Alltagsleben einbrechen und den Betroffenen überwältigen. Dies mag Gefühle der Angst und des Kontrollverlustes hervorrufen. Das Erlebte verunsichert, ist schwer zu integrieren (WATSON, 1994). Spirituelle Krisen sind auf dem Weg der Bewusstseinsentwicklung etwas völlig Normales. In allen kontemplativen Traditionen werden klassische Krisen beschrieben. Im allgemeinen wird auch davon ausgegangen, dass sich Krisen schliesslich positiv auswirken und zu einer höheren Bewusstseinsstufe führen, vorausgesetzt, dass sie überwunden werden können. Gewiss können spirituelle Krisen auch gefährlich werden. Wann dies der Fall ist, werden wir später sehen.

Mit zunehmender Bewusstseinsentwicklung unter kompetenter Führung oder im Alleingang verändert sich der Mensch zunehmend in eine Richtung, die er subjektiv als «allmähliches Erwachen» erlebt. Es folgt dann ein Zustand der Erleuchtung, des vollen Erwachens. Wie wird ein derartiger Zustand erlebt? Der Erwachte ist sich einer immerwährenden, unmittelbaren Verbundenheit, ja Einheit mit dem Urgrund bzw. dem Sein aller Dinge gewahr. Dieses Allbewusstsein äussert sich in heiterer, engagierter Gelassenheit, in innerem Frieden, einer ausgeglichenen, ruhigen Freude, tief empfundenem Mitgefühl für alle Geschöpfe und in einer bedingungslosen Liebe gegenüber allen Mitmenschen. Ein Kennzeichen des Erwachten ist, dass er immer in der Gegenwart lebt und allen Dingen liebevolle Achtsamkeit schenkt. Da der Erwachte alle Haftungen überwunden hat, ist er wahrhaft frei.

Dieser Bewusstseinszustand ist kein Abstraktum. Nicht wenige Menschen haben ihn verwirklicht. Die zunehmende Vermarktung von Spiritualität in enger Verknüpfung mit New Age und Okkultismus hat jedoch dazu geführt, dass vermehrt Ziele angestrebt werden, die nur noch sehr wenig zu tun haben mit jenen der kontemplativen Traditionen.

Der spirituelle Weg kann autonom oder heteronom begangen werden (SCHARFETTER, 1991). Im ersteren Fall vollzieht sich der Weg im Alleingang. Oft sind solche Menschen mit keiner bestimmten spiritu-

ellen Tradition verbunden. Sie lassen sich leiten von ihren Träumen, inneren Führern und lernen aus allem, was das Leben zu bieten hat.

Während beim autonomen Typ innere Führung und Lebensumstände sowie alle Mitmenschen die Rolle des Guru einnehmen, folgt der Mensch, der den heteronomen Weg begeht, einer äusserlichen spirituellen Autorität, die die Funktion eines Meisters bzw. Gurus innehat. Eine nicht zu unterschätzende Gefahr bei diesem Weg liegt darin, dass die Führerfigur, der unbedingtes Vertrauen und Hingabe entgegengebracht wird, letztlich nicht die erwarteten Eigenschaften spiritueller Authentizität besitzt.

Die meisten spirituellen Wege kennen eine oder mehrere Disziplinen. Die bekannteste dürfte die Meditation in all ihren Variationen sein. Durch regelmässige Konzentration auf ein Meditationsobjekt (z.B. den Atem) wird zunächst kurzweilig, dann für immer ausgedehntere Zeitabschnitte ein besonderer, nicht-alltäglicher Bewusstseinszustand erreicht. Dieser lässt sich charakterisieren als ein Zustand erhöhter Wachheit, Klarheit und innerer Ruhe.

### **... und seine Gefahren**

Gefahren auf dem spirituellen Weg entstehen dann, wenn persönliche Erlebnisse und Krisen nicht integriert bzw. bewältigt werden können. Dabei ist festzuhalten, dass die Erlebnisse und Krisen nicht unbedingt etwas mit dem spirituellen Weg an sich zu tun haben müssen. Es kann sich z.B. um eine in der Pubertät entstandene Identitätskrise handeln, die zu Beginn einer spirituellen Disziplin noch nicht überwunden ist.

Es ist anzunehmen, dass es zwischen einer gelungenen Bewältigung von Krisen, die dann ein Fortschreiten auf dem Weg erlaubt, und einem Nicht-bewältigen-Können von Krisen, das zur Gefahr für das Individuum und für andere werden kann, fließende Übergänge gibt.

Wir können die Gefahren auf dem spirituellen Weg, in Anlehnung an SCHARFETTER (1991), in drei Bereiche einteilen:

1. In der Person gelegene Gefahren
2. Im setting gelegene Gefahren
3. In der Disziplintechnik gelegene Gefahren

Wir werden nun diese einzelnen Punkte aus der Sicht der Psychologie abhandeln.

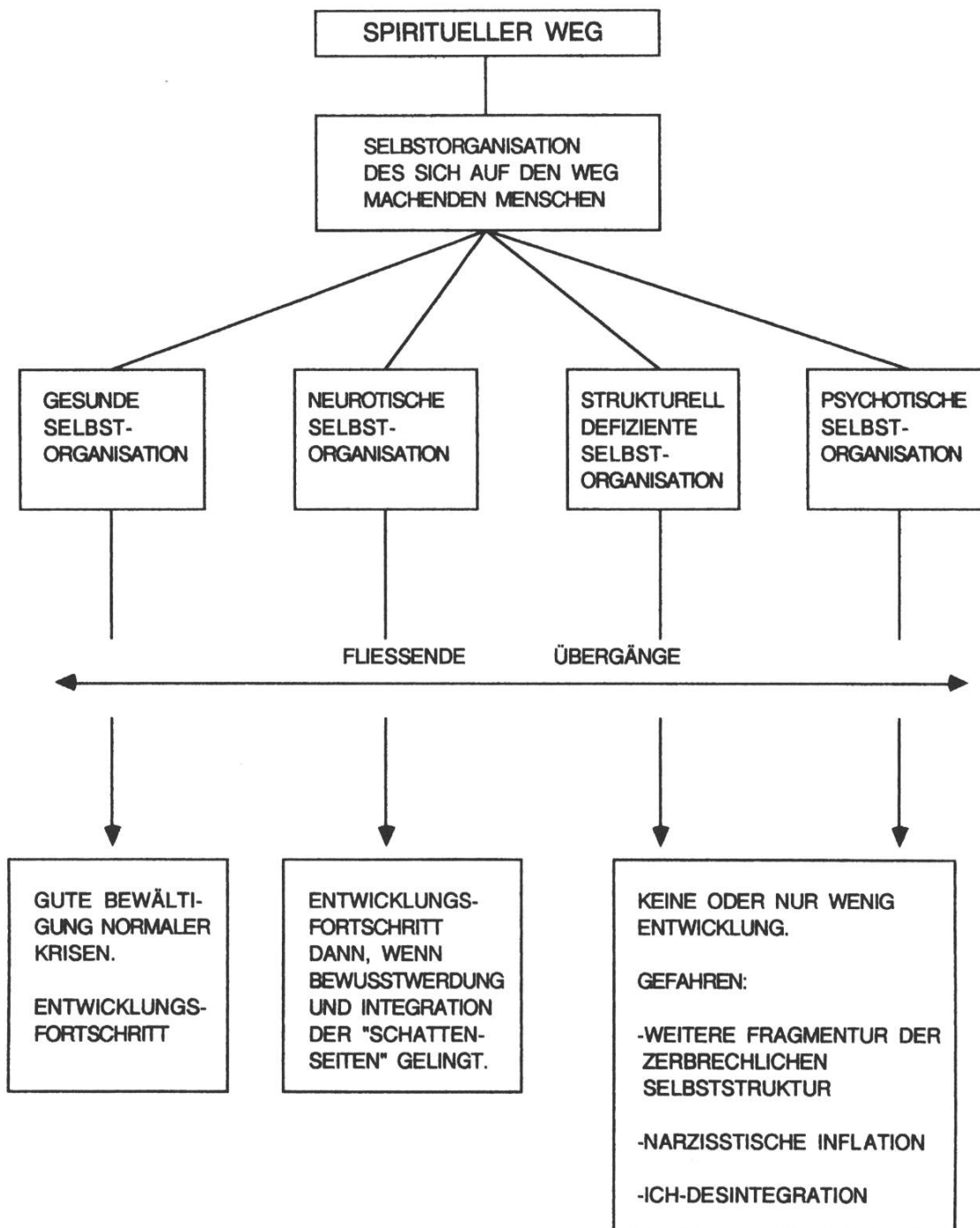
### **... aus der Sicht der Psychologie**

Spiritualität ist bis vor kurzem in der Psychologie weitgehend ein Antithema gewesen. Auch heute noch tut sich die Psychologie schwer damit. Die orthodoxen Richtungen der Psychologie berufen sich auf Modelle, die sich vornehmlich mit den Funktionen des normalen Wachbewusstseins befassen. Alle anderen Bewusstseinschichten werden nur insofern erläutert, als sie das rationale, reibungslose Funktionieren des Tageswachbewusstseins stören könnten. Das Religiöse oder gar das Spirituelle, das seinem Wesen nach transrational ist, muss daher suspekt erscheinen. Schliesslich steht die Psychologie auch noch unter dem Diktat der Wissenschaftlichkeit. Da gilt nur, was sich objektivieren und validieren lässt.

Dennoch hat sich in den letzten Jahrzehnten einiges geändert. Durch die kulturelle Revolution der Sechzigerjahre und das wachsende Interesse an östlichen Meditationsformen ist Spiritualität bei vielen Psychologen wieder salonfähig geworden. Seriöse Psychologen bemühen sich um eine das Spirituelle integrierende Sicht des Menschen. Was hier gesagt wird über die Gefahren des spirituellen Weges, beruht also auf den Überlegungen dieser modernen Denker.

Wir kommen zu den *in der Person gelegenen Gefahren*.

Die folgende Darstellung fundiert auf übereinstimmenden Grundannahmen psychoanalytisch orientierter Denker (vgl. ENGLER, 1988). Man kann diese Annahmen als Hypothesen betrachten, die einer empirischen Untersuchung durchaus zugänglich wären.



### Stadien der Selbstrepräsentation und spirituelle Entwicklung



Wir beginnen mit der Selbstorganisation des sich auf den Weg machenden Menschen: Da gibt es grob betrachtet die gesunde Selbstorganisation, die neurotische Selbstorganisation, die strukturell defiziente und die psychotische Selbstorganisation. Die meisten Menschen lassen sich schwer ausschliesslich in die eine oder die andere Kategorie einordnen, sodass von fließenden Übergängen die Rede sein muss. Unter «Selbst» wollen wir in diesem Zusammenhang eine psychische Struktur verstehen, die aus all unseren Erfahrungen, die Objekte und Interaktionen beinhalten, konstruiert wird. Erlebt wird das Selbst als Ich-Bewusstsein, als Gefühl personaler Einheit und Identität. Das «Ich» mit all seinen regulativen Funktionen steht im Zentrum des Tageswachbewusstseins; es ist Spielball von Trieben und Wünschen, Träger von Freude und Leid.

Die gesunde Selbstorganisation äussert sich in einem kohärenten, integrierten Selbstgefühl, in einer stabilen und gleichzeitig flexiblen personalen Identität, in konstanten (d.h. wunschunabhängigen) realitätsbezogenen Objektbeziehungen und in weitgehend integrierten Schattenseiten. Im Idealfall haben wir einen innerlich gereiften, individualisierten, authentischen Menschen vor uns. Eine Bewältigung von Krisen auf dem spirituellen Weg sollte hier ohne weiteres gelingen.

Die neurotische Selbstorganisation ist charakterisiert durch eine differenzierte und integrierte Selbststruktur, die jedoch in einem defensiven Kampf gegen verdrängte Impulse steht. Durch die Abwehr der in das Bewusstsein eindringenden Impulse entsteht das neurotische Symptom. C.G. Jung hat für die verdrängten Bewusstseinsinhalte den Begriff «Schattenseiten» geprägt. Nur wenn eine Integration der Schattenseiten in das Tageswachbewusstsein gelingt, ist ein spirituelles Fortschreiten möglich. Die Meditation stellt hier vor allem in den Anfangsstadien eine Gefahr dar. Da durch das Meditieren Verdrängtes ins Bewusstsein aufsteigen kann, könnte ein Mensch mit einer neurotischen Struktur überwältigt werden von all dem, was da hoch kommt, und eventuell unfähig sein, das Material zu verarbeiten (EPSTEIN & LIEFF, 1988).



Wir kommen nun zu jenem Fall, wo eine strukturell defiziente Selbstorganisation vorliegt. Ein Fehlschlag in der frühkindlichen Entwicklung hat dazu geführt, dass ein integriertes und kohärentes Selbstgefühl gar nicht oder nur in Ansätzen entstehen konnte. Wir finden hier jene Selbstpathologien wieder, die als narzisstische und Borderlinestörungen bekannt sind. In beiden Störungen herrschen primitive Umgangsformen mit sich selbst und der Umwelt vor. So etwa die Spaltung aller Objekte in «gut» und «böse», wobei gute Objekte idealisiert, schlechte abgewertet werden. Der Spaltung der Aussenwelt entspricht auch eine Spaltung im Ich. So können eine arrogant grandiose Haltung und Gefühle persönlicher Unzulänglichkeit ohne Widerspruch nebeneinander bestehen.

Die Wahrnehmungsdichotomie von «ganz gut» und «ganz böse» ist uns als formales Charakteristikum von Ideologien vieler Sekten nicht unbekannt. Es ist hier auch ein Zusammenhang zu vermuten. Wenn wir davon ausgehen, dass Menschen das Bedürfnis haben, auf ihrer Stufe der Selbstentwicklung legitimiert zu sein, so suchen sie diese Bestätigung womöglich innerhalb einer Gruppe (WILBER, 1995). Eine narzisstisch gestörte Persönlichkeit wird sich deshalb zu einer Gruppe oder Sekte hingezogen fühlen, die ihrem narzisstischen Weltbild entspricht.

Wir haben nun noch die psychotische Selbstorganisation. Sie weist die schwersten Mängel in ihrer Ich-Struktur auf. Für ihre Entstehung ist wohl kaum ausschliesslich eine Fehlentwicklung in der Kindheit verantwortlich zu machen.

Was geschieht nun, wenn sich ein Mensch mit ich-strukturellen Defiziten auf den spirituellen Weg macht? Wahrscheinlich macht er keine oder nur wenige Fortschritte. Mit Sicherheit lässt sich aber sagen, dass er diversen Gefahren ausgesetzt ist, die keineswegs harmlos sind. Bei Borderline-Persönlichkeiten bergen bewusstseinsverändernde Techniken wie die Meditation die Gefahr einer weiteren Fragmentur der ohnehin schon zerbrechlichen Selbststruktur. Meditation verstärkt noch

die für Borderlinestörungen so typische Identitätsdiffusion (ENGLER, 1988). Die Grenzen zwischen Selbst und Welt lösen sich weiter auf, was schliesslich zu einer ich-desintegrativen Krise führen kann (SCHARFETTER, 1991). Dabei handelt es sich um einen psychotischen oder psychosenahen Zustand, der sich in einem Verlust der Selbstverfügbarkeit, in Untergangsangst und Gefühlen der Verlorenheit äussert.

Bei narzisstisch gestörten Menschen besteht besonders die Gefahr der Ich-Inflation. Narzisstische Persönlichkeiten fallen durch ihre aussergewöhnliche Selbstbezogenheit auf. Sie wollen von allen bewundert werden. Ihr aufgeblähtes Selbstbild bedarf allerdings einer unersättlichen Bestätigung durch andere. Ihre mitmenschlichen Beziehungen sind geprägt durch einen ausbeuterischen Charakter (KERNBERG, 1983). Wenn solche Menschen einen spirituellen Weg beschreiten, gefährden sie nicht nur sich selbst, sondern auch andere. Nicht selten geschieht nämlich das Folgende: Eine narzisstisch geprägte Person hat eine echte spirituelle Erfahrung. Das Ich identifiziert sich nun mit dieser Erfahrung. Durch den Einfluss einer Gruppe oder eines Gurus wird diese ichhafte Identifikation mit höheren Zuständen gefördert. Eine kritische Selbstüberprüfung wird gemieden (ROSENTHAL, 1995).

Gerät die narzisstische Person selber in die Rolle eines Gurus, so steht ihr aufgeblähtes Grössenselbst oft im Mittelpunkt der von ihr verbreiteten Ideologie. Dem selbsternannten Guru untersteht nicht selten eine ausgeklügelte, differenzierte Gruppen-Infrastruktur, deren alleiniger Zweck es ist, seinen megalomanen Phantasien und Bemächtigungswünschen zu dienen bzw. seine masslosen Bedürfnisse nach Selbstbestätigung zu erfüllen (CASPAR, 1995). Vor materieller, sozialer und sexueller Ausbeutung wird nicht zurückgeschreckt. Belohnt werden jene, von denen er narzisstische Zufuhr erwarten kann. Diejenigen, die sich weigern, werden bestraft, im schlimmsten Falle vernichtet.

Fühlt sich das Grössenselbst ernsthaft bedroht, so wird manchmal als einzige «Rettung» vor einer Niederlage die Flucht in den Tod gewählt,

der als unausweichlich, schicksalsbestimmt und ehrenhaft deklariert wird. Die zelebrierte, ritualisierte Totalvernichtung des Führers mit samt seiner auserwählten Gefolgschaft ist dann der letzte und dramatische Akt narzisstischer Selbstverblendung.

Wir wollen uns jetzt den *im setting gelegenen Gefahren* zuwenden.

Der Begriff «setting» bezieht sich auf das Umfeld, das den spirituell Suchenden umgibt. Dieses kann sich fördernd oder hindernd auf die spirituelle Entwicklung auswirken. Eine Gefahr läge z.B. in zu grosser Isoliertheit und Führungslosigkeit. So etwa bei Menschen, die sich in einer spirituellen Krise befinden und sich niemanden anvertrauen können, weil sie befürchten müssen, von ihrer Umgebung pathologisiert zu werden (SCHARFETTER, 1991).

Ist ein spirituell suchender Mensch Anhänger einer religiösen Gemeinschaft, so definiert diese sein Umfeld. Während einige Gruppierungen das spirituelle Wachstum fördern, gibt es nicht wenige Gruppen, die, im Gegenteil, regressiv Tendenzen unterstützen, Eigenverantwortlichkeit und selbständiges Denken unterminieren und durch Manipulation von Angst- und Schuldgefühlen zur blinden Hingabe an einen charismatischen Führer oder zur kritiklosen Übernahme einer heilsversprechenden Glaubenslehre zwingen wollen.

Bekannt ist auch die Tatsache, dass die durch spirituelle Disziplinen wie etwa Meditation, Fasten und Schlafentzug sich einstellenden aussergewöhnlichen Bewusstseinszustände und die anfänglich damit verbundene Aufhebung kritisch-rationalen Denkens von Führern ausgenutzt werden für das Erzielen einer willigen Unterordnung der Mitglieder bis hin zum Erzwingen von Abhängigkeit (SARGANT, 1957).

Kurz erwähnen möchte ich schliesslich noch *Gefahren im Ausüben von spirituellen Disziplinen*.

Werden Techniken wie Atemübungen oder Yoga falsch geübt, oder fehlt ein stufenweiser Aufbau, kann dies zu psychosomatischen Störungen führen. Die wohl grösste Gefahr liegt im überverhältnismässig langen Meditieren, wobei körperliche Grundbedürfnisse vernachlässigt werden. Eine solche «overmeditation» kann bei ich-schwachen Menschen im schlimmsten Fall eine psychotische Desintegration zur Folge haben (SCHARFETTER, 1991).

### **... aus der Perspektive der Psychotherapie**

Ich möchte mich der Perspektive der Psychotherapie zuwenden und aufzeigen, wie auch hier der Weg zu einem Verständnis von Spiritualität und seinen Gefahren kein einfacher ist. In den meisten traditionellen psychotherapeutischen Schulen wurde das Thema «Spiritualität» ausgeklammert oder gar pathologisiert. Diese negative Haltung hat unter anderem ihre Wurzeln in Freuds antireligiöser Weltanschauung. Religiöser Glaube und seelische Gesundheit waren für ihn unvereinbare Gegensätze. Brachten Klienten religiöse oder spirituelle Anliegen in die Therapie, so wurden sie von den Nachfolgern Freuds ignoriert, als irrelevant abgetan oder als symbolische Repräsentationen neurotischer Ängste, Wünsche und Konflikte gedeutet (GENIA, 1990).

Die negative Haltung gegenüber der Spiritualität wird ferner geschürt durch ein recht eng konzipiertes Menschenbild. So ist das Beste, worauf wir hoffen können nach Freud, das ganz normale Leiden ohne neurotische Zusätze. In den letzten Jahrzehnten hat sich das Menschenbild vor allem durch die humanistische Psychologie um ein paar weitere Fähigkeiten als die des normalen Leidens erweitert. Das kreative Potential sowie das persönliche Wachstum des Menschen werden beispielsweise gefördert. Dennoch stehen die menschlichen Möglichkeiten, die uns von den spirituellen Traditionen überliefert bzw. von echten Meistern vorgelebt werden, und diejenigen Möglichkeiten, welche psychisch gesunden Menschen seitens psychotherapeutischer Schulen zugesprochen werden, in keinem Verhältnis zueinander. Fast gegen-

sätzlich muten uns ferner die Wege an, die zu den jeweiligen Zielen führen sollen.

Schauen wir einmal genauer hin und betrachten Ziele und Wege beider Richtungen. Dies wird uns helfen, echte Gefahren des spirituellen Weges von Pauschalurteilen zu unterscheiden, was für die Sektenthematik ausserordentlich wichtig ist. Zweifelhaft religiöse Gruppierungen geben nämlich nicht selten vor, ähnliche Ziele anzustreben, wie dies seriöse traditionelle spirituelle Wege tun. Ein Zitat aus der Zeitschrift *Psychoscope* soll dies veranschaulichen:

«Manche der fraglichen Gruppen huldigen einer Ideologie, die dem Welt- und Menschenbild, das den meisten Psychotherapien zugrundeliegt, entgegenläuft. Letztere sehen die Klienten als Wesen, die lernen sollten, autonom zu handeln, ethische Verantwortung für ihre Handlungen zu übernehmen und diesem Handeln auch einen eigenen Sinn zu geben. Die erwähnten Gruppen versprechen dagegen «Kontrolle über Geist und Materie», «Sieg des Guten über das Böse», «Vereinigung mit dem Kosmos» etc. und stellen Gehorsam, Hingabe an die Gruppenziele und das Aufgehen in etwas Übermenschlichem als Werte und Lebensziele über jegliche Individualität und Autonomie.» (SCHAAF & STRÄULI, 1995, 17)

Die hier beschriebenen Divergenzen weisen auf einen noch viel tiefer liegenden Grundkonflikt hin, dessen Wurzeln bis in das Mark westlicher Kulturwerte reichen. Es geht um nichts Geringeres als um das Schicksal des «Ich». Sowohl spirituelle als auch psychotherapeutische Bemühungen haben es in erster Linie mit dem «Ich» zu tun. Allerdings scheinen der spirituelle Weg und der psychotherapeutische Ansatz in Hinblick auf das Schicksal des «Ich» diametral entgegengesetzte Überzeugungen zu vertreten. Für den spirituellen Weg ist die Identifikation mit dem Ich bzw. das Ichgefühl mit all seinen psychischen Manifestationen die Wurzel allen Übels. Die Identifikation mit dem Ich hindert den Menschen nämlich daran, sein wahres Wesen zu er-



kennen, welches eins ist mit den Urgrund aller Dinge. Spirituelle Autoritäten diverser Hochreligionen betonen daher die Wichtigkeit der Transzendenz des Ich. In einigen Traditionen (Buddhismus, Hinduismus) wird sogar behauptet, dass dieses Ich- und Identitätsgefühl eine Illusion sei. In der christlichen Spiritualität äussert sich die Transzendenz des Ich in der Unio Mystica, dem Einheitserlebnis mit Gott.

Wie sieht das nun von der psychotherapeutischen Seite aus? Für den Kliniker macht die Transzendenz des Ich wenig Sinn. Es würde bedeuten, all das aufzugeben, was wir schwerlichst in der ontogenetischen Entwicklung errungen haben, nämlich eine differenzierte, integrierte, stabile Ich-Struktur. Die Entwicklung eines gesunden Ich-gefühls, wahrlich ein erstrebenswertes Ziel, beinhaltet ja auch all jene Fähigkeiten, die uns menschlich machen. Das Ich ermöglicht uns zu denken, planen, kreativ zu sein, zu wünschen, zu hoffen etc. Für den Kliniker würde ein Ich-Verlust jenem Zustand gleichkommen, wie ihn stark regredierte oder psychotische Patienten erleben. Dabei kann es sich nur um einen ausserordentlich pathologischen Zustand handeln. Die Meinung vieler traditioneller Psychotherapeuten (z.B. ALEXANDER, 1931; PRINCE & SAVAGE, 1966), dass spirituelle Disziplinen zu einem narzisstischen Rückzug oder bestenfalls zu einer Regression im Dienste des Ich führen, müssen wir von diesem Hintergrund verstehen.

An dieser Stelle drängt sich die Frage auf: Sind diese widersprüchlichen Ansätze der Spiritualität und der Psychotherapie derart fundamental, dass wir sie in keinem sinnvollen Bezug zueinander stellen können? Eines können wir sagen: Gerade dieses ungelöste Grundproblem wird einen Einfluss darauf nehmen, wie wir zu Gruppierungen eingestellt sind, die sich einem für viele Menschen schwer nachvollziehbaren Menschenbild und Lebensziel verpflichtet fühlen. Sekten, Kulte und religiöse Bewegungen mit spirituellen Zielen stellen schon allein aufgrund ihrer Infragestellung der Grundpfeiler unseres individuum-orientierten Wertesystems, welches eine stetig im Wachsen begriffene Ich-Kultur regelrecht fördert, eine massive Gefahr dar. Mit



diesen ideologischen Bedrohungen unseres Wertesystems im Rücken, fällt es uns dann besonders schwer, Sachlichkeit und Differenzierungsvermögen zu bewahren, wenn es darum geht, die Gefährlichkeit religiöser Gruppierungen einzuschätzen.

Ich komme zurück auf unser fundamentales Dilemma. In Anlehnung an Shakespeare will ich es in die Worte fassen: *to be or not to be, that is the question*. Mehr psychologisch ausgedrückt geht es um die Frage, ein Ich zu sein oder kein Ich zu sein. Bevor wir uns einem Lösungsversuch annähern, ist es notwendig, kurz auf die Weiterentwicklung der Psychotherapie einzugehen, denn von ihr erwarten wir schliesslich eine Antwort.

Es kann heute gesagt werden, dass das feindschaftliche Verhältnis gegenüber der Spiritualität allgemein nachgelassen hat. Dies äussert sich z.B. in den Revisionen des DSM 4 (1992), einem Handbuch zur Diagnose psychischer Störungen. Die ethischen Prinzipien und der Verhaltenskodex für Psychologen fordern, dass Psychotherapeuten sich religionsbezogener Themen bei ihren Klienten bewusst sind, sowie die Bereitschaft, religiöse Probleme im Rahmen der Therapie anzusprechen. Ferner enthält DSM 4 (1994) einen V-Codex mit der Bezeichnung «Religiöse oder Spirituelle Probleme».

In den letzten Jahrzehnten konnten wir das Entstehen psychologischer Richtungen verfolgen, die die spirituelle Dimension des Menschen zunehmend miteinbeziehen. Das Paradebeispiel ist die Transpersonale Psychologie. Auch Psychotherapeuten traditioneller Richtungen beginnen sich vermehrt dem Thema Spiritualität zu öffnen, allerdings noch recht vereinzelt (z.B. MILLER & MARTIN, 1988 in der Verhaltenstherapie). In empirischen Studien wird die Einstellung von Psychotherapeuten zum Thema Spiritualität untersucht (vgl. SHAFRANSKE & GORSUCH, 1984).

Psychotherapeuten aus verschiedenen Schulen, aber vor allem jene der Transpersonalen Psychologie haben sich mit unserem Dilemma einge-

hend befasst. Es ist erstaunlich, dass sie aufgrund theoretischer Überlegungen und klinischer Erfahrung zu einem übereinstimmenden Resultat gekommen sind. Zu meiner Frage «to be or not to be» würden sie wohl antworten «to be and then not to be», oder in anderen Worten: Ich muss erst werden, bevor ich ent-werden kann.

Wir erahnen, was es heisst, Persönlichkeit zu werden im Sinne einer seelischen Reifung, einer Entwicklung hin zu einem ganzheitlichen Seinsausdruck, zur Echtheit, Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit. Hierzu beizutragen, wäre eine wesentliche Aufgabe der Psychotherapie. Was sollen wir aber unter ent-werden verstehen? Unsere Bedenken sind hier zweierlei. Erstens: Heisst «ent-werden», in einen quasi-pathologischen Zustand, in eine Regression zurückzukehren, wie es einige Psychotherapeuten behaupten? Die Antwort der sachkundigen Psychotherapeuten lautet einhellig «nein», vorausgesetzt natürlich, dass ein gesundes Ich, eines, das schon geworden ist, sich auf den spirituellen Weg macht.

Unsere zweite Befürchtung ist die: Bedeutet «ent-werden», all jene psychischen Errungenschaften einer stabilen Ich-Struktur aufgeben zu müssen, die es uns ermöglichen, in dieser nicht gerade einfachen Welt zu bestehen? Gemeint ist kritisches Denken, schöpferisches Tätigsein, autonom sein, sich durchsetzen und für etwas einsetzen können, usw. Die Antwort wäre wiederum ein eindeutiges «Nein». Spirituell erwachte Menschen tun all diese Dinge und zwar viel wirksamer und erfolgreicher als der Durchschnittsmensch. Auch ist die Annahme falsch, dass Vernunft und Rationalität Widersacher der Spiritualität seien. Im Gegenteil, echte Spiritualität und Vernunft bedingen einander.

Was muss dann aber geopfert werden? Die Antwort ist: Die Identifikation unseres Bewusstseins mit dem Ich, das eingeschränkte, vom Urgrunde allen Seins getrennte Ichgefühl. Dieses vom Ganzen abgespaltene Ichgefühl muss transzendiert werden. Tatsache ist nämlich, dass

es ein Bewusstsein ohne Ichgefühl gibt. Eine moderne christliche Mystikerin aus den USA schreibt über ihr Erwachen:

«Who can understand what it means to learn that the ultimate reality is ... as close as our eyes, as simple as a smile, and as clear as the identity of «that» which remains when there is no self?» (ROBERTS, 1993, 114)

Wir fassen zusammen: Da wo das Ziel der psychischen Entwicklung weitgehend erreicht ist, nämlich bei einer gesunden, lebensfähigen Ich-Organisation, setzen die spirituellen Traditionen den Anfang. Eine gesunde Ich-Struktur ist Voraussetzung für das Überwinden des Ich, denn nur was ich gehalten habe, kann ich loslassen (STÜSSI, 1995). Da wo diese Voraussetzung nicht erfüllt ist, lauern massive Gefahren. Der Weg in die Kriminalität ist nicht mehr auszuschliessen, wie wir es z.B. bei narzisstisch gestörten Führerfiguren beobachten können.

Der Zweck aller spirituellen Schulungen ist es, die ausschliessliche Identifikation mit dem Ich und das damit verbundene Gefühl, ein von anderen gesondertes Individuum zu sein, zu überwinden. Heute begegnen wir dem Ansinnen, die Identifikation mit dem Ich zu unterminieren, in wohl den meisten spirituellen Gemeinschaften und Sekten. Nicht alle Gruppierungen verfolgen dabei edle Absichten. Die Sehnsucht nach Ich- und Welt-Transzendenz mag bei Mitgliedern spiritueller Gruppen die unterschiedlichsten Motive haben, ebenso bei vielen Sekten- und Gruppenführern die Aufforderung, das Ich zu opfern. Von aussen ist es oft kaum erkennbar, welche Absichten sich hinter den seltsam anmutenden Verhaltensweisen vieler Sekten- und Gruppenführer verbergen.

Was können wir alle, unabhängig von unserer beruflichen Stellung, tun angesichts der Gefahren, die da lauern, wenn spirituell suchende Menschen sich auf den Weg machen? Es sind ein paar bescheidene Schritte, die ich vorschlagen möchte, sie werden aber ihre Wirkung letztlich nicht verfehlen. Wir müssen erkennen, dass es grundsätzlich

keine Problembereiche oder Schwierigkeiten gibt, die als solche in der Gesellschaft oder in uns irgendwann einmal entstehen. Ein Geschehen wird dann zum Problem, wenn wir es aufgrund eines inneren Bewertungs- und Urteilprozesses als Problem definieren. In diesem Sinne sind wir an der Entstehung von Problemen massgeblich beteiligt. Wenn wir dies zu erkennen vermögen, wird es uns auch möglich, all das, was die sichere Ordnung unseres Lebens bzw. unserer Gesellschaft stören könnte, von einer anderen Perspektive zu betrachten, nämlich als Herausforderung an uns selbst.

Bei der Begegnung mit dem Sektenphänomen werden wir mit menschlichen Realitäten konfrontiert, die wir aus unserem eigenen Leben ausgeklammert haben. Um mit C.G. Jung zu sprechen: Sekten, Okkultismus und destruktive Kulte sind unsere Schattenseiten, sie sind die verirrte Manifestation all unserer Sehnsüchte nach dem Spirituellen, unseres Hungers nach Ganzheit und unseres Durstes nach einem Lebenssinn, der tiefer reicht als das Streben nach all jenen vergänglichen materiellen und sozialen Privilegien, die die moderne Gesellschaft anzubieten vermag.

Unsere wichtigste Aufgabe in der Zukunft wird daher sein, der zutiefst menschlichen Sehnsucht nach Spiritualität, Ganzheit und Gotteserfahrung wieder Raum zu geben, in uns selbst und in unserer Gesellschaft. Eine gesunde Spiritualität ist nämlich die beste Vorbeugung gegen schädliche Sekten. Solange Menschen mit spirituellen Sehnsüchten kein Gehör finden in unserer Gesellschaft, werden Sekten, die sich der «Verstossenen» annehmen, weiterhin attraktiv bleiben.

## Literatur

- ALEXANDER, F., 1931: Buddhist training as an artificial catatonia. *Psychoanalytic Review*, 18, 129–145.
- BERNADETTE, R., 1993: *The Experience of No-Self*. New York: State University of New York Press.
- CASPAR, F., 1995: Sekten sind eine Herausforderung: Sondergemeinschaften aus psychologischer Sicht. *Psychoscope*, 16,10–12.
- ENGLER, J., 1988: Therapeutische Ziele in Psychotherapie und Meditation: Entwicklungsstadien der Selbstrepräsentation. In: WILBER, K., ENGLER, J. and BROWN D. P, *Psychologie der Befreiung*. (p.31–66). Bern: Scherz Verlag.
- EPSTEIN, M. D. und LIEFF, J.D., 1988: Psychiatrische Komplikationen der Meditationspraxis. In: WILBER, K., ENGLER, J. and BROWN D. P, *Psychologie der Befreiung*. (p.67–76). Bern: Scherz Verlag.
- GENIA, V., 1990: Interreligious encounter group: A Psychospiritual Experience for faith development. *Counselling and Values*, 35, 39–51.
- KERNBERG, O. F., 1983: *Borderlinestörungen und pathologischer Narzissmus*. Frankfurt: Suhrkamp Verlag.
- MILLER, W. R. and MARTIN, J. E. (eds.), 1988: *Behavior therapy and Religion: Integrating spiritual and behavioral approaches to change*. Newbury Park, CA: Sage Publications, Inc.
- PRINCE, R. and SAVAGE, C., 1966: Mystical States and the concept of regression. *Psychedellic Review*, 8, 59–81.
- ROSENTHAL, G., 1995: Das Phänomen der psychischen Inflation im spirituellen Bereich. In: WILBER, K. et al. (Hrsg.), *Meister, Gurus Menschenfänger* (p. 83–101). Frankfurt: Wolfgang Krüger Verlag.
- SARGANT, W., 1957: *Battle for the mind*. London: Heinemann.
- SCHAAF, S. und STRÄULI, D., 1995: Wege aus der Abhängigkeit: Psychotherapie und psychologische Beratung von Sektenbetroffenen und deren Angehörigen. *Psychoscope*, 16,16–19.
- SCHARFETTER, C., 1991: *Der spirituelle Weg und seine Gefahren*. Stuttgart: Enke Verlag.

- SHAFRANSKE, E. P. and GORSUCH R. L., 1984: Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 16, 231–241.
- STÜSSI, R., 1995: *Auf dem Weg zur Meisterschaft des Lebens*. Bad Camberg/Taunus: Unikat-Verlag.
- WATSON, K. W., 1994: Spiritual emergency: Concepts and implications for Psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 34, 22–45.
- WILBER, K., 1995: Das Spektrum des Bewusstseins und Wege der Schulung des Geistes. In: WILBER, K. et al. (Hrsg.), *Meister, Gurus Menschenfänger* (p. 165–196). Frankfurt: Wolfgang Krüger Verlag.



