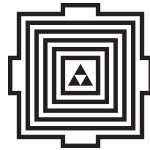


CLEMENS HANIKA

# DAS GANZE IST MEHR ALS DIE SUMME SEINER TEILE

Versuch einer Metatheorie ganzheitlichen Heilens



Holistic  
Healing

**SHAKER™**  
media

### **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Gesamtgestaltung: Franz Ruep, [www.ruep.at](http://www.ruep.at)  
Bildnachweis im Anhang.

Copyright Shaker Media 2012

Alle Rechte, auch das des auszugsweisen Nachdruckes, der auszugsweisen oder vollständigen Wiedergabe, der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen und der Übersetzung, vorbehalten.

Printed in Germany.

ISBN 978-3-86858-801-9

Shaker Media GmbH • Postfach 101818 • 52018 Aachen  
Telefon: 02407 / 95964 - 0 • Telefax: 02407 / 95964 - 9  
Internet: [www.shaker-media.de](http://www.shaker-media.de) • E-Mail: [info@shaker-media.de](mailto:info@shaker-media.de)

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>VORWORT</b> .....	11
<b>1. WEGE UND IRRWEGE ZUR HEILUNG</b> .....	13
ÜBER DIE NOTWENDIGKEIT EINER SPIRITUELLEN DIMENSION IM FELD DER HEILKUNST .....	15
NARZISSMUS ALS FALLE .....	16
ARCHETYPEN DER MACHT .....	18
<b>2. HOLISTIC HEALING ALS PHILOSOPHIE</b> .....	21
HOLISTIC HEALING ALS PHILOSOPHISCHES METAMODELL FÜR HEILENDE EINWIRKUNG .....	23
Grundlegende Dimensionalitäten von Heilung .....	26
Die sieben Erfahrungsebenen des Menschseins .....	33
Das Weltenmodell von HOLISTIC HEALING .....	34
Die Erkenntnistheorie von HOLISTIC HEALING .....	37
Die Wissenschaftstheorie von HOLISTIC HEALING .....	41
Die Anthropologie von HOLISTIC HEALING .....	43
Die Ethik im Modell HOLISTIC HEALING .....	44
Die Ontologie im Modell HOLISTIC HEALING .....	44
GRUNDAXIOME VON HOLISTIC HEALING .....	46
Die Spirale des Lebens .....	46
Die sieben Grundprinzipien der Heilung .....	47
<b>3. ALLGEMEINE PSYCHOLOGIE VON HOLISTIC HEALING</b> .....	55
DER KÖRPER ALS INKARNIERTER GEIST – DER GEIST ALS EMANATION DES KÖRPERS .....	57
Die Zellmembran als Modell für Informationsverarbeitung .....	57
Leben ist Verflechtung von Materie, Energie und Information .....	58
Genetische und epigenetische Speicherung .....	59
Von der Zelle zum Organismus .....	60
Weiterleitung von Information in der Nervenzelle .....	61
Von der Membran zum Gehirn .....	61
Das Ektoderm, Vorläufer des Gehirns, des Nervensystems und der Haut .....	64
Die stammesgeschichtliche Entwicklung des Nervensystems .....	65
Der Schichten- und Systemaufbau des Zentralnervensystems .....	67
Noopsyche .....	68
Thymopsyche .....	69
Somatopsyche .....	70
Das vegetative Nervensystem als Körpergehirn .....	71

<b>DAS BEWUSSTSEIN</b> .....	75
Bewusstsein und Unbewusstes .....	75
Erinnerung und Gedächtnis .....	76
Das Gedächtniskonzept von HOLISTIC HEALING .....	76
<b>ENTWICKLUNGSTHEORIE VON HOLISTIC HEALING</b> .....	79
Der anpassungsfähige und kompetente Säugling .....	80
Frühe Bindungen – spätere Beziehungsstile .....	80
Psychotherapeutisch relevante Beziehungsschädigungen .....	82
Prägungen der TherapeutInnen .....	82
<b>PATHOGENESE UND SALUTOGENESE IN DER LEBENSSPANNE</b> .....	83
Engrammierung von Lernerfahrungen .....	83
Nichtbewusste Speicherung .....	83
Bewusste Erinnerung .....	84
Revision mancher psychoanalytischer Gewichtungen früher Kindheitserfahrungen .....	85
Pathogenetische und salutogene Faktoren in der Zeitperspektive .....	86
Salutogenese .....	86
Das Modell der multiplen Pathogenese im Lebensverlauf .....	87
Potentiell pathogene Einflüsse während der Lebensspanne .....	88
Neurosen und Persönlichkeitsstörungen .....	92
<b>PATHOGENESE UND SALUTOGENESE IN SYSTEMEN</b> .....	98
Von der vertikalen zur horizontalen Ebene .....	98
Grundzüge systemischer Psychologie .....	101
<b>PATHOGENESE UND SALUTOGENESE IN GRUPPEN</b> .....	103
Gruppendynamische Psychologie .....	103
Rangdynamisches Positionsmodell .....	104
Gruppenanalytische Psychologie .....	104
Gruppenentwicklung aus der Sicht von HOLISTIC HEALING .....	105
Großgruppen .....	106
Massenpsychologie .....	107
<b>PATHOGENESE UND SALUTOGENESE IM GESELLSCHAFTLICHEN KONTEXT</b> .....	109
Psychologie der Politik .....	109
Umweltpsychologie .....	109
Psychologie der Spiritualität .....	111
Spiritualität als Erfahrung an der Grenze .....	113

<b>4. ALLGEMEINE THERAPIETHEORIE IM METAMODELL „HOLISTIC HEALING – GANZHEITLICHES HEILEN“</b>	115
<b>AUF DEM WEG ZU EINER ALLGEMEINEN PSYCHOTHERAPIE</b>	117
Widerstände gegen eine allgemeine Psychotherapietheorie	117
Die Notwendigkeit einer allgemeinen Psychotherapietheorie	118
Technischer Eklektizismus	120
<b>ALLGEMEINE PROZESSTHEORIE VON HOLISTIC HEALING</b>	121
Die moderne therapeutische Perspektive	121
Die therapeutische Beziehung	124
Placebo – der intrinsisch salutogene Faktor	133
<b>SPEZIELLE PROZESSTHEORIE VON HOLISTIC HEALING</b>	136
Wachstum	136
Integration	138
Die Wachstumsspirale	138
Das allgemeine Psychotherapiemodell nach Klaus Grawe	142
Neuropsychotherapie	143
<b>DAS GLEICHGEWICHTSPRINZIP ALS GRUNDFAKTOR VON HEILUNG</b>	146
Der therapeutische Prozess als Zyklus von Involvierung, Integration und Entspannung	153
Die heilende Berührung als Basis aller Therapieprozesse	155
Der erweiterte therapeutische Zirkel	156
<b>5. DIE METHODISCHEN WURZELN VON HOLISTIC HEALING</b>	159
<b>EINFÜHRUNG</b>	161
<b>DAS WIRKLICHKEITSPRINZIP</b>	164
<b>DIE KOPERNIKANISCHE WENDE DER WAHRNEHMUNG</b>	165
<b>WURZELN IN KÖRPERLICHEN ZUGÄNGEN</b>	167
<b>WURZELN IM HISTORISCHEN SCHAMANISMUS</b>	170
<b>NATURRELIGIÖSE ZUGÄNGE UND LEBENSZYKLUS</b>	175
<b>DIE GRIECHISCHE HEILKUNDE DER ANTIKE</b>	178
<b>WURZELN IN ÖSTLICHEN LEHREN</b>	181
<b>DIE KLASSISCHE PSYCHOANALYSE SIGMUND FREUDS (1856 – 1939)</b>	188
Das Reflexbogenmodell	188
Das topische System in der frühen Psychoanalyse	188
Die Verdrängung	190
Das Strukturmodell des psychischen Apparates	190
Die Triebtheorie Sigmund Freuds	191

Phasen der psychosexuellen Entwicklung . . . . .	191
Die Abwehrmechanismen . . . . .	192
Widerstand . . . . .	195
Klassische Psychoanalyse, Würdigung und Kritik . . . . .	195
<b>TIEFENPSYCHOLOGIE DER VOR- UND NACHKRIEGSZEIT . . . . .</b>	<b>196</b>
<b>AKADEMISCHE PSYCHOLOGIE UND PSYCHIATRIE IM VORFELD DER HUMANISTISCHEN WENDE . . . . .</b>	<b>202</b>
<b>HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE . . . . .</b>	<b>205</b>
Die Klientenzentrierte Psychotherapie nach Carl Rogers . . . . .	206
Das Psychodrama J. Levy Morenos . . . . .	209
Die Gestalttherapie nach F. S. Perls . . . . .	210
<b>INTERPERSONELLE UND SYSTEMISCHE ANSÄTZE . . . . .</b>	<b>216</b>
<b>SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT . . . . .</b>	<b>228</b>
Die Strukturaufstellung . . . . .	229
Feldtheorie in der Aufstellungsarbeit . . . . .	230
Multimodale und mediale Arbeit in der Aufstellung . . . . .	230
<b>WURZELN IN DER LOGOTHERAPIE . . . . .</b>	<b>231</b>
<b>WURZELN IN DER ANALYTISCHEN PSYCHOLOGIE . . . . .</b>	<b>232</b>
<b>DIE PSYCHOSYNTHESE NACH ROBERTO ASSAGIOLI . . . . .</b>	<b>234</b>
<b>WURZELN IN DER INTEGRATIVEN THERAPIE HILARION PETZOLDS . . . . .</b>	<b>235</b>

<b>6. SPEZIELLE THERAPIETHEORIE VON HOLISTIC HEALING . . . . .</b>	<b>237</b>
<b>DAS THERAPEUTISCHE BASISMODELL VON HOLISTIC HEALING . . . . .</b>	<b>239</b>
Der Wachstumsansatz in der Therapie . . . . .	239
Der Gleichgewichtsansatz in der Therapie . . . . .	241
Wachstumsorientierte oder zielorientierte Wegeführung? . . . . .	243
„Fußangeln“ in der Therapieführung . . . . .	244
Arbeit an der Übertragung . . . . .	245
Arbeit am Widerstand . . . . .	246
<b>DAS MODALE ACHSENMODELL . . . . .</b>	<b>247</b>
Methodenübergreifendes Arbeiten . . . . .	247
Modales Achsensystem . . . . .	248
Therapeutische Wegeführung . . . . .	259
<b>DAS MEDIALE ARBEITSMODELL . . . . .</b>	<b>261</b>
Arbeitsmedien . . . . .	261
Theorie therapeutischer Medien . . . . .	261
Das Ritual als Übergangsraum . . . . .	263

<b>DAS SPEZIELLE EVOKATIVE POTENTIAL EINZELNER MEDIEN</b> .....	265
Übungsorientierung – Erlebnisorientierung – Tiefenorientierung .....	265
Arbeit mit dem Medium Körperkontakt und Körperausdruck .....	266
Arbeit mit dem akustischen Medium .....	268
Arbeit mit haptischen und plastischen Medien .....	269
Arbeit über die visuelle und darstellende Ebene .....	270
Arbeit mit der Selbstdarstellung und Verfremdung .....	272
Arbeit mit dem szenischen Spiel .....	273
<b>INTERMEDIALE ARBEIT</b> .....	274
Intermedial tiefendes Arbeiten .....	274
Intermedial aufbauendes Arbeiten .....	274
<b>7. SPIRITUALITÄT</b> .....	275
<b>AUF DEM WEG ZU EINEM SPIRITUELLEN SELBST</b> .....	277
Der Begriff Spiritualität .....	277
Spiritualität in der Geschichte der Menschheit .....	277
Die Überwindung des Cartesianischen Paradigmas .....	281
Holismus, Unendlichkeit und Spiritualität .....	283
<b>WEGE ZU EINER SPIRITUALITÄT DES 21. JAHRHUNDERTS</b> .....	284
Geisteswissenschaften und Spiritualität .....	284
Naturwissenschaft und Spiritualität .....	286
Psychologie und Spiritualität .....	287
<b>SPIRITUALITÄT IM METAMODELL HOLISTIC HEALING</b> .....	293
Über die Notwendigkeit einer spirituellen Dimension für den Menschen in der Gesellschaft .....	293
Zwei Richtungen spiritueller Entwicklung .....	295
Aufwachen in die Nicht-Dualität? .....	295
Ich-Transzendenz in der geistigen, seelischen und körperlichen Dimension .....	296
Spiritualität in der Lebensspanne .....	298
Entwicklung von Spiritualität als Reifung zur Weisheit .....	305
Bibliographie .....	311
Bildnachweis .....	313

Hier möchte ich Mag<sup>a</sup> Sabine Knoll und Herrn Franz Rued  
herzlich für ihre engagierte Mitwirkung bei der inhaltlichen und  
grafischen Gestaltung dieses Buches danken.

Ebenso möchte ich meiner Mutter für ihre unermüdliche Unterstützung  
an meinem Werdegang und meiner Arbeit Danke sagen.

Clemens Hanika, im April 2012



## VORWORT

Aus den Untersuchungen über die Wirkfaktoren für Psychotherapie wissen wir seit ungefähr zwanzig Jahren, dass alle wissenschaftlich begründbaren seelischen Heilverfahren weitgehend gleich gut wirksam sind. Trotzdem ist den Versuchen, allgemeine und integrative Psychotherapiemethoden zu entwickeln, bislang aus Konkurrenzgründen kein überragender Erfolg beschieden. Unter dem Begriff **HOLISTIC HEALING** soll eine Metatheorie für seelisches Heilen entwickelt werden, die eine Verständnis- und Integrationsebene für die wichtigsten Strömungen der Psychotherapie, aber auch für andere Zugänge zur Heilung darstellt. Wichtig ist, dass mit diesem Modell kein Versuch der Begründung einer neuen Schule erfolgt, da es sich um ein verbindendes theoretisches und praxeologisches Modell handelt, das mit keiner Schule in Konkurrenz treten will. Nachdem das Modell seit etwa acht Jahren im Rahmen von Lebensberatung, Coaching und interdisziplinärer Psychotherapieausbildung vermittelt wird, spreche ich im Rahmen dieses Buches von „wir“ im Sinne der Anwender/innen und vom „Modell **HOLISTIC HEALING**“.

Das Modell wurde auf der Basis von medizinischem und psychotherapeutischem Heilwissen erarbeitet, öffnet sich aber auch dem geistig-sinngebenden Bereich und benutzt zusätzlich überlieferte oder nachempfundene archaische Heilverfahren (z. B. Schamanismus, Traditionelle Chinesische Medizin u. a.). Somit bringen wir im Denken von **HOLISTIC HEALING** etablierte medizinische und psychotherapeutische Methoden nicht mit historischen, alternativen oder komplementären Verfahren in Konkurrenz, sondern suchen das Gemeinsame und Verbindende darin, wenn man will: die Essenz.

In einem integrativen und ganzheitlichen Modell ist es meiner Meinung nach notwendig, geistige und spirituelle Komponenten in den Bereich des Heilens und der Therapie einzubeziehen, so wie es in früheren Zeiten ganz selbstverständlich war. Spiritualität wird dabei jedoch als „transreligiöses“, d. h. über den religiösen Kontexten stehendes Phänomen gesehen, das nicht den Glauben an etwas, sondern die Geisteshaltung beschreibt, sich dem Unerkannten und Unfassbaren zuzuwenden. Insofern steht diese Auffassung mit einem wissenschaftlich begründeten Weltbild nicht in Widerspruch.

Ebenso erscheint es mir heute notwendig, auch die Dimension der Umwelt und Natur in Konzepte des Heilens einzubeziehen. Nur wenn der Mensch in gu-

ten Gleichgewichten mit seinem sozialen, aber auch ökologischen Umfeldern lebt, kann er seelisch wirklich gesund bleiben.

Das Modell HOLISTIC HEALING basiert auf den zahlreichen neuen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen der gegenwärtigen Hirnforschung, ist erkenntnistheoretisch und geisteswissenschaftlich begründet und implementiert die wichtigsten psychotherapeutischen Strömungen der Gegenwart ebenso wie alternative und spirituelle Traditionen. Als zentrale Mechanismen von Heilung werden das Wachstumsprinzip und das Gleichgewichtsprinzip definiert. Das Wachstumsprinzip wird als typisch für die Grundpositionen westlicher Heiltheorien gesehen, während sich die Wirkungen östlicher und komplementärer Therapierichtungen eher durch die Erlangung neuer und günstigerer Gleichgewichte erklären lassen.

Darüber hinaus wird im Modell HOLISTIC HEALING versucht, den Placeboeffekt, der bei den Psychotherapien bis zu 15 % ausmacht und bei körperlich orientierten Therapien (Medikamente) in seiner Wirkung weit intensiver ausfällt, neu abzuleiten. Dieser Effekt ist durch Resonanzeffekte auslösbar, entspricht einem inneren Heilfaktor und wird nunmehr: „intrinsic salutogener Heilfaktor“ genannt. Die Trias Geist – Seele – Körper wird funktionell durch ein Modell von Noo-, Thymo- und Somatopsychie definiert. Als Grundlage dafür sehen wir morphologisch verschiedene Areale unseres Nervensystems wie Neuhirn (Neocortex), Säugetiergehirn (Paleocortex) und Reptiliengehirn (Archicortex) sowie körperliches Nervensystem an.

Die ökologische Dimension von HOLISTIC HEALING schließt definitiv eine gesellschaftspolitisch engagierte Haltung mit ein. Eine vorwiegend narzisstisch geprägte Gesellschaft und ihre Medien suggerieren dem einzelnen Menschen Lebensglück durch mehr „Haben“ als „Sein“ im Sinne der Schrift Erich FROMMS („Haben oder Sein“). Dadurch sind nicht nur die inneren Gleichgewichte der Menschen in Gefahr zu kippen (Burnout, Depressionen und Ängste boomen), sondern auch die äußeren sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Bedingungen in unserer Biosphäre.

Die ewiges und noch schnelleres Wachstum versprechende materialistische „Konsumreligion“ ist durch die derzeit zu beobachtende wirtschaftliche Stagnation in eine Krise geraten. Die Grundängste der Menschen lassen sich trotz Computerdroge und Medientrance nicht mehr überdecken, sondern „brechen durch“. Die erschreckende ideelle Leere und der Verlust ethischer Grundwerte werden in einer Gesellschaft, die sich ihren (noch) vorhandenen Reichtum „durch Pump“ von ihren Nachfahren sichert, immer deutlicher. Darauf braucht es Antworten, nicht nur Heilung und Therapie für den einzelnen Menschen. Therapeutisches Gleichgewichtdenken muss auch in die sozialen, wirtschaftlichen und politischen Strukturen der Menschheit Eingang finden. Dazu sollte dieses Buch ebenfalls anregen. Damit möchte ich zum ersten Kapitel überleiten, das sich dem unerlösten Narzissmus des Menschen und seiner Gesellschaft widmet.

# **1. WEGE UND IRRWEGE ZUR HEILUNG**



## ÜBER DIE NOTWENDIGKEIT EINER SPIRITUELLEN DIMENSION IM FELD DER HEILKUNST

Gesundheit wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) im Sinne eines biopsychosozialen Paradigmas definiert und meint im wesentlichen Freiheit von körperlichen, seelisch-geistigen und sozialen Leiden. Spirituelle Komponenten werden in dieser Definition nicht berücksichtigt, was dem Zeitgeist des letzten Jahrhunderts bis heute, der Zeit der Hochblüte des Materialismus, entspricht.

Dieses Zeitalter ist weitgehend geprägt durch den Glauben an die Allmacht des Menschen und an seine Fähigkeiten, sich die Welt untertan zu machen. Dies erscheint durchaus verständlich, berücksichtigt man die beinahe unglaublichen Fortschritte im Bereich der Anwendung des kausalen Denkens in den Naturwissenschaften. So entstand eine materialistische, fast pseudoreligiöse Haltung, nämlich der Glaube an die Fähigkeit des Menschen, die wesentlichsten existenziellen Bereiche und Problematiken ausschließlich durch Entwicklung im wissenschaftlichen, technischen, wirtschaftlichen Bereich usw. zu lösen.

Der geistig-spirituelle Bereich erschien nicht mehr notwendig, konnten doch in den materiell bevorzugten Teilen der Welt die Urängste der Menschheit vor Armut, Krankheit und Tod zumindest zeitweilig gebannt werden. Die vorübergehende Euphorie, ausgelöst durch rasante Entwicklung in Technik und Wirtschaft, vermochte diese Ängste vielleicht nicht zu binden, aber doch zu überdecken. Der Psychoanalytiker Horst Eberhard RICHTER nannte diese Haltung, menschliches Machtstreben anstelle des Göttlichen zu setzen, „Gotteskomplex“.

Die Grundphänomene und Glaubenslehren dieser materialistischen Pseudoreligion können wir sehr einfach wahrnehmen, beobachten wir nur die gezielten Anstrengungen der Wirtschaft und der von ihr bezahlten Medien, uns zu suggerieren, der Sinn des Lebens läge in mehr Macht, Schönheit, Konsum, Lust und Ablenkung in der Freizeit. Im Sinne Erich FROMMs hieße das mehr „Haben“ als mehr „Sein“. Ein Arbeitstag und ein Fernsehabend dürften ausreichen, um dieses Phänomen zu erkennen.

Der Boom der materialistischen Religion scheint aber zumindest in unseren Breiten den Höhepunkt überschritten zu haben, wahrscheinlich aber nicht aus echter Einsicht, sondern nur auf Grund einer gewissen Stagnation des bislang rasanten wirtschaftlichen Wachstums und einer daraus resultierenden Ernüchterung. Die Grundunsicherheit des Menschen, die Grundängste, die Leere, der mangelnde Sinn lässt sich auch durch Kaufrausch, Computerdroge und Medientrance nicht mehr überdecken. Die Ängste der Menschen brechen durch. Eingekeilt zwischen Konsumstress und Angst vor Jobverlust, entwickeln die Menschen Symptome fehlenden Grundvertrauens, dort wo die Verdrängungsmechanismen zum „happy“ und „cool“ sein nicht mehr ausreichen, boomen Panikattacken und Depressionen.

Seit den Siebzigerjahren beobachten wir wieder vermehrt Gegenbewegungen zur etablierten materialistischen Religion, die das Prinzip der Macht, das Prinzip „der Stärkere gewinnt“, repräsentiert. Nicht so sehr konnten die etablierten Hochreligionen die Defizite an Sinnsuche abdecken, wurden und sind sie doch auch mit dem „Common Sense“ identifiziert. Zu sehr beschränkten sie sich auf „exoterische“ Verhaltensregeln, als auf die Weitergabe ihrer esoterischen Inhalte, geschweige denn auf Angebote tieferer Spiritualität. Und zugegeben, in einer Welt, in der „der Stärkere gewinnt“, ist es schwer, selbst von politischem Machtdenken frei zu bleiben, wenn man als Massenbewegung überleben will. Das schadet jedoch der Glaubwürdigkeit.

Die ernst zu nehmenden Gegenbewegungen entstammen heute der „alternativen Kultur“. Gemeinsam ist ihnen eine Abkehr von der materialistischen Macht und Konsumreligion, eine Sinnsuche, die sich wieder der eigenen Person und Tiefe zuwendet und das Bedürfnis, gesündere Gleichgewichte zu Natur und, spirituell gesehen, zur Welt oder zum Kosmos zu finden. Diese Bewegungen sind ökologisch-sozial (grün), wachstums- und gleichgewichtsorientiert (Psychotherapie, Alternativmedizin) und sinnsuchend-spirituell (Neue Spiritualität).

## **NARZISSMUS ALS FALLE**

So viel Hoffnung wir in auch den letzten Jahrzehnten in die oben genannten Bewegungen gesetzt haben, auch hier ist Ernüchterung notwendig und zumindest faire Kritik berechtigt. Nicht so sehr an der mangelnden Durchsetzungsfähigkeit, gut Ding wird Weile brauchen, wohl aber an ihrer Essenz und Glaubwürdigkeit.

Betrachtet man die ökologisch-politische Szene, die psychotherapeutische und alternativmedizinische Seite, und betrachtet man die Auswüchse der Esoterik-Szene, wird man den Eindruck nicht los, dass diese sich zwar in ihren Inhalten, nicht aber in ihren Strukturen von der materialistisch orientierten Konsumreligion lösen konnten. Konkurrenz und Machtdenken auf der einen Seite, Konsumdenken auf der anderen kennzeichnen die Verbreitungs- und Organisationsprinzipien dieser Bewegungen.

„Meines ist das Bessere und Wahre, meines sollst du glauben, meines sollst du kaufen.“ So agieren die Anbieter/innen und Gurus, und nach diesen Prinzipien wählen die Konsument/innen. Kein Bereich der Welt scheint vom Machtprinzip annähernd frei. Auch nicht Dinge, die uns heilig sein könnten, wie etwa Religionen, die spirituelle Szene, unsere Zugänge zum Wissen, zur Kunst, zur Literatur. Gleichermäßen nicht der Bereich des Heilens, um den es in diesem Buch ja vorwiegend gehen soll. Nicht nur George Bush verkaufte seinen Machtkampf unter dem Mantel des Guten und wahren Göttlichen.

Alles was sich durchsetzt, was überlebt, definiert sich selbst als besser, weiser, richtiger, ethischer oder göttlicher. Im Nachhinein. Wahrheit wird vom Machtprinzip

definiert. Geschichte wird von den Mächtigen geschrieben. Warum ist das so? Muss das so sein, und gibt es einen Ausweg aus diesem Dilemma?

Wir leben in einer Welt, in der die Stärkeren gewinnen, die Klügeren sich durchsetzen, die Schöneren mehr Chancen haben und die Durchsetzungsfähigeren siegen. Das *Darwinsche Prinzip* der Entwicklung der Natur zeigt sich auch in den Strukturen unserer Gesellschaft.

Was passiert, wenn Kinder in dieser Welt mit diesen Lernerfahrungen aufwachsen? Wir alle lernen das „Gesetz des Stärkeren“. Solange wir schwach sind, werden wir uns anpassen, verstellen, taktischer werden, uns verleugnen, in der Hoffnung, ebenso stark zu werden wie die, die wir bewundern. Und die, die wir bewundern, werden im Wesentlichen so bleiben wie sie sind, denn dafür bekommen sie ja ihre Anerkennung.

Die psychotherapeutische Wissenschaft lehrt uns, das seien Prägungen narzisstischer Art. Prägungen, die unseren Selbstwert definieren, unser Selbstgefühl von Stärke, Schwäche, Attraktivität etc. Diese Lernmechanismen sind unvermeidlich. Wir entwickeln uns in die Welt hinein, die wir vorfinden, und werden ihre Werte übernehmen. Daher hat die Psychotherapie auch so wenig therapeutische Antworten zu diesem Thema – außer dem Versuch, die vermeintlich Schwächeren in ihrem Selbstwert zu stärken, aus diesem Grund kommen sie ja zur Therapie.

Und zuletzt könnten wir sagen, das seien nicht nur Prägungen sondern Anlagen, Instinkte, die uns genetisch weitergegeben werden. Wir beobachten das alles genauso im Tierreich im Kampf-, Rudel- und Durchsetzungsverhalten. Die Stärkeren gewinnen. Gibt es einen Ausweg daraus?

Haben die esoterischen Schulen, die spirituellen Lehren und Religionen, die noch die Weitergabe einer echten eigenen spirituellen Erfahrung vermitteln, Antworten auf diese Problematik? Zum Teil durchaus. Fast alle spirituellen Schulen beschäftigen sich mit diesem Thema. Fast könnte man sagen, dies sei eines der Kernthemen jeder Spiritualität. Allerdings scheinen uns die Lehren auf verschiedenen Ebenen Lösungen bis vielleicht auch wirklich Erlösung anzubieten.

Die meisten spirituellen Bewegungen formulieren ihre Botschaften in verschiedenen „Tiefungsebenen“. Dies ist auch deshalb wichtig, weil Menschen nur je nach eigener spiritueller Erfahrung und Tiefe Botschaften aufnehmen, verstehen oder wirklich begreifen können.

Ein Großteil der Menschen wird die Essenz einer spirituellen Botschaft nur auf der Ebene einer Lebens- und Verhaltenslehre aufnehmen. „Du sollst so oder so leben, weil ...“ Das ist die „exoterische“ Ebene einer Religion oder Lehre. Eigene spirituelle Erfahrungen werden hier weder vorausgesetzt noch erwartet. Sehr wohl aber sind diese Botschaften oft so formuliert, zum Beispiel in Gleichnissen, dass der Eintritt in tiefere Ebenen damit ermöglicht oder gebahnt wird. Gleichnisse wirken auf unser Unbewusstes, erreichen vielleicht unsere Tiefen, führen auf die „esoterische Seite“ der Spiritualität, eine tiefere Stufe der Einweihung oder des Verständnisses.

## ARCHETYPEN DER MACHT

Ein uraltes Prinzip, das in archetypischer Weise der Tiefe der menschlichen Seele entspringt, ist die Polarität zwischen „Gut“ und „Böse“. Symbolbilder im Sinne eines Gleichnisses für das Prinzip des Bösen oder der Macht sind der Teufel und andere dämonische Wesenheiten.

Der Teufel, in unseren christlich geprägten Überlieferungen mit ihren gnostischen, hebräischen Wurzeln, ist der Ausdruck des Missbrauchs der eigenen Stärke im Sinne von Macht. Der Engel Luzifer ist getrieben vom Streben nach Machtausübung und lehnt sich aus diesem Grund gegen das göttliche Prinzip des Gleichgewichts auf. Er ist sozusagen besessen vom „Gotteskomplex“. Horst Eberhard RICHTER prägte diesen Begriff in Zusammenhang mit der Selbstgefälligkeit des Menschen, der sich, gefangen vom eigenen Stolz, dazu aufschwingt, sich selbst als das oberste Prinzip zu definieren und versucht, Macht über sich, über andere, über die Natur und Welt zu erlangen.

Auf einer „exoterischen“ Ebene wird uns gesagt, wir sollten den Teufel fürchten oder meiden. Auf einer tieferen, esoterischen Verständnisebene erkennen wir unseren eigenen Hang zur Machtausübung und unsere Besessenheit davon. Dies ist unsere ureigene „dunkle“ Seite der Macht.

Die Auseinandersetzung mit den dunklen Seiten unserer Seele, unseres Schattens, wie C. G. JUNG sagt, ist immens wichtig. Die Bewusstwerdung dieser Anteile verschafft uns die Möglichkeit, achtsamer damit umzugehen. Verdrängung wird weniger notwendig. Wir dürfen diese Seiten unserer Persönlichkeit achten und respektieren, sie damit integrieren und haben somit die Möglichkeit, sie nicht automatisch ausleben zu müssen. Wir schließen sozusagen mit dem Teufel in uns einen Pakt und verhandeln mit ihm. Dadurch, dass er zu einem „inneren Gesprächspartner“ wird, ist er vielleicht kein blinder Irrläufer mehr, der uns selbst und anderen schadet.

Dies ist die Ebene, die Psychotherapie und ein Großteil der New Age-Spiritualität erreichen. Aber ist der Teufel damit wirklich überwunden oder wird uns nicht nur gezeigt, dass dieser Kampf ewig währt und wir daraus nicht erlöst werden können?

Es gibt Hoffnung. Jede wirkliche Spiritualität kann uns tiefer verändern, kann tiefer in die Essenz führen. Exoterische Lebenslehren, esoterische Analogie reichen dafür nicht aus. Echte spirituelle Erkenntnis kann darüber hinausführen, nämlich in die „Erfahrung an der Grenze“. Dort erspüren wir eine andere Ebene des Seins und erlangen Gewissheit, dass diese existiert. Weil wir sie erlebt haben, von ihr ergriffen sind und weil diese Erkenntnis uns auch zwingend dauerhaft verändert. Die „Erfahrung an der Grenze“ ist eine Lebenshaltung, die erlernt und erworben werden kann. Doch dazu sind Ernsthaftigkeit und Mut vonnöten, um von vielen „Sicherheiten“ und Illusionen im Leben Abschied zu nehmen.





**Der Sturz Luzifers aus dem Reich Gottes**

Nach Ken WILBER, einem der bedeutendsten Philosophen der Transpersonalen Psychologie, vermittelt die so genannte „neue Spiritualität“ zu 90 %, wie er sagt, nur eine „translative“, übersetzende Spiritualität. Das ist der Bereich der Esoterik, den ich oben beschrieben habe. Dies ist die Ebene der menschlichen, oft allzumenschlichen Gedanken und Analogien. Alle Systeme und Inhalte auf dieser Ebene haben Menschen erdacht oder intuitiv, auch wenn sie sich dabei auf das „Göttliche“ berufen oder vorgeben, es stamme aus „höheren Bereichen“. Dieser Bereich ist als Erfahrungsschicht wichtig, aber sie wird nicht die Erlebensebene sein können, die uns dauerhaft verändert.

Die Ebene des „Aufwachens“ ist die tiefe Ebene der Gewissheit, dass wir mehr sind als nur dieser beseelte Organismus, dessen „Egoerleben“ ihm die Illusion vor-

gaukelt, er sei autonom, isoliert und für sich abgeschlossen. Sie ist uns allen in verschiedener Erfahrungstiefe zugänglich, wenn wir bereit sind, uns dafür zu öffnen.

Ich möchte vor einer weiteren Gefahr, einem weiteren Trick des „Teufels“ warnen. Es ist vielleicht ebenfalls nur eine Form von Machtausübung, wenn uns immer wieder gesagt wird, dies sei nur durch einen jahrzehntelangen Weg der Abhängigkeit von gewissen therapeutischen oder spirituellen Wegen möglich, denen man fast sklavisch nachfolgen solle. Diese Formen enden eher in chronischer Abhängigkeit, während der Prozess des Erwachens oft mehr durch Mut zur eigenen Autonomie und durch Lösung von Abhängigkeiten gelingt und schlussendlich Befreiung von den Programmen des eigenen narzisstischen Egos bedeutet. Aber wie soll das jemand schaffen, der nicht einmal einen unabhängigen Schritt weg von der Hand irgendeines Gurus wagt?

Können wir die Ebene erspüren, dass wir mehr sind als diese abgeschlossene Person, die wir als „Ich“ bezeichnen, können wir wahrhaftig erleben, mit unerschütterlicher Gewissheit, dass wir ein Teil eines großen lebenden Organismus sind, der weder begrenzt ist noch sterben kann, dann sind wir vielleicht auf dem Weg zur Lösung von der tiefsten primären Abhängigkeit, nämlich der Angst vor dem eigenen Tod. Und dieser Prozess wird sicher ein Leben lang dauern, bis unser Zeitpunkt kommt. Vielleicht müssen wir ihn aber weniger panikartig fürchten und ihn eher als den existenziell wichtigsten Moment auf unserem Weg durch Zeit und Materie begreifen.

Bis dahin sind wir auf dem Weg. Es ist ein Weg nach Hause. Die schrittweise wachsende Gewissheit vom großen Ganzen, dem wir angehören, das nicht stirbt und in dem wir aufgehen werden, können wir auf diesem Weg nützen und weitergeben. Und nur diese Gewissheit kann uns von den Verhaftungen im Leben befreien. Auch von Verhaftungen wie dem Streben nach Macht, nach Einfluss, nach noch mehr „haben“ im Sinne Erich Fromms, vom Anhaften am Prinzip des Teufels im obigen Sinne. Weil es nicht mehr notwendig ist, wenn wir woanders verankert sind.

Wenn wir mit dieser Gewissheit unsere Arbeit des „Heilens“ ausüben und diese Sicherheit weiter vermitteln, arbeiten wir nicht nur an der körperlichen, seelischen oder sozialen Gesundheit, sondern wissen von einem Heil, einer Gesundheit, die im Geistigen gegründet ist. Das ist der einzige Bereich, der uns Sicherheit geben wird, denn der Rest ist vergänglich. Dann können wir vielleicht Menschen wirklich aus den Tiefen ihrer Depression begleiten, können den Krebskranken mit Mut beiseite stehen und müssen die Sterbenden nicht mehr allein lassen.

JESUS spricht über das letzte Geheimnis der Allverbundenheit, indem er sagt: „Ich und der Vater sind eins.“ Ramana MAHARSHI nähert sich dem letzten Prinzip, indem er den „Zeugen“ benennt, der in der Ahnung von „Brahman“ aufgeht. BUDDHA selbst benennt nicht mehr wirklich, denn er weiß, auch Worte und Symbole sind nur Produkte unseres vom Ego produzierten Erlebens.