

Der Spiritualität unserer Klientinnen¹ begegnen – eine Herausforderung

Überlegungen zu einer die Spiritualität einbeziehenden Arbeitsweise in der Psychotherapie

Irmgard Fennes

Wien, Österreich

Wie bedeutsam es ist, dass Psychotherapeutinnen im Bewusstsein ihrer eigenen Haltung zu Spiritualität ein wertschätzendes Verhältnis zu spirituellen Ausdrucksformen ihrer Klientinnen finden können, ist Gegenstand dieser Arbeit. Die Soziologie spricht von „Spiritualisierungsprozessen“, in denen Menschen sich auf die Suche nach letztgültigen Wahrheiten machen und nach Orientierung außerhalb der Religionen suchen. Ich gehe von der inhärenten menschlichen Fähigkeit aus, spirituelle Erfahrungen zu machen, und lege dar, was ich unter dem Begriff Spiritualität verstehe und wogegen er abzugrenzen ist. Nach dem amerikanischen Psychologen und Philosophen William James, beruht Spiritualität auf persönlicher Erfahrung und Erkenntnis und nicht auf der Zugehörigkeit zu religiösen Gemeinschaften. Es betrifft den Bereich der existenziellen Fragen und Wahrheiten von Menschen und ist deshalb auch Gegenstand von Psychotherapien.

Schlüsselwörter: spirituelle Erfahrung, Spiritualität, Transzendenz, Unterscheidung von „prärationale“ und „transrationale“, Präsenz, die Spiritualität einbeziehende Arbeitsweise in der Psychotherapie

Being Present to our client's Spirituality — a Challenge. How important it is for psychotherapists to be conscious of their own attitude towards spirituality and find an appreciative relationship towards the expressions of their clients' spirituality is subject of this article. Sociology speaks of „processes of spiritualization“ in which humans search for ultimate truths and look for orientation outside of religions. I assume an inherently human capacity to make spiritual experiences and explain my understanding of the term spirituality and against what it is to be delineated. According to the American psychologist and philosopher William James spirituality is based on personal experience and insight and not on membership in religious institutions. It covers the area of ultimate and existential questions and truths and is therefore also subject of psychotherapies.

Keywords: spiritual experience, spirituality, transcendence, distinction between „prärationale“ and „transrationale“, presence, including spirituality in psychotherapeutic practice

In einer postmodernen Weltanschauung, die eine Vielfalt der Werte und Konzepte anerkennt und damit die Möglichkeit individueller Lebensgestaltung zulässt, sind Menschen frei geworden, ihren eigenen Lebensentwürfen zu folgen. Mit dieser Freiheit kommt die Anforderung, selbstverantwortete Entscheidungen zu treffen.

Glaube und Spiritualität scheinen als Orientierungshilfen in weiten Teilen der Bevölkerung immer noch einen bedeutenden Stellenwert einzunehmen. Laut aktueller europäischer Wertestudie (Polak, 2011) geben fast 70 % der Österreicherinnen an,

an Gott zu glauben. Zwar hat sich die Bedeutung des Glaubens für die Menschen verändert und ein blinder, unreflektierter Glaube an das, was religiöse Autoritäten verkünden, spielt eine kleiner werdende Rolle. Vielmehr suchen Menschen in den Religionen nach Bezügen zu eigenen Erfahrungen, nach Lebensrelevanz und Alltagsdeutung und danach, wie in ihrem konkreten Leben erkennbar wird, ob es Gott gibt. Da die institutionalisierten Religionen sich tendenziell darauf beschränken, traditionelle Werte zu verteidigen und den Bedeutungswandel aus der Defizitperspektive zu betrachten, lösen sich Menschen von ihnen. Die Soziologie spricht von „Spiritualisierungsprozessen“,

Mag. Irmgard Fennes, Personzentrierte Psychotherapeutin und Supervisorin in freier Praxis, Ausbilderin der Sektion Forum der APG.

Kontaktadresse: Irmgard Fennes, A-3004 Ried am Riederberg, Hauptstraße 44/3; E-Mail: irmgard.fennes@gmx.net

¹ Um umständliche Wiederholungen („Psychotherapeutin und Psychotherapeutinnen“) zu vermeiden, wähle ich nach dem Zufallsprinzip einmal die weibliche und einmal die männliche Form.

die zu einer selbstbestimmten Suche nach letztgültigen Wahrheiten führen und dazu, dass Menschen vermehrt Orientierung außerhalb religiöser Institutionen suchen (ebd.).

Etwa ein Viertel der Befragten aus einer Umfrage der Newsweek antworteten auf die Frage „Was glauben sie?“ und „Wie praktizieren sie diesen Glauben?“, dass sie sich als „spirituell aber nicht religiös“ bezeichneten (Newsweek, 2005). Sie sind der Ansicht, dass es mehrere, zum Teil sehr individuelle, spirituelle Wege gibt und nicht nur einen einzigen gültigen, wie es aus der Sicht vieler Religionen der Fall ist.

Es soll hier im Weiteren nachvollziehbar werden, dass Spiritualität nicht unbedingt den Glauben an eines oder mehrere höhere Wesen mit einschließt. Es gibt eine Spiritualität ohne Gott. Rainer Dirnberger nennt dies in seinem eben erschienen Buch „Aufgeklärte Spiritualität“ für Menschen, die die Beantwortung der Lebensfragen ohne die Annahme von höheren Wesen bzw. Gott suchen“ (Dirnberger, 2012).

André Comte-Sponville, französischer Philosoph, der zum Atheismus konvertierte, schreibt:

„Welche Freiheit! Welche Verantwortung! Welcher Jubel! Ja, ich habe das Gefühl, besser zu leben, seit ich Atheist bin, klarer, freier, intensiver. Das kann aber keinesfalls als Gesetz gelten. Zahlreiche Konvertiten könnten das Gegenteil bezeugen: dass sie besser leben, seit sie glauben, ebenso wie viele Gläubige, die von jeher der Religion ihrer Eltern anhängen, bestätigen werden, dass sie das Beste in ihrem Leben dem Glauben verdanken. Was kann man daraus schließen, außer, dass wir verschieden sind“ (Comte-Sponville, 2008, S. 20).

Als „bekennender Atheist“, wie er sich nennt, spürt er Ausdrucksformen atheistischer Spiritualität nach und zeigt auf, dass diese die gleichen Grundzüge aufweisen, wie es in Religionsgemeinschaften der Fall ist: sie sind geprägt vom Streben nach Zugehörigkeit in einer Gemeinschaft, die nach ähnlichen Werten lebt und kultivieren Formen des Feierns dieser Gemeinschaft und Bekennens ihrer Werte nach außen (ebd. S. 27. ff).

Wie aber findet das Thema Spiritualität und die Tatsache, dass Menschen vermehrt nach persönlichen Zugängen suchen, seinen Ausdruck in der Psychotherapie? Psychotherapeuten sind scheinbar um Vieles weniger spirituell orientiert als ihre Klientinnen. Eine Studie zu Glaubensüberzeugungen und deren Niederschlag in der Praxis bei Psychologen und Therapeutinnen fand heraus, dass für einen mehr als doppelt so großen Anteil der Gesamtbevölkerung der Glaube an etwas Größeres oder Höheres, etwas Überindividuelles, sehr wichtig sei und viele von ihnen an einen persönlichen Gott glaubten, als dies die Gruppe der klinisch und therapeutisch arbeitenden Psychologen angaben (Pargament, 2007). Auch wenn Spiritualität in europäischen Ländern eine nicht so große Rolle spielt wie in den USA, so ist anzunehmen, dass hier ein ebenso signifikanter Unterschied besteht (vgl. Bucher, 2007, S. 5). Klientinnen, für die religiöse, bzw. spirituelle Glaubensüberzeugungen einen herausragenden Stellenwert im Leben haben, treffen

also mit großer Wahrscheinlichkeit auf Psychotherapeuten, für die dies in ihrem persönlichen Leben nicht von Bedeutung ist bzw. die nicht an einen persönlichen Gott glauben. Mich beschäftigt die Frage, wie weit sich dieser Umstand in der psychotherapeutischen Begegnung auswirkt und welche Anforderungen dies an uns Psychotherapeutinnen stellt.

Jeder Mensch macht spirituelle Erfahrungen

An der Wende zum 20. Jahrhundert definiert der Psychologe und Philosoph William James spirituelle Erfahrungen als „das Kultivieren von Bewusstseinszuständen die uns den Atem nehmen“ und eine „qualitativ andere Art von Glückseligkeit und Kraft, eine frische Perspektive auf das Leben, achtsames Gewahrsein der Welt. ... Von Staunen erfüllte Zustände machen uns aufnahmebereit für eine höhere, ursächliche Ordnung des Lebens. ... Sie machen die Umriss der Natur weicher und eröffnen die seltsamsten Möglichkeiten und Perspektiven“ (Fuller, 2006, S. 78; Übers. durch die Autorin). Spirituelle Erfahrungen beruhen ihm zufolge rein auf der Erkenntnis des Individuums und nicht auf der Zugehörigkeit zu einer religiösen Institution.

Wenn wir wie Paul Tillich den Bereich spiritueller Erfahrungen als den Bereich der „ultimate concerns“ definieren, als den Bereich dessen, was wichtiger ist als alles Andere, das, was uns unbedingt angeht, den Bereich der letztgültigen Fragen, dann ist jeder Mensch zu spirituellen Erfahrungen fähig (Leijssen, 2009). Jedes Kind macht irgendwann die Erfahrung, was es heißt, in der Welt zu sein, was es bedeutet, Mensch zu sein, nicht Tier, nicht Pflanze, nicht Stein, nicht Wasser, und erfährt sich als Teil der es umgebenden Umwelt – auch in seiner Unentrinnbarkeit, dem „in die Existenz geworfen Sein“, wie Sartre es ausdrückt – vielleicht beglückend, erhebend, vielleicht leidvoll. Damit verbunden stellen sich jedem von uns in irgendeiner Form „die großen Fragen des Seins“: Woher kommen wir? Wohin gehen wir? Was ist der Sinn des Lebens? Wie können wir frei werden von Angst und Zufriedenheit im Leben erlangen? Wie passt unser Leben in das größere Schema der Dinge hinein? (vgl. Walch, 2011, S. 9).

Das Wort „spirituell“ kommt von lat. „spiritus“, das ursprünglich „Luft, Hauch“, aber auch „Atem, Atmen“, „Seele, Geist“ sowie „Begeisterung, Mut, Sinn“ bedeutet. Das zugrunde liegende Verb lautet „spirare“, das „hauchen, wehen, atmen, leben, erfüllt sein, beseelt sein“ bedeutet. (vgl. Bucher, 2007, S. 22). Es ist ein Begriff, der das ganze menschliche Sein besonders auch in seiner körperlichen Existenz umfasst und intensive Beziehung und Austausch mit der es umgebenden Um-Welt beinhaltet. Bucher bezeichnet deshalb auch „Verbundenheit und Einssein“ als einen Kern von Spiritualität (ebd. S. 26).

„Spirituelle Erfahrung“ könnte man definieren als ein sich verbunden Fühlen mit etwas, das als lebendig, als real empfunden wird, einer Wirklichkeit, die immateriell ist und mit empirischen Methoden nicht einfach nachweisbar ist. Steindl-Rast nennt sie „die Begegnung mit dem Mysterium, mit dem Sinn.“ Wenn wir an Gipfelerfahrungen im Sinne Maslow's denken, dann sind das Augenblicke, „in denen plötzlich die Dinge Sinn haben. Wir sprechen von etwas, das im Grunde einer Erleuchtungserfahrung entspricht – von einer Einsicht in das Leben, noch bevor wir ein klares Bild davon haben“ (Steindl-Rast, 1993, S. 27). Die Erfahrungen der Zugehörigkeit zu etwas, das jenseits der physikalischen Wirklichkeit liegt, transzendiert (übersteigt) die Grenzen des Persönlichen. Das so Wahrgenommene ist in seiner Bedeutung noch unbegrenzt.

Der Begriff Spiritualität bezieht sich demnach auf das Handeln und die Lebensgestaltung aus der spirituellen Erfahrung heraus im täglichen Leben und umfasst alle Formen religiöser (beinhaltet den Glauben an eine oder mehrere höhere Mächte, Gott oder Götter) und atheistischer Spiritualität. Spiritualität kann sich auf eine höchste, äußerste oder mutmaßlich angenommene immaterielle Wirklichkeit beziehen, oder auf einen inneren Weg, der der Person hilft, die Essenz oder das Potential ihres Wesens zu entdecken, oder auf die als grundlegend empfundenen Werte und Bedeutungen, nach denen Menschen leben.

Neben den religiösen spirituellen Traditionen gibt es eine Anzahl atheistischer spiritueller Bewegungen wie den Ökofeminismus, die Tiefenökologie, die Friedensbewegung etc. Sie sind aus dem Bedürfnis entstanden, eine Brücke zwischen den Anliegen der Ökologie, des Feminismus, der Friedensforschung und der Spiritualität zu schlagen (vgl. Wilber, 1995/2002). Diese Bewegungen kann man auch mit der „horizontalen“ Dimension von Spiritualität erklären (vgl. Leijssen, 2009, S. 21). Menschen erfahren sich als Teil eines größeren Prozesses, der eingebettet ist in eine objektiv beobachtbare Wirklichkeit. Ihre volle Aufmerksamkeit gilt dem Kontakt mit den Menschen und der Welt, die sie umgeben. Sie fühlen mit anderen lebenden Wesen und fühlen, dass sie mit ihnen verbunden sind und ihr Handeln oder Nichthandeln Auswirkungen auf diese hat. Sie sind also fähig zu Selbsttranszendenz, indem sie die Grenzen dessen, was nur ihre eigene Person betrifft, übersteigen und durchschreiten (transzendieren). Spiritualität wäre dann eine Offenheit, „die das Beste im Menschen hervorbringt und Bedeutung und Sinn im Leben findet“ (ebd., Übers. durch die Autorin). So formuliert findet das Konzept weitgehende Zustimmung. Auch die Religionen haben eine horizontale Dimension von Spiritualität. Rituale und Glaubensinhalte schaffen Verbundenheit unter ihren Mitgliedern, geben Zusammenhalt und Orientierung.

Weniger Konsens besteht über die „vertikale Dimension“ von Spiritualität, wenn die Selbsttranszendenz einer Richtung

nach „oben“ folgt und subtilere Energien berücksichtigt, die nicht Teil unserer materiellen, physikalischen Alltagswirklichkeit sind (ebd.). Das hieße zum Beispiel die Erfahrung der Präsenz eines höheren Wesens, oder die Hingabe an eine Macht, die als größer, stärker und unendlich vertrauenswürdig wahrgenommen wird.

Zuletzt weise ich mit James auf einen Aspekt von Spiritualität hin, der mir vor allem für die Psychotherapie wichtig scheint:

„Sollte man in der Tat davon ausgehen, dass die Leben aller Menschen identische religiöse Elemente aufweisen? In anderen Worten, ist die Existenz so vieler verschiedener Arten von Religionen, Sekten und Glaubensüberzeugungen bedauerlich? Auf diese Frage antworte ich entschieden mit „Nein“. Und meine Begründung ist, dass ich unmöglich sehen kann, wie Kreaturen mit solch unterschiedlichen Mächten /Befugnissen, wie Individuen es sind, die exakt gleichen Funktionen und die gleichen Aufgaben haben könnten. Nicht zwei von uns haben identische Schwierigkeiten, auch sollte man von uns nicht erwarten, dass wir identische Lösungen erarbeiten. Einer von uns muss weicher werden, ein anderer muss sich verhärten, einer muss in einem Punkt nachgeben, ein anderer muss fest bleiben“ (James, 1902/2002, S. 486 f.)

James sieht in der Spiritualität etwas persönlich Verantwortetes, Individuelles, das – sehr realistisch und bodenständig – auch einen Zweck erfüllt: Sie stellt einen Beitrag zur Bewältigung existenzieller Fragen und Probleme dar.

Comte-Sponville räumt ein, dass spirituelle Traditionen mit ihren Ritualen Formen der Bewältigung und des Feierns wesentlicher Übergänge im Leben (z. B. Geburt, Heirat, Tod) bereitstellen, die die Freude darüber ausdrücken oder Trost und Sinn spenden. Es gebe aber auch atheistische Rituale, die zum Teil noch entwickelt werden müssten. Ihr Fehlen zum Beispiel angesichts des Todes sei lediglich Ausdruck menschlicher Schwäche gegenüber dem Nichts (Comte-Sponville, 2008, S. 24).

Ein Platz im Gehirn

Die amerikanische Hirnforscherin, Jill Bolte Taylor, erlitt selbst einen Gehirnschlag in ihrer linken Gehirnhälfte und war auf Grund ihrer einschlägigen Ausbildung in der Lage, das Geschehen immer wieder bewusst mit zu verfolgen und im Anschluss an ihre vollständige Genesung nach 8 Jahren die Erfahrungen zu beschreiben, die sie machte, während ihre linke Gehirnhälfte nicht funktionierte. Die planende, klare Umrisse, Grenzen und Zusammenhänge erkennende, die der Sprache mächtige Seite ihres Gehirns wurde von einem großen Blutgerinnsel Schritt für Schritt ausgeschaltet. Nur ihre rechte Gehirnhälfte funktionierte noch mit ihren Fähigkeiten, zwar unfokussiert jedoch umfassend, ganzheitlich zu sehen, Verbundenheit zu fühlen und ganz im Gegenwärtigen aufzugehen. Sie erlebte Gefühle des Schmelzens, Fließens, Einsseins, tiefen Frieden und Freude und uneingeschränktes Aufgehen im Hier und Jetzt – was gleichbedeutend ist mit der Erfahrung von Transzendenz,

in der sich das Individuum nicht als klar abgegrenzte Einheit erlebt, sondern die eigenen Grenzen gleichsam übersteigt (transzendiert). Sie berichtet, wie sie mit dem Wissen um die Fähigkeiten ihrer rechten Gehirnhälfte seither ganz bewusst in diesen Zustand immer wieder eintauche – „it’s only one step away“ (Taylor, 2008, S. 140). Damit belegt die Hirnforschung, dass wir rein physisch die Voraussetzungen zu Transzendenz-erfahrungen besitzen, bzw. dass diese sich in der Struktur des Gehirns, im Materiellen niederschlagen.

Ein italienisches Forscherteam, geleitet von Urgesi und Fabbro, das aus Neurochirurgen, Philosophen und Psychologen bestand (vgl. Blume, 2010), interviewte Krebskranke vor und nach einem neurochirurgischen Eingriff, bei dem den Patientinnen jeweils ein Tumor im Gehirn entfernt wurde. Wurde der Eingriff im hinteren Scheitellappen durchgeführt, berichteten die Betroffenen von einem deutlichen Anstieg transzendenter Erfahrungen. Und dies auch, wenn die Personen sich nicht als religiös verstanden. Die Neuropsychologen schließen auf einen direkten Zusammenhang zwischen der Arbeit dieses Hirnareals und dem Erleben von Transzendenz. Wie bereits beschrieben ist die Fähigkeit zu Transzendenz-erfahrungen ein wesentlicher Aspekt von Spiritualität. Der nüchterne naturwissenschaftliche Blick deutet diese Fähigkeit als Produkt der Evolution, da die Entwicklung von Spiritualität für das Individuum insofern von Vorteil war, als sie half, den Egoismus zu überwinden und das eigene psychische Wohlbefinden zu steigern. Die Betroffenen berichten, dass die Erfahrungen der Transzendenz ihnen jedenfalls helfen, mit ihrer Erkrankung besser umzugehen. Sie könnten so auch ihrem Leiden einen Sinn abgewinnen, was sich auf die Heilungschancen positiv auswirkt.

Man könnte dies als einen Beleg für die immanente spirituelle Dimension des Menschen aus naturwissenschaftlicher Sicht sehen. Intensive Hier-und-Jetzt-Erfahrungen – wie sie beispielsweise Rogers in der Qualität von Präsenz beschreibt (s. Rogers, 1981/2007, S. 80), und die als ein wachstumsfördernder Aspekt in humanistischen Psychotherapien betrachtet werden – wären dann im oben gezeigten Sinn Transzendenz-erfahrungen, die sich in einem bestimmten Hirnareal nachweisen lassen würden.

Psychotherapeutisch nutzen wir diese Tatsache, wenn wir im Sinne Rogers’ die Qualität der Präsenz zur Verfügung stellen, die ein uneingeschränktes Eintauchen bedeutet in das, was sich im Augenblick in der Beziehung zum Klienten ereignet. Das vollkommene Aufgehen im gegenwärtigen Augenblick der therapeutischen Beziehung ist demnach eine Erfahrung, die die alltäglichen Grenzen des Erlebens transzendiert (s. auch weiter unten, Kap. Schlussbemerkung). Es kann nur eine Frage der Erfahrungsoffenheit oder der Abwehr sein, ob wir solche Erfahrungen vollständig symbolisieren oder nicht. Transzendenz-erfahrungen können aus dieser Sicht auch als Teil des psychotherapeutischen Alltags gesehen werden.

Zum Verhältnis von Naturwissenschaft und Religion, von „Wissen“ und „Weisheit“

„And of course the person-centered world is deeply split around spirituality ...“ (West, 2004, S. 144)

Beim Versuch zu verstehen, warum das Thema „Spiritualität und Psychotherapie“ unter Psychotherapeuten intensive Emotionen auslöst und zu gegensätzlichen Standpunkten führt, stößt man auf das Begriffspaar „Naturwissenschaft und Religion“ und auf die Frage, in welcher Beziehung diese beiden scheinbaren Gegensätze zueinander stehen. Ich beziehe mich in diesem Abschnitt auf Ken Wilber, einen amerikanischen Philosophen, der in seinem Werk den Weisheitstraditionen der Menschheit nachforscht und nach Wegen sucht, wie diese Traditionen mit dem Schatz an naturwissenschaftlichen Erkenntnissen der Menschheit in einen sinnvollen Zusammenhang kommen können. Dabei zeigt er auf, dass beide „Seiten“ sich füreinander öffnen müssen, was nur möglich wird, wenn sie sich aufeinander zu entwickeln (vgl. Wilber, 1998/2010).

Der ausschließlich naturwissenschaftliche Blick auf die Tatsache, dass wir uns lebendig und mit Bewusstsein ausgestattet in einem gegebenen Universum vorfinden, würde etwa meinen: Das Leben an sich ist etwas Beobachtbares, das nicht nach dem Warum fragt und in dem Sinne zweckfrei ist. Allmählich wird die Ordnung des Lebendigen sich auflösen und der Entropie² als Energie Platz machen. Das Leben, wie wir es kennen, wird vergehen (vgl. Fuller, 2008, S. 165).

Ein Blick aus spiritueller Perspektive lautet: Das Leben in seiner biologischen Vielfalt ist ein Geschenk. Es ist heilig. Etwas von ultimativer Bedeutung drückt sich in der verkörperten Existenz aus. Es fußt auf dem Glauben, dass wir nicht in einem geschlossenen physikalischen Universum leben und dass Entropie nicht das oberste Prinzip ist, das das Leben regiert³ (ebd.).

Mit dem Aufkommen der Moderne begann ein Streit zwischen Naturwissenschaft und Religion, zwischen einer vormodernen und mythologischen Orientierung der Welt gegenüber

2 Das zweite Gesetz der Thermodynamik sagt, dass in geschlossenen Systemen eine Tendenz zur Unordnung, zum Zerfall geordneter Strukturen beobachtbar und mathematisch genau definierbar ist. Unser gesamtes Universum als System verlangsamt sich, weil jedes System sich abnutzt und dabei Energie verloren geht. Die Entropie ist das Maß für diesen Zerfall zur Zufälligkeit, für molekulares Chaos. Erosion, Korrosion, Tod, Verwesung sind Beispiele dafür. (vgl. http://www.schuelers.com/ChaosPsyche/part_1_9.htm. Zugriff am 4. 2. 2012)

3 Prigogine, auf den Rogers sich bezieht (Rogers, 1981/2007, S. 81), zeigt, dass offene Systeme, bei denen ein Energieaustausch mit der Umgebung stattfindet, dazu tendieren, „Inseln der Ordnung in einem Meer von Unordnung“ (s. in Capra, 1996, S. 217) zu schaffen und Zustände von immer höherer Komplexität hervorbringen können.

einerseits und einem modernen, nüchternen Blick, der ganz auf die Ratio setzte, andererseits. Unter der (modernen) Annahme, dass die Menschheit Fortschritt allein durch Vernunft und Wissenschaft generieren könne und werde, stritt die Naturwissenschaft der Religion ihre Gültigkeit ab. Eine von Kant überlieferte Aussage aus dieser Zeit illustriert dies wie folgt: „Moderne heißt, dass du dich schämst, wenn einer deiner Freunde zur Tür hereinkommt und dich im Gebet antrifft“ (zit. in Wilber, 2008, S. 71). Bei aller notwendiger Kritik an den vielfach unheilvollen Einflüssen dogmatischer und fundamentalistischer Religionsvermittlung wurde so aber buchstäblich das Kind mit dem Bad ausgeschüttet und die möglicherweise stärkende, stützende und heilsame Kraft spirituellen Lebens tendenziell ebenso abgewertet.

Die Kirchen reagierten darauf mit Abgrenzung und Abwertung und dem Versuch, die Evolutionstheorie mit Gottesbeweisen zu wiederlegen. Die Religionen als Institution verweigerten lange Zeit und weitgehend eine Weiterentwicklung im Sinne der Integration naturwissenschaftlicher Erkenntnisse in ihr Welt- und Gottesbild.⁴

Unabhängig davon jedoch, was Wissenschaft und Kirche dazu sagen, tendieren Menschen in ihrem Streben nach einem erfüllten Leben dazu, Visionen der Welt zu entwerfen auf der Suche nach einer ultimativen, letzten Ursache, die im Universum tätig ist. Dieses Denken ist nicht wissenschaftlich – es ist mutmaßlich. Menschen spinnen kreativ hypothetische Modelle von dem, was möglicherweise ist, und das ist nicht öffentlich verifizierbar. Man könnte sagen: das Denken über die existenziellen Grundfragen des Menschen, das Mutmaßen und einen lebensfördernden Umgang Suchen, ist spirituelles Denken. Und es versucht eine Verbindung herzustellen zwischen den Weisheitstraditionen der Menschheit und den bahnbrechenden

Erkenntnissen der Naturwissenschaften, die uns auf einer messbaren, materiellen Ebene einen anderen Einblick in Wahrheit und Wirklichkeit des Lebens ermöglichen.⁵

Die Unterscheidung von „prärationale“ und „transrationale“

Manchen Ausprägungen von Spiritualität oder dem, was als spirituell bezeichnet wird, ist zu Recht mit Skepsis zu begegnen. Auch Psychotherapeutinnen sind in ihrer Praxis damit konfrontiert, dass Klienten ihr Heil manchmal bei fragwürdig scheinenden Heilerinnen suchen. Die Ausführungen in diesem Kapitel mögen eine Orientierungshilfe sein in der Frage, welche Phänomene wie zu beurteilen sind.

Es gibt Auswüchse der New-Age-Bewegung (die keinesfalls in ihrer Gesamtheit zu kritisieren ist), die alles Nicht-rationale hochloben und es „spirituell“ nennen. In der heute verbreiteten „Seminarspiritualität“, die in speziellen Publikationen Kurse anbietet, werden Menschen aufgefordert: „Verliere den Verstand und komme zu Sinnen“, oder es gilt undifferenziert und pauschal die Überzeugung: „Du kannst alles herbeiführen, es kommt nur auf dich an – jeder schafft sich seine eigene Wirklichkeit“. Teilnehmenden wird in Aussicht gestellt, sie könnten in einschlägigen Kursen einige Schritte in ihrer persönlichen Entwicklung überspringen und rasch ans Ziel eines auf allen Ebenen erfolgreichen Lebens kommen. Auch blüht der Handel mit Kristallen, Feng-Shui-Objekten und vielerlei Dingen, die Harmonie und Bewältigung von Problemen versprechen. Menschen, die sich nicht selbst mit den Möglichkeiten und Grenzen der heilenden Wirkung dieser Dinge befassen und einen für sie stimmigen Umgang damit entwickeln, kaufen und verwenden unhinterfragt und merken nicht, wie ihre persönliche Entwicklung dadurch in keiner Weise voranschreitet.

Sie begeben sich in gewisser Weise in einen *prärationalen Zustand*, der dem von Säuglingen gleicht, die sich aufgehoben in einem nicht ausdifferenzierten Ozean von Verschmolzenheit mit ihrer Umgebung befinden, wie das „ozeanische“ Gefühl, das Freud den infantilen primären Narzissmus von

⁴ Ein besonders tragisches Ereignis aus der Zwischenkriegszeit zeigt, welche Sprengkraft dieser Konflikt in der Gesellschaft besaß: Der Philosophieprofessor Moritz Schlick, ein Vertreter des Positivismus, wurde im Jahr 1936 von einem seiner Studenten in der Aula der Wiener Universität erschossen. „In der Anklageschrift hieß es: ‚Der Beschuldigte, der von Natur aus religiös eingestellt ist, hat die wissenschaftliche Bekämpfung des von Prof. Schlick vertretenen Positivismus, bzw. den destruktiven Tendenzen des atheistischen Positivismus entgegenzuarbeiten, für unerlässlich erachtet‘. Dieser Aspekt der Gesinnungstat spielte im Zeitkontext des in Österreich 1933 bis 1938 etablierten klerikalkonservativen Regimes eine nicht unwesentliche Rolle“ (Wikipedia, 5. 2. 2012). Die heutige Kirche vertritt eine gemäßigte Position, wie sie Kardinal Schönborn in einem Gastkommentar in der New York Times vom 11. 7. 2005 mit dem Titel „Finding design in nature“ darlegte: „Die Evolution im Sinn einer gemeinsamen Abstammung (aller Lebewesen) kann wahr sein, aber die Evolution im neodarwinistischen Sinn – ein zielloser, ungeplanter Vorgang zufälliger Veränderung und natürlicher Selektion – ist es nicht. Jedes Denksystem, das die überwältigende Evidenz für einen Plan (design) in der Biologie leugnet oder weg zu erklären versucht, ist Ideologie, nicht Wissenschaft“ (Schönborn, 2005).

⁵ Es gibt mindestens 4 mögliche Zugänge, den Fragen nach unserer Existenz bewusst nachzugehen:

Denken, Verstehen, rationales Analysieren

Emotion, Fühlen oder besser Mitfühlen – Erfassen unseres Seins mit dem Herzen.

Intuition – tiefes, schnelles Erfassen scheinbar vor und jenseits von Emotion und rationaler Analyse und doch zutiefst fühlend-verstehend.

Erfahrendes Erleben – in der Stille meditativer Praktiken, mit Hilfe Erlebnis aktivierender, wissenschaftlich psychotherapeutischer oder vorwissenschaftlich schamanistischer Methoden oder systematisch evolzierter bewusstseinsveränderter Zustände“ (vgl. Dirnberger, 2012, S. 13).

Säuglingen nennt (Wilber, 1995/2002, S. 259). Sie machen sich ihre Sehnsucht nach frühkindlicher Geborgenheit nicht bewusst und vertrauen unter Umständen blind auf die Versprechungen geschäftstüchtiger, selbsternannter Heiler. Auch die Religionen fördern prärationales Verhalten in ihren Gläubigen, indem sie das gehorsame Befolgen religiöser Vorschriften mit dem zu erwartenden Heil gleichsetzen. Kritisches, selbstbestimmtes, also rationales Verhalten ist immer noch größtenteils unerwünscht oder wird als Ungehorsam abgetan.

Transrationale Zustände (die auch als „mystische“ Zustände beschrieben werden, was gleichbedeutend ist mit „geheimnisvoll“) können Personen erleben, wenn ihre spirituellen Erfahrungen und Praxis eine gewisse Intensität und Kontinuität erreichen. Von tief religiösen Menschen wird zum Beispiel der Zustand der „Unio Mystica“ beschrieben (Landauer, 1991; von Avila, 1979) – ein tiefes, bewusst erfahrbares und zumindest in Ansätzen beschreibbares Verschmelzungsgefühl mit allem, was ist oder die gefühlte, selbstlose Liebe zu allem, was ist.

Beispielsweise wird von Mutter Theresa von Kalkutta berichtet,

dass sie nach Jahren intensiven religiösen Lebens und der inständigen Bitte an Gott, ihr doch ihre Lebensaufgabe zu zeigen, in einem Moment vollkommenen Einblick in das Leid der Menschheit erhielt. Diese Erfahrung war für sie erschütternd, da sie sich in dem Moment der Einsicht in keiner Weise der Wahrnehmung des Elends entziehen, geschweige denn sich davor schützen konnte – aber sie veränderte ihr Leben von Grund auf und führte sie zu ihrer Berufung (vgl. Sammer, 2006).

Sie hatte etwas erlebt, das Verstand und Lebenserfahrung voraussetzte, mit dem Verstand selbst aber nicht mehr fassbar war, das zutiefst erschütternd war und doch klar den nächsten Schritt vorgab.

Personen, die um geliebte Menschen trauern, berichten oft, dass die fast körperlich gefühlte Anwesenheit dieser Menschen sie im Weiterleben stärke und ihnen Trost spende, obwohl sie zugleich wissen, dass der Tod ein Faktum ist. Menschen können auch über große Entfernungen weg eine lebendige, herzerwärmende Verbindung zu ihnen wichtigen Personen aufrechterhalten und Kraft daraus schöpfen, obwohl die Vernunft weiß, dass dies im materiellen Sinn nicht möglich ist.

Prärationale Zustände sind, wie transrationale Zustände, ihrer Natur nach beide nicht rational und können auf den ersten Blick als identisch erscheinen. Echte mystische, (transrationale) Erfahrungen, die Menschen machen, die sehr wohl in der Lage sind, rational zu denken, kritisch zu hinterfragen, wie auch André Comte-Sponville, der auf einem Waldspaziergang mit Freunden plötzlich eine tiefe Erfahrung von Zeitlosigkeit, von Ewigkeit, von verbunden Sein, von bebendem Glück machte, wie er es beschreibt (Comte-Sponville 2008, S. 183) – könnten leicht als Regression in primitive frühkindliche Formen des Erlebens bezeichnet werden, in denen

noch kein bewusst erfahrenes Selbst, noch keine Sprache verfügbar ist.

Dies wäre eine verkürzte Darstellung, in der Rationalität das höchste Prinzip ist, und in der, wer nicht rational ist, als neurotisch gilt. Spirituelle Erfahrungen gehen natürlicherweise über die bloße Rationalität hinaus. Aber man muss „transrational“ und „prärationale“ unterscheiden. Prärationale umfasst alle Formen des Gewahrseins, die zur Rationalität erst hinführen, wie Sinneswahrnehmungen, vitale Lebensempfindungen, körperliche Emotionen, Bilder und intensive Gefühle. Sie schließt ihrer Natur nach Rationalität aus. (vgl. Wilber 1998/2010, S. 121)

Erst wenn die Vernunft hervorgetreten ist und sich gefestigt hat, kann das sich weiter entwickelnde Bewusstsein den Übergang in transrationale Bewusstseinsmodi vollziehen. Transrationalität schließt die rationale Perspektive immer mit ein. Eine Person, die in sich ausreichend gefestigt ist, ist in der Lage, sich einer Erfahrung hinzugeben, die mit Vernunft nicht mehr zu erklären ist, die aber trotzdem in das Selbstkonzept integrierbar ist. Dazu gehören intensive Glücksmomente oder Einheitserfahrungen, in denen die Ichgrenzen der wahrnehmenden Person für sie selbst zu verschwimmen scheinen. Auch können Erfahrungen der Präsenz und tiefer Empathie im psychotherapeutischen Setting in diesem Sinne transrational sein.⁶

Die Prä/Trans-Verwechslung kann in beide Richtungen geschehen. Es gibt die Tendenz, alle echten transrationalen Erfahrungen auf ein Steckenbleiben auf kindlichen, prärationalen Bewusstseinsstufen zu reduzieren. Dies kann aber nur zur Hälfte stimmen. Ein guter Teil der Neurose ist tatsächlich als prärationale Fixierung oder Regression zu erklären, andererseits gibt es, wie oben beschrieben, transrationale, mystische Zustände wirklich. Sie befinden sich jenseits der Rationalität und nicht diesseits oder unterhalb (ebd., S. 122).

Deshalb wäre es bedauerlich, wenn mystische Zustände kleingeredet würden. Wenn man nun aber für diese aufgeschlossen ist, unterscheidet jedoch nicht zwischen „prä“ und „trans“, dann wird man „alles Nichtrationale in die Höhe heben und den infantilen primären Narzissmus als unbewusstes Schlummern in der göttlichen Einheit auffassen. Dann wird alles Nichtrationale mit einem Heiligenschein versehen. Alles Rationale ist dann falsch, alles Nichtrationale ist spirituell“ (ebd.).

⁶ siehe Kapitel „The challenge of being Present to our client’s Spirituality“ in diesem Artikel

Die Haltung von Psychotherapeutinnen zu ihrer eigenen Spiritualität und zu der ihrer Klienten hat Auswirkungen auf die psychotherapeutische Beziehung

Was könnte es für die therapeutische Arbeit bedeuten, wenn die Therapeutin dem Thema Spiritualität gegenüber zum Beispiel desinteressiert, skeptisch oder ablehnend ist, oder nur äußerlich Wahrnehmbares, mit dem Verstand und – vielleicht unbewusst, weil sie ihre eigene Haltung dazu noch nicht ergründet hat – nur innerhalb des eigenen Bezugsrahmens Erfassbares, bedingungslos positiv beachten kann?

- Würde ein empathischer Klient spüren, dass seine Psychotherapeutin zum Beispiel „mit Religion oder mit Spiritualität nichts am Hut hat“ und deshalb das Thema, wie drängend und wichtig es auch sei, nicht ansprechen? Würde er sich vielleicht dabei sogar stark, selbständig, erwachsen fühlen, weil er das bei sich behalten kann, die Therapeutin „nicht in Schwierigkeiten gebracht“ hat und sich so einer wesentlichen Möglichkeit zur Selbsterfahrung berauben, um die Therapeutin nicht zu „überfordern“?
- Würde eine Klientin sich dafür schämen, dass sie in den religiösen Vorstellungen aus Kindertagen normalerweise Trost findet, sich aber in der aktuellen Lebenskrise von all diesen Helfern verlassen fühlt und nicht weiß, wie und ob ihr Glaube überhaupt noch eine Stütze sein kann? Und würde sie dann nicht darüber sprechen, weil sie fürchtet, die Therapeutin könnte abwertend reagieren?
- Wenn ein Klient beispielsweise die wiederkehrende Last bedrückender Vorahnungen trägt, die sich dazu noch oft bewahrheiten – würde der Therapeut dies bedingungslos beachtend begleiten und auch als eine geistige Fähigkeit betrachten können, mit der es gilt, einen lebensfördernden Umgang zu finden oder würde er der Angst des Klienten erliegen und das „Symptom bekämpfen“?

Wenn der Klient fühlt, dass seine spirituellen Erfahrungen und seine Spiritualität für die Therapeutin akzeptabel sind, dann wird er von sich aus eher Aspekte seiner Spiritualität innerhalb der Therapie erforschen. Lannert argumentiert, dass Therapeutinnen, deren Klienten niemals etwas über Spiritualität erwähnen, sich fragen sollten, welches ihre eigenen ungelösten Themen rund um dieses Thema sind (Lannert, 1991).

Präsenz (Gegenwärtigkeit) – Ein personenzentrierter Zugang zur Spiritualität

Ich gehe davon aus, dass die Spiritualität von Klientinnen (und Therapeuten) ein impliziter Aspekt der psychotherapeutischen Begegnung ist. Es scheint mir wesentlich, wie Therapeuten darauf eingehen.

Der personenzentrierte Ansatz hält in sich eine Antwort bereit. Es wird deutlich, dass personenzentrierte Psychotherapie nicht nur eine Behandlungstechnik ist, sondern sich aus einem paradigmatischen Weltbild speist. Eines, das die erlebende Person in den Mittelpunkt stellt und ihr ein Potential zuschreibt, das in seiner Entwicklung nicht von vornherein begrenzt ist.

Rogers schreibt an einer oft zitierten Stelle:

„Wenn ich ... als Therapeut in meiner besten Form bin, entdecke ich ein weiteres Charakteristikum. Ich stelle fest, dass von allem, was ich tue, eine heilende Wirkung auszugehen scheint, wenn ich meinem inneren, intuitiven Selbst am nächsten bin, wenn ich gewissermaßen mit dem Unbekannten in mir in Kontakt bin, wenn ich mich vielleicht in einem etwas veränderten Bewusstseinszustand befinde. Dann ist allein schon meine Anwesenheit für den anderen befreiend und hilfreich... wenn ich mich entspanne und dem transzendentalen Kern von mir nahekomme... verhalte ich mich auf eine Weise, die ich rational nicht begründen kann und die nichts mit meinen Denkprozessen zu tun hat... es ist, als habe meine Seele Fühler ausgestreckt und die Seele des anderen berührt. Unsere Beziehung transzendiert sich selbst und wird Teil von etwas Größerem. Starke Wachstums- und Heilungskräfte und große Energien sind vorhanden“ (Rogers, 1981/2007, S. 80).

Rogers Beschreibung nach ist das Erleben einer so uneingeschränkten Gegenwärtigkeit eine spirituelle Erfahrung per se.

Es ist der späte Rogers, der Bezug nimmt auf Spiritualität. Erst am Ende seines langen Lebens scheint er sich dafür frei zu fühlen. Er ist in einem Alter, in dem er seine Frau bereits im Sterben begleitet hat und in dieser Zeit, aber auch schon davor in Großgruppen vorwiegend in Brasilien, unter anderem zusammen mit John Wood (vgl. Wood, 1984, S. 313), in Kontakt mit spirituellen Phänomenen gekommen war. Dieser späte Rogers, der manchen weltmissionarisch erscheint, ist aber auch und immer noch der, der nach Jahren gründlicher, klinisch wissenschaftlicher Tätigkeit die Szene der amerikanischen akademischen Psychologie revolutionierte und uns Wesentliches über angewandte Psychotherapie lehrte und darüber, dass Therapieprozesse keineswegs beliebig sind. Sie setzen fundiertes theoretisches Wissen voraus – Menschsein allein genügt nicht. Er ist nun ein reifer Mann, der präzise und klar formuliert und keineswegs ein Greis, der keinen wirklichen Bezug zur Realität mehr hat, wenn man das umfangreiche Interview zu seiner Lebensgeschichte liest, das er noch einige Jahre nach diesem Zitat, im Jahr 1986, David Russell gab (Rogers & Russell, 2002).

Wenn wir von Präsenz (Gegenwärtigkeit) sprechen, so versteht Schmid sie im therapeutischen Zusammenhang als eine tiefe Verwirklichung von Wertschätzung, Einfühlung und Authentizität. Dadurch werden die wesentlichen Bedingungen für eine psychotherapeutische Beziehung integriert und in gewisser Weise das Geistige (Spiritus), das Unnennbare, berührt (vgl. Schmid, 1994, S. 244). Kann der Therapeut sich in dieser bedingungslosen Weise zur Verfügung stellen, entsteht für die Klientin ein Raum, in dem sie frei ist, sich allem zuzuwenden,

was aus dem eigenen Inneren auftaucht. Die reine Präsenz ist eine therapeutische Fähigkeit, die der Klientin erlaubt, ganz im Augenblick, also bei ihrem eigenen Erleben anzukommen, weil der Therapeut selbst in der Lage ist, im umfassenden Sinn anwesend zu sein und die Wirklichkeit sich ereignen, die Zeit förmlich stillstehen zu lassen. Dies bedeutet quasi einen Moment von Ewigkeit (= Zeitlosigkeit), in dem sich Neuschöpfung, Kreativität ereignen kann. Die Klientin kann dies als tiefes Entspanntsein, als Wohlbefinden erleben. Es geschieht nichts Spektakuläres, Geheimnisvolles. Es handelt sich um ein Ankommen bei sich selbst, das als besonders heilsam erlebt wird. Sie wird potentiell offen für jegliche Erfahrung, was ein wesentliches Merkmal der „fully functioning person“ ist, und erlebt damit einen Augenblick vollständiger (seelischer) Gesundheit.

Welcher Therapeut hat in der therapeutischen Begegnung nicht schon auf diese Weise geschaut, zum Beispiel wenn das, was Klientinnen sagten (vielleicht in endlosen Wortschleifen oder zum zigsten Male) nicht mehr verständlich war? Dieser Blick ohne Fokus, aus einem ganz wachen Inneren heraus, die ganze Person mit all ihren augenblicklichen Lebensäußerungen umfassend, sich von dieser Person in diesem Augenblick ganz und gar beeindrucken lassend – das ist ein kontemplativer Blick. Er ermöglicht etwa die Erfahrung, mit einem Mal gleichsam das ganze Wesen zu erfassen. Das „Wesen“ ist mehr als „die Person“, es beinhaltet die Person, die gegenüber sitzt und alles, was sie ist. Hier ist nicht ein hellseherischer Blick gemeint, sondern eher ein gewärtig Sein ihres gesamten Potentials, das nur zu ahnen ist und nicht explizit gewusst werden kann, das aber ein Wahrnehmen der Ganzheit dieser Person miteinschließt – eine Erlaubnis quasi, alles zu sein, das sie werden kann und deshalb ist. Das bedeutet Gegenwärtigkeit – auch im Sinne von alles zugleich Sein. Dadurch kommen Klientin und Therapeut in Kontakt mit einer immateriellen Wirklichkeit, mit etwas noch Unbekanntem und trotzdem Wahrem, mit etwas, das man „geistig“ nennen kann und das als lebendig erlebt wird – etwas Spirituellem dem Wortsinn nach (s. Kap. „Ein Platz im Gehirn“ in diesem Artikel).

In dieser Atmosphäre wird es Therapeut und Klientin möglich, Bereiche der „ultimate concerns“ zu berühren, das, was wichtiger ist als alles Andere, was die Person unbedingt angeht, was sie wesentlich ausmacht (ebd.). Wenn Klientinnen sich auf diese Weise, besser noch – an diesem Ort ihrer selbst – gesehen und begleitet fühlen (verstanden werden scheint hier nicht das Wichtigste zu sein, weil es vielleicht um noch Unverstehbares geht, das fürs Erste nur in seiner Existenz anerkannt sein will), dann ist es vorstellbar, dass sie noch unberührte Potentiale in sich als selbst erschließen bzw. auf hilfreiche Ressourcen stoßen können.

Hier geht es nicht um einen verträumt abgehobenen Hier-und-Jetzt-Kult, den schon Rogers kritisierte (Rogers 1987n,

S. 540), und der womöglich die Lebensbedingungen der Klientin und störungsspezifisches Verstehen ausblendet. Gemeint ist ein „sowohl-als-auch“ – die Fähigkeit des Therapeuten, im Wissen um die psychische Verfasstheit der Klientin deren Ängstlichkeit, bzw. Verletzlichkeit einerseits im Auge zu behalten und andererseits immer wieder im gegebenen Moment, im Augenblick der Begegnung mit der Klientin anzukommen – denn dort ist Veränderung im Sinne korrigierender Erfahrungen denkbar und möglich.

Wenn Menschen Erfahrungen machen, wie ein „Aufgehen in einem größeren Lebensplan“ oder das „Gewahrsein der Einheit mit Allem“, oder „eine selbstlose Liebe zu allem Seien“, dann werden diese als transzendente Erfahrungen oder als Selbsttranszendenz bezeichnet. Die Theorie von der Person wird dadurch nicht in Frage gestellt. Es ist die Person, die in einem vielleicht veränderten Bewusstseinszustand transzendente Erfahrungen macht, die grundsätzlich in ihr Selbstkonzept integrierbar sind.

Voraussetzung ist aber ein gefestigtes, konsistentes Selbst, das „mit Hilfe von Bezugspersonen bereits eine integrierte Gestalt angenommen hat“ (Heinerth, 2003, S. 279). Im psychotherapeutischen Setting ist deshalb Sorge zu tragen, dass Personen ihre transzendenten Erfahrungen als etwas begreifen können, das sie selbst als menschliche Wesen in einem physischen Körper erleben. Der Therapeut wird die Klientin dabei unterstützen, diese Erfahrung exakt und vollständig zu symbolisieren – Worte für die inneren Bilder und die damit verbundenen Gefühle zu finden, um eine Übereinstimmung auf allen Sinnesebenen zu ermöglichen und damit eine echte Selbsterfahrung zu machen.

„The challenge of being Present to our client's Spirituality“⁷

„Man kann natürlich ohne Spiritualität durchs Leben gehen. Viele gute Menschen tun das. Man kann auch ohne Liebe und ohne Kunst leben. Aber wenn man jemals geliebt hat oder von einem Kunstwerk berührt wurde, weiß man, dass sie völlig andere Dimensionen im Leben eröffnen. Es geht auch ohne, aber dein Leben hätte nicht die reiche Struktur, die nur sie hineinbringen können“ (Fuller, 2006, S. viii, Übers. d. Autorin).

„Die Fähigkeit zu denken und zu konstruieren ist ohne die Verbindung zur Seelendimension lebensgefährlich. Ein Überleben der Spezies Mensch ist nur gesichert, wenn diese andere „Fähigkeit“ entwickelt wird und in uns zur Entfaltung kommt“ (Dohr, 2012, S. 22).

Spiritualität und Psychotherapie haben meiner Überzeugung nach eng miteinander zu tun. Ich meine, dass es einer Form

7 „Die Herausforderung, der Spiritualität unserer Klientinnen zu begegnen“ (West, 2004, Buchrückseite) Übers. durch die Autorin

der Intelligenz bedarf, um im therapeutischen Setting für die Spiritualität von Klientinnen (und für die eigene Spiritualität) offen zu sein. Die Psychotherapeutin kann durch achtsames, von theoretischem und einschlägigem Faktenwissen getragenes, therapeutisches Arbeiten ihre Klienten dabei begleiten, die heilsamen Aspekte ihrer Spiritualität für ihr persönliches Wachstum zu nützen. So, wie wir mit unserer rationalen Intelligenz verlässliche Rahmenbedingungen für unsere Berufsausübung und die Sicherheit unserer Klienten herstellen und mit unserer sozialen oder emotionalen Intelligenz die therapeutischen Grundprinzipien verwirklichen, sollte meiner Ansicht nach „Spirituelle Intelligenz“⁸, die Fähigkeit, die spirituellen Aspekte des Lebens zu beachten, auch in der Psychotherapie Bedeutung haben.

Ich beschreibe im Folgenden wesentlich scheinende Zugänge zu einer die Spiritualität einbeziehenden Arbeitsweise:

Offensein für die Annahme einer spirituellen Dimension im Menschen

unabhängig davon, ob sich jemand als gläubig oder religiös, agnostisch oder atheistisch sieht. An sich ist die prinzipielle Offenheit für jegliche Phänomene in Klientinnen dem Personzentrierten Ansatz inhärent. Gerhard Lukits arbeitet in seinem Artikel „Autonomie und Bestimmung“ (Lukits, 2012)⁹ pointiert heraus, dass Menschen, wie fast alle anderen Organismen auch, ganz und gar selbstbestimmte Systeme sind. Andererseits werden sie von einem übergeordneten Organismus ermöglicht und

geschaffen, „sei es die Zelle vom Körper, der einzelne Mensch von seiner Familie, ein ökologisches System von Natur oder Kosmos“ (ebd. S. 94). Als Geschaffene, Ermöglichte sind sie ab nun entlassen, „berufen oder auch verdammt“, sich autonom weiter zu erschaffen und von ihrer Herkunft zu emanzipieren. Entstehen und Struktur verdanken sie, ohne etwas dazu beigetragen zu haben, einem übergeordneten Organismus und bleiben weiterhin „zugehöriger Teil dieses Umfassenderen“, ohne dadurch ihrer Eigenständigkeit enthoben zu sein. Als reflexives Wesen sind sie imstande, ihre Herkunft und damit ihre Zugehörigkeit zu bedenken. In weiterer Folge steht es im Sinne der Autonomie jedem frei, zu entscheiden, „welche Zugehörigkeit möchte ich bewusst leben, wenn ich auch keineswegs dazu beauftragt bin? Es gibt keine Bestimmung von außerhalb des Individuums, aber eine vom Individuum frei gewählte Rückbindung an Herkunft und Zugehörigkeiten, an einen Sinn, der jedem Organismus übergeordnet ist. Solche religiösen Elemente sind uns nicht aufgegeben, aber ermöglicht“ (ebd. S. 95).

Wenn also Klientinnen von sich aus eine spirituelle Gesinnung signalisieren, müssen Therapeutinnen damit in Resonanz gehen können, weil sie im hier beschriebenen Sinn Ausdruck einer mehr oder weniger bewussten Wahl der Klientinnen ist.

Transparenz in der eigenen Haltung zu spirituellen Themen

Was bedeutet Spiritualität für mich? Welche Erfahrungen, Meinungen, gegebenenfalls Vorurteile habe ich dazu? Eine Auseinandersetzung mit der eigenen spirituellen Biographie ist für Psychotherapeutinnen unumgänglich. Beispielsweise lassen nicht aufgearbeitete, schmerzvolle Erfahrungen mit Religion und ihren institutionellen Vertretern kaum einfühlerisches Verstehen für Klientinnen zu, die etwa konfessionstreu sind, vielleicht regelmäßig in die Kirche, Moschee oder Synagoge gehen und sich an den dort vermittelten Glaubensinhalten orientieren.

Ein gläubiger Klient wollte von seiner Therapeutin in einer der ersten Therapiestunden wissen, welche religiöse Gesinnung sie habe. Es sei ihm wichtig, dass religiöse Themen bei ihr gut aufgehoben wären. Sie sagte ihm, dass sie an keinen Gott glaube und auch keiner religiösen Glaubensgemeinschaft angehöre. Sie sei aber sehr offen für alles, was für ihn in diesem Zusammenhang von Bedeutung sei und bereit, ihn dabei einfühlsam zu begleiten. Der Klient fand es zwar schade, dass die Therapeutin seine Glaubensüberzeugungen nicht teilte, fühlte sich aber auch in seiner Spiritualität von der Therapeutin angenommen.

Ein phänomenologischer Zugang

Es sind die Klienten, die ihre Spiritualität im Kontext der Psychotherapie definieren. Psychotherapeutinnen versuchen zu verstehen, welche Bedeutung etwas für den Klienten hat. Antworten auf die großen Fragen des Seins finden Menschen in

⁸ Zohar und Marshall stellen der rationalen Intelligenz und der emotionalen Intelligenz (Goleman, 1995/2001) eine dritte Ausprägung menschlicher Intelligenz hinzu: Mit ihrer spirituellen Intelligenz fügen Menschen all dem die Dimension ihrer Werte und übergeordneten Ziele hinzu. Die Autoren leiten die Prinzipien Spiritueller Intelligenz von den Eigenschaften ab, die auch komplexe, adaptive Systeme beschreiben. In der Biologie sind dies lebende Systeme, die Ordnung aus dem Chaos erschaffen, Information generieren und sich der Entropie widersetzen (s. Kap. „Die Unterscheidung von „prä-rational“ und „transrational“ in diesem Artikel). Spirituelle Intelligenz wird ergänzend zur emotionalen oder sozialen Intelligenz bezeichnet als die Fähigkeit und den Mut, sich den existenziellen Wirklichkeiten wie Freiheit, Leiden, Tod und dem Ringen mit der fortdauernden Suche nach Sinn zu stellen. Erst die Kultivierung dieser grundlegenden Fragen und der Austausch darüber bilden den wirklichen Zusammenhalt der Gesellschaft“ (vgl. Zohar & Marshall, 2004/2010). „Spirituelle Intelligenz taucht auf, wenn sich Bewusstsein in immer tiefer werdendes Gewahrsein von Materie, Leben, Körper, Verstand, Seele und Geist hinein entwickelt. Sie ist dann mehr als reine mentale Fähigkeit. Sie öffnet das Herz und kann in einer Kultur als Liebe, Weisheit und Dienst ausgedrückt werden“ (Vaughan 2002, Übersetzung durch die Autorin). Aus dieser Perspektive kann die Tätigkeit der Psychotherapeutin auch als eine Form der Liebe (vgl. Thorne 1991, S. 77) und als Dienst am Klienten angesehen werden.

⁹ unter Bedachtnahme auf die Systemtheorie von Varela und die Therapietheorie von Rogers

erster Linie in ihrem Inneren, unter der Annahme, dass sie fähig sind/werden, die Grenzen ihres Bewusstseins in die Weite und in die Tiefe auszudehnen. Ein Zugang ähnlich wie im Focusing nach Gendlin, bei dem die Person sich achtsam dem nähert, was sich in ihrem Inneren zeigt, bei dem gewohnte Denkstrukturen zugunsten eines Staunens aufgegeben werden und dem Mehrdeutigen, Flüchtigem, dem Symbolischen und Impliziten Raum gegeben wird, ist vonnöten.

Eine Kollegin berichtet von einer Klientin, die Bilder davon hatte, wie sie mit Schlangen gefoltet wurde. Die Bilder waren für sie so eindringlich, dass sie überzeugt war, sie habe das in einem früheren Leben in einem anderen Land am eigenen Leib erfahren. Ob es sich hier um spirituelle Inhalte handelt – immerhin glauben viele Menschen an Wiedergeburt, und es gibt therapeutische Ansätze, die Rückführungen in frühere Leben einbeziehen (Sigdell, 2005), wie auch immer man dazu steht – oder um Anzeichen einer psychischen Störung, ist nicht in erster Linie zu beurteilen. Hier ist – wie in anderen Therapiesituationen – erst einmal auf die Inhalte und die Bedeutungen einzugehen, die sie für die Klientin haben.

Aus psychotherapeutischer Sicht geht es in erster Linie um die Integration der Erfahrung ins Selbstkonzept. Eine wertschätzende Haltung der Therapeutin müsste die Möglichkeit beinhalten, dass die Klientin bei ihrer Vorstellung bleibt, in einem früheren Leben Erfahrenes mit allen damit verbundenen Gefühlen und Gedanken nun wieder zu erleben. Andererseits meint therapeutische Kongruenz aber auch Selbsteinbringung und gegebenenfalls Konfrontation, wenn die Therapeutin Inhalte als Abwehr oder Verzerrung bedrohlicher Erfahrungen versteht, die nicht symbolisiert werden können.

Was ist „gesund“ – was ist „krank“?

West zitiert Forschungen, die zeigen, dass atheistische oder agnostische Therapeuten genauso fähig sind wie spirituell gesonnene, religiöse Bildersprache mit gläubigen Klientinnen erfolgreich zu verwenden. Es ist anzunehmen, dass es sich hier um Personen handelt, die mit dem Thema einen persönlich stimmigen Umgang gefunden haben. Damit ist nicht Gleichgültigkeit gemeint, sondern eher eine Art Offenheit und Wohlwollen. Beispielsweise berichtet Dave Mearns, dass er, obwohl Agnostiker, keine Schwierigkeiten habe, mit Klienten zu beten, wenn sie das möchten (Mearns, 2010, S.77). Andererseits haben Allman et al. (in West, 2004, S.92) bei einer Umfrage unter 285 Therapeuten herausgefunden, dass zum Beispiel psychodynamisch und verhaltenstherapeutisch orientierte Therapeutinnen signifikant mehr Klienten, die mystische Erfahrungen machten, als pathologisch einstufen, als humanistisch/existenziell orientierte. Personenzentrierte Therapeuten hätten demzufolge einen tendenziell offeneren Zugang zu spirituellen Phänomenen. Dem kommt die personenzentrierte Praxis der prozessualen Diagnostik entgegen, in der die Diagnose keine fixe Größe ist, sondern im Lauf der

Therapie und mit zunehmender Tiefe des Kontakts zur Klientin immer differenzierter wird.

Wenn auch nicht alle spirituellen Erfahrungen völlig „gesund“ sind, wie beispielsweise beim Experimentieren mit bewusstseinsweiternden Drogen, so bedeutet das nicht, dass sie mehr oder weniger Ausdruck von Verrücktheit oder psychischer Krankheit sind. Unsere Präsenz ist gefragt, wie auch immer der Klient zu spirituellen Themen und Glaubensüberzeugungen steht – auch wenn diese aus Sicht der Therapeutin eine bizarre oder fundamentalistische Position vertreten.

Ich selbst benötigte einige Zeit, um zu verstehen, warum eine Klientin trotz Depression und belastender Schuldgefühle sich nicht von einer katholisch fundamentalistischen Gruppierung lösen wollte. William West würde dazu sagen: „This misses the client's point“ (West, 2004, S. 46). Meine Überlegungen gingen am Kern des Anliegens der Klientin vorbei. Erst als ich nachvollziehen und würdigen konnte, dass es die Formen des Betens, Anbetens und Verehrens waren (die in dieser Gruppe gelebt wurden), die die Sehnsucht nach Ausdruck ihrer Spiritualität stillten, war es möglich, mit der Klientin daran zu arbeiten, wie sie sich gegen dort als unsinnig erlebte Regeln behaupten könne.

Manchmal ist zu beobachten, dass Klientinnen in Mustern gefangen bleiben, wenn sie beispielsweise von sich verlangen, angesichts schmerzlicher Erfahrungen immer nur positiv zu denken und Gott für ihr Leben zu danken, wie ein konservativer Beichtvater oder internalisierte Bewertungsbedingungen unter Umständen verlangen. Auch kann beispielsweise eine lange Meditationspraxis allein Neurosen oder psychische Probleme nicht lösen. Eine spirituelle Praxis macht Psychotherapie nicht überflüssig.

Klienten begeben sich auch in Therapie, weil sie trotz intensiven Meditierens fühlen, dass sich schwierige Lebensthemen immer wieder in der gleichen Heftigkeit aktualisieren, und sie den Eindruck haben, in ihrer persönlichen Entwicklung zu stagnieren. Sie hatten ihre Hoffnung auf einen Roshi (Meister, Lehrer) gesetzt, wie es zum Beispiel in manchen buddhistischen Ausrichtungen üblich ist, und sind nun enttäuscht, weil das ersehnte frei Sein von Leid nicht eintritt. Der Tradition nach begleitet der Roshi seine Schüler auf ihrem spirituellen Weg, dient ihnen als Vorbild, Ermutigung und korrigiert Fehler. Dazu zählen auch Übereifer oder eine Praxis, die sich vorwiegend an materiellen Werten orientiert (schneller, besser, weiter, höher zu gelangen). In diesem Sinn ist die Begleitung des Lehrers grundsätzlich förderlich und dient der psychischen und physischen Gesundheit. Psychotherapeutinnen müssen das wissen und dürfen die spezielle Meister-Schüler-Beziehung nicht a priori als Abhängigkeit oder Hörigkeit bewerten. Nur wenn sie diese besondere Beziehung respektieren und das vermitteln können, werden Klienten frei,

gegebenenfalls ihre Anteile von Abhängigkeit und Unselbständigkeit zu erforschen.

Manchmal haben Klienten einen Prozess durchzumachen, der sie von einem prärationalen Zustand des kindlichen Verschmolzenseins mit ihrem Lehrer (s. Kap. „Die Haltung von Psychotherapeutinnen zu ihrer eigenen Spiritualität...“ in diesem Artikel) durch eine Krise hindurch zu einem rationalen Zugang zur Lehre führt. Erst dann können sie in reifer und selbstbestimmter Weise von ihrer spirituellen Praxis profitieren und vielleicht die transrationalen Zustände erleben, von denen die Meditationsliteratur spricht.

Authentische Spiritualität setzt demnach eine Persönlichkeit voraus, die sich ihrer Selbst bewusst ist, die in der Lage ist, auch ungeliebte oder noch fremde Aspekte ihrer Person zu integrieren.

Nötiges Wissen

Spirituelle Erfahrungen oder Glaubensüberzeugungen können unverständliche Elemente beinhalten. Genaue Empathie reicht oft nicht aus, um das spirituelle Erleben von Klienten umfassend zu begreifen. Es braucht auch ein Grundwissen über Schlüsselaspekte von Religionen, spirituellen Wegen und Traditionen, wie dies ja auch in der Arbeit mit Menschen aus anderen Kulturkreisen verlangt ist.

Eine besondere Herausforderung für mich als Therapeutin bedeutet es, wenn beispielsweise eine Klientin mit schweren Missbrauchserfahrungen in ihrer frühen Kindheit davon berichtet, dass sie seit Jahren Tantra übte. Dies beinhaltet auch intime sexuelle Übungen mit anderen Gruppenmitgliedern. Dabei werde geübt, sich selbstlos und ohne Begehren den Übungspartnern und -partnerinnen hinzugeben und nach den Übungen jegliche Wünsche nach darüber hinausgehender Verbindlichkeit loszulassen. Ziel sei es, sich von Selbstsucht frei zu machen, der Liebe der Menschen untereinander zu dienen, erfüllende Sexualität zu leben und inneren Frieden zu finden. Sie erlebe, wie ihr diese Übungen helfen, langsam und behutsam zu ihrer Sexualität zu finden und berichtet von intensiven Erfahrungen des Verschmelzens und des Einsseins. Sie verstehe die tantrische Praxis als ihren persönlichen spirituellen Weg, der ihr hilft, ihre frühen traumatischen Erfahrungen zu verarbeiten. Dennoch ist die Gefahr der Retraumatisierung groß. Als Therapeutin muss ich das im Sinne meiner Kongruenz mit ihr besprechen. Zugleich hilft mir aber meine grundsätzliche Offenheit für ihre Spiritualität kongruent zu bleiben angesichts ihres Wunsches, weiterhin an den tantrischen Prinzipien festzuhalten, wenn diese ihr trotz allem sinnvoll für ihr Leben erscheinen. Die Aktualisierungstendenz der Klientin gibt die Richtung vor – und sie ist mit Sicherheit stärker als meine Bedenken.

In dieser Situation erscheint es mir unumgänglich, mich als Therapeutin mit den Prinzipien des Tantra vertraut zu machen, um auch eine eigene Sicht in den Therapieprozess einbringen zu können. Auch muss ich meiner Ansicht nach einen Begriff davon haben, was es für Menschen bedeuten kann, eine tiefe Sehnsucht zu spüren, „zu selbstloser Liebe und Hingabe fähig zu werden, um in diesem Leben, zur Vollendung zu gelangen (frei zu werden von jeglicher Ichbezogenheit, was als wesentliches Ziel eines spirituellen Weges gilt)“, wie es eine Klientin einmal ausdrückte. Nur dann kann ich ihre Sehnsucht bedingungslos positiv beachten und ihre Erfahrungen empathisch begleiten.

Es kommt vor, dass unsere Vorstellungen von seelischer Gesundheit sich nicht mit den Vorstellungen unserer Klientinnen decken. Es kommt vor, dass wir uns um eine Klientin sorgen, die einen aus unserer Sicht gefährlichen Weg einschlägt. Dies kann auch auf die Wahl eines spirituellen Weges zutreffen. Manchmal helfen unsere Worte und Erklärungen dann nicht. In der therapeutischen Situation kann ich in Momenten der vollkommenen Präsenz wahrnehmen – meist in längeren Phasen der Stille, manchmal mit intensivem Blickkontakt, wenn tiefe Verbundenheit spürbar wird – dass etwas in dieser Klientin stark und gesund und trotz schwerer seelischer Verletzungen eigenständig und voll unbedingten Lebenswillens ist. Dann fasse ich Vertrauen zu den konstruktiven Kräften in ihr. Dies ist dann für mich als Therapeutin der Ausgangspunkt, um mit ihr gemeinsam auch die für sie schädlichen und gefährlichen Aspekte ihres Weges auszuloten und sie zu unterstützen, ihre persönlichen Grenzen anzuerkennen und diese mehr und mehr zu schützen.

Ethisch handeln

Der jeweilige kulturelle Bezugsrahmen – auch der des Psychotherapeuten – durchdringt das Fühlen, Denken und Handeln so sehr, dass sogar tiefste Urfahrungen kulturspezifisch unterschiedlich sein können.

West berichtet von einer englischen Sozialforscherin und ihrem Aufwachen in einer multikulturellen Gemeinde. Dadurch kam sie in engen Kontakt mit den Vorstellungen, die Menschen verschiedenster Kulturen vom Heilen hatten. In vielen Fällen gab es keine strengen Grenzen zwischen physischen, psychischen und spirituellen Aspekten von Krankheit, und Erfahrungen von Stimmenhören oder visuellen Erscheinungen wurden als Alltagsereignisse akzeptiert (West, 2004, S. 66).

Für Psychotherapeuten, die in einem kulturell homogenen Umfeld aufgewachsen sind, könnte es irritierend sein, mit Klientinnen aus oben genanntem Hintergrund zu arbeiten. Allfällige Bewertungen ihrerseits würden, wenn unerforscht, dazu führen, dass sie als Therapeuten unpassend handeln. West argumentiert, dass dies, auf die Spiritualität von Klientinnen bezogen, unethisches Handeln wäre (ebd. S. 142). Psychotherapeuten

brauchen großen Respekt und ethische Achtsamkeit ihren Klientinnen gegenüber.¹⁰

Andererseits würde es die Selbstbestimmung von Klientinnen massiv beeinträchtigen, würden Psychotherapeuten sich zu Gurus machen, sich als „höher entwickeltes Wesen“ darstellen oder sich als spirituelle Lehrer für ihre Klientinnen anbieten. Mit großem Vorbehalt ist Therapeuten zu begegnen, die ihren Klientinnen vorschnell spirituelle Inhalte nahebringen, spirituelle Übungen oder einschlägige Veranstaltungen oder Lektüre vorschlagen, die ihnen bei der Bewältigung von Krisen helfen sollen, ohne dass die Klientinnen diesbezüglich auf eigene Erfahrungen oder auf eigenes Suchen zurückgreifen könnten und so in der Lage wären, dies zu integrieren. Diese Therapeuten stellen unter Umständen keinen Zusammenhang zur innerlich gefühlten Situation der Klientin her und erfassen nicht, wo die Klientin tatsächlich steht und in welche Richtung sie aus sich heraus gehen kann. Dies birgt die große Gefahr der Manipulation und Verführung und ist manchmal auch Gegenstand von Klientinneneingaben im Beschwerdeausschuss des Gesundheitsministeriums.

Selbstfürsorge

Psychotherapeutinnen brauchen ein hohes Maß an Selbstfürsorge, um die Qualität der Präsenz, der Gegenwärtigkeit, immer wieder von Neuem im therapeutischen Setting zur Verfügung zu stellen. Das „Kultivieren von Staunen geprägter Zustände“, sich intensiven Erfahrungen zum Beispiel in der Natur, beim Betrachten von Architektur oder beim Hören von Musik auszusetzen, kann ebenso hilfreich sein wie alles, was einem ermöglicht, im eigenen „Körper-Zuhause“ anzukommen. (vgl. Renn, 2009, 20). Ebenso bedeutsam ist ein soziales Netz, in dem in vertrauten Gesprächen existenzielle Fragen berührt werden. Nicht zuletzt sind Freiräume zu schaffen, um dem Grund der eigenen Existenz nachzuspüren, zu fühlen, was im Leben trägt und was am Leben erhält.

„Es ist sehr wichtig, allein spazieren zu gehen, unter einem Baum zu sitzen, nicht mit einem Buch, nicht mit einem Gefährten, sondern ganz für sich allein – und das Fallen eines Blattes zu beobachten, das Schwappen des Wassers, das Lied eines Fisches zu hören, den Flug eines Vogels zu beobachten und den Ihrer eigenen Gedanken, wie sie sich im Raum Ihres Geistes jagen. Falls sie fähig sind, allein zu sein und diese Dinge zu beobachten, werden sie außergewöhnliche

Reichtümer entdecken, die keine Regierung besteuern kann, die keine Institution korrumpieren kann und die niemand zerstören kann“ (Jiddu Krishnamurti).

Schlussbemerkung

Therapeuten müssen nicht „wie“ ihre Klientinnen sein, können zum Beispiel Angststörungen und Depressionen behandeln, ohne selbst darunter zu leiden. Sie müssen auch nicht religiös sein oder „einen spirituellen Weg gehen“, um Klientinnen bei spirituellen Themen therapeutisch begleiten zu können. Während sie aber eine umfassende Ausbildung zu einer Reihe von psychologischen Themen haben, erhalten sie wenig Ausbildung zu Themen wie Spiritualität und Religion. Die meisten Psychotherapeuten schließen vermutlich ihre Ausbildung ab, ohne darauf vorbereitet zu sein, die spirituellen Themen anzusprechen, mit denen sie in ihrer Arbeit mit Klientinnen zu tun haben werden. Man könnte diskutieren, wie sehr Lehrpersonen hier Verantwortung tragen, wenn sie Ausbildungskandidatinnen in der Hervorbringung ihrer Therapeutenpersönlichkeit unterstützen. Es wäre wünschenswert, darauf zu achten, dass Kandidaten ihre blinden Flecken in diesem Areal aufspüren und mit Bewusstsein füllen, um gegebenenfalls ihre Vorurteile und Befangenheiten zu kennen.

Literatur

- von Avila, T. (1979). *Die innere Burg*. Zürich: Diogenes.
- Blume, M. (2010). Hirngespinnste. Zeit Online, www.zeit.de/2010/07/Forschung-Gehirn. [10.9.2011]
- Bucher, A. (2007). *Psychologie der Spiritualität*. Basel, Weinheim: Beltz.
- Capra, F. (1996). *Lebensnetz. Ein neues Verständnis der lebendigen Welt*. Bern: Scherz.
- Comte-Sponville, A. (2008). *Woran glaubt ein Atheist? Spiritualität ohne Gott*. Zürich: Diogenes Verlag.
- Dirnberger, R. (2012). *Aufgeklärte Spiritualität. Spiritualität ohne Gott*. BoD, Norderstedt.
- Dohr, G. (2012). Du bist eine Seele. In: U. Diethard, L. Korbei, B. Pelinka (Hrsg.), *Klientenzentrierte Psychotherapie – quo vadis? Festschrift zum 75. Geburtstag von Prof. Mag. Wolfgang W. Keil*, S. 90–95. Wien: Facultas wuv.
- Fuller, R. C. (2006) *Wonder: From Emotion to Spirituality*. The University of N. C. Press.
- Fuller, R. C. (2008). *Spirituality in the Flesh. Bodily sources of religious experience*. New York: Oxford University Press.
- Goleman, D. (1995/2001). *EQ. Emotionale Intelligenz*. München: dtv.
- Heinerth, K. (2003). Selbst, Selbstkonzept. In G. Stumm, J. Wiltschko & W. Keil (Hrsg.), *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusingorientierten Psychotherapie und Beratung*, S. 278–80. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- James, W. (1902/2002). *The Varieties of Religious Experience*. N. Y.: Dover Publications.
- Krishnamurti, J. <http://balance11.wordpress.com/2009/06/25/ganz-fur-sich-allein-jiddu-krishnamurti/> [10.7.2012]

¹⁰ Dazu ein Auszug aus der Präambel des Berufskodex für Psychotherapeutinnen: „Die Verantwortung von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten schließt die Achtung vor der Würde und Eigenverantwortlichkeit des Einzelnen und den Respekt vor dessen Einstellungen und Werthaltungen mit ein“ (Stemberger, 2002).

- Landauer, D. (1991). *Mystische Schriften von Meister Eckhart*. Stuttgart: Insel.
- Lannert, J.L. (1991) "Resistance and Countertransference issues with spiritual and religious clients". *Journal of Humanistic Psychology*, Vol. 31, Nr.4, S. 68–76.
- Leijssen, M. (2009). Psychotherapy as Search and Care for the Soul. *Person-centered and Experiential Psychotherapies*. Vol. 8, Nr. 1.
- Lukits, G. (2012). Autonomie und Bestimmung. In: U. Diethard, L. Korbei, B. Pelinka (Hrsg.), *Klientenzentrierte Psychotherapie – quo vadis? Festschrift zum 75. Geburtstag von Prof. Mag. Wolfgang W. Keil*, S. 90–95. Wien: Facultas. wuv.
- Mearns, D. (2010). On Faith and Nihilism. In: Leonardi, J. (Hrsg.), *The human being fully alive*, S. 76ff. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Newsweek (2005). <http://www.beliefnet.com/News/2005/08/Newsweek-beliefnet-Poll-Results.aspx#spiritrel>
- Pargament, K.I. (2007). *Spiritually Integrated psychotherapy: understanding and addressing the sacred*. Guilford Press, N. Y.
- Polak, R. (2011). Der europäische Wertediskurs im Wandel – worauf vertraut die österreichische Bevölkerung? *Salzburger Nachtstudio* am 7.12. 2011, 21:00, J. Kaup, ORF 1.
- Renn, K. (2009). *Dein Körper sagt dir, wer du werden kannst. Focusing – Weg der inneren Achtsamkeit*. Freiburg: Herder.
- Rogers, C. R. (1981/2007). *Der neue Mensch*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Rogers, C. R. (1987n). Questions and Answers, in Zeig, J. (1987), dt.: Zeig, J. (1991). Fragen und Antworten, in: *Psychotherapeutische Entwicklungslinien und Geschichte*, Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, S. 332–336.
- Rogers, C.R. & Russell, D.E. (2002). *Carl Rogers – The quiet Revolutionary. An oral history*. Roseville: Penmarin Books.
- Sammer, M. (2006). *Mutter Teresa: Leben, Werk, Spiritualität*. München: Beck.
- Schmid, P.F. (1994). *Personzentrierte Gruppenpsychotherapie. Ein Handbuch. Bd.1 Solidarität und Autonomie* (S. 201–70). Köln: Edition Humanistische Psychologie.
- Schönborn, Ch. (2005). Finding design in nature. *Gastkommentar in der New York Times*. vom 11. 7. 2005, vorläufige deutsche Übersetzung: Keine Evolution durch blinden Zufall, in Kathpress, http://stjosef.at/dokumente/evolution_schoepfung_schoenborn.htm [20.1. 2012]
- Sigdell, J.E. (2005). *Reinkarnationstherapie: Emotionale Befreiung durch Rückführung*. Stuttgart: Heine.
- Stemberger, G., Hrsg. (2002). *Berufskodex für Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen*. Arbeiterkammer Wien.
- Steindl-Rast, D. & Capra, F. (1993). *Wendezeit im Christentum*. München: dtv.
- Taylor, J.B. (2008). *My Stroke of Insight. A Brain Scientist's Personal Journey*. London: Hotter & Stoughton.
- Thorne, B. (1991). *Personcentered counselling. Therapeutic and spiritual dimensions*. London: Whurr.
- Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence? *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 42, Nr. 2., S. 16–33.
- Walch, S. (2011). *Vom Ego zum Selbst. Grundlinien eines spirituellen Menschenbildes*. München: O. W. Barth.
- West, W. (2004). *Spiritual Issues in Psychotherapy. Relating Experience to Practice*. New York: Palgrave MacMillan.
- Wikipedia http://de.wikipedia.org/wiki/Hans_Nelb%C3%B6ck [4. 2. 2012]
- Wilber, K. (1998/2010). *Naturwissenschaft und Religion*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Wilber, K. (1995/2002). *Eros, Kosmos, Logos. Eine Jahrtausendvision*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Wilber, K. (2008). *Integrale Spiritualität. Spirituelle Intelligenz rettet die Welt*. München: Kösel.
- Wood, J.K. (1984). Communities for Learning: A Personcentered Approach, in: R. F. Levant & J.M. Shlien (Hrsg.), *Client-centered Therapy and the Person-centered Approach*. New York: Praeger.
- Zohar, D. & Marshall, I. (2004/2010). *SQ! – Spirituelle Intelligenz, das unentdeckte Potential*. Bielefeld: Kamphausen.