



In dieser Serie erläutert der Ägyptologe und Religionswissenschaftler NICOLAS FLESSA das spannungsreiche Verhältnis von Wissenschaft und Esoterik und zeigt Erkenntnisse auf, die das heutige Weltbild in Frage stellen

Als der Philosoph und Publizist **RICHARD DAVID PRECHT** im Jahr 2007 sein Buch **»Wer bin ich und wenn ja, wie viele?«** veröffentlichte, konnte er nicht ahnen, dass es sich, in 23 Sprachen übersetzt, schon bald zu einem der erfolgreichsten Sachbücher des jungen Jahrtausends entwickeln sollte. Auf stolzen 400 Seiten unternimmt er mit seinem Leser

eine »philosophische Reise« quer durch die essentiellen Fragen »Was kann ich wissen?«, »Was soll ich tun?«, »Was darf ich hoffen?« Dass diese Fragen 200 Jahre nach ihrer ersten Formulierung durch den deutschen Philosophen **IMMANUEL KANT** († 1804) nicht nur zeitlos erscheinen, sondern sogar noch für Platz 3 der Bestseller-Liste des Jahrzehnts taugen, mag den

aufgeklärten Rationalisten von heute erstaunen. Endgültig werden ihm aber die Augen übergehen, wenn er erfährt, dass der 1. Platz von einem Buch über eine Pilgerreise belegt wurde: **»Ich bin dann mal weg«** von **HAPE KERKELING**. Stilistisch und inhaltlich haben die beiden Werke wenig miteinander zu tun. Was sie verbindet, ist die zentrale vierte Frage **KANTS**, die **PRECHT** bei seiner Betrachtung

übrigens ausgelassen hat: »Wer bin ich?« bzw. **»Was ist der Mensch?«**

Hielt **ARISTOTELES** († 322 v. Chr.) den Menschen in erster Linie für ein »von Natur aus soziales Wesen«, dessen Aufgabe es sei, sich der Gemeinschaft zu widmen, galt er bei dem christlichen Philosophen **THOMAS VON AQUIN** († 1274) als eine Kreatur, der ihr

»Im Gegensatz zum Tier sagen dem Menschen keine Instinkte, was er muss, und im Gegensatz zum Menschen von gestern sagen dem Menschen von heute keine Traditionen mehr, was er soll. Nun, weder wissend, was er muss, noch wissend, was er soll, scheint er oftmals nicht mehr recht zu wissen, was er im Grunde will. So will er denn nur das, was die anderen tun – Konformismus! Oder aber er tut nur das, was die anderen wollen – von ihm wollen – Totalitarismus.« (Viktor Frankl)

Schöpfer durch die Unvollständigkeit des eigenen Werks das größtmögliche Geschenk mit auf den Weg gegeben hatte: Die Möglichkeit, selbst zum Schöpfer zu werden. Keine gute Idee, folgt man dem Staatstheoretiker **THOMAS HOBBS** († 1679), der den Menschen gern mit

den Worten des römischen Dichters **PLAUTUS** († 184 v. Chr.) charakterisierte: **Homo homini lupus** – der Mensch ist dem Menschen ein Wolf. Spätestens seit **CHARLES DARWINS** († 1882) bahnbrechenden Theorien zur Evolution der Lebewesen gelten wir weniger als Raub- denn als **weiterentwickelte Säugetiere** – mit allen Lastern, Grenzen und Gewohnheiten eines in die Jahre gekommenen Affen.

Dieser von unserer Abstammung herrührende Skeptizismus unserer herausragenden Bedeutung in der Welt gegenüber führte nicht nur zu einer Welle **»archäo-biologischer« Erklärungen** (»Frauen/Männer sind halt so, sie haben diese Eigenschaft noch aus der Steinzeit/der Höhle/der Savanne«), sondern auch zu einer regelrechten **Ent-Seelung der menschlichen Natur**. Als ich während meines Studiums eine einführende Vorlesung der Psychologie besuchte, begrüßte uns der Professor mit einer kurzen Begriffsbestimmung: »Psychologie,« das ist dem Griechischen zufolge eine »Lehre von der Seele.« Und er beeilte sich hinzuzufügen, dass dies natürlich ein historischer Name sei – so etwas wie Seele existiere schließlich gar nicht. In einer Zeit, in der »noch immer eine Art Materialismus jede Form von Mainstream-Institutionen« (Dr. Charles Tart) bestimmt, und damit auch die Lehre von der Seele des Menschen, erstaunt eine solche Aussage kaum. Wie wir bereits in den vergangenen Folgen dieser Serie gesehen haben, werden Gegenstände, die **nicht als rational, kausal oder messbar** gelten, mit einer teilweise verständlichen, teilweise bedauernswerten Skepsis weiterhin aus der akademischen Forschung ausgrenzt. Im Volk macht sich unterdessen eine andere Stimmung breit. Von einer weltweiten **»Wiederkehr der Götter«** (Friedrich W. Graf) ist die Rede, und nicht nur Theologen und

THEORIE DER MAGIE TEIL 12: TRANSPERSONALE PSYCHOLOGIE

Wie spirituell ist
der Mensch?

Esoteriker, auch die sonst so theoretischen Religionswissenschaftler veröffentlichen lang nach der »Überwindung« der ELIADE'schen Poesie Bücher über Astrologie (Kocku von Stuckrad) oder die Frage »Wie können wir leben?« (Michael von Brück). Allem anhaltenden **Materialismus** (vor allem in den führenden Medien) zum Trotz sind selbst innerhalb gewisser akademischer Institutionen neue und ungewohnte Impulse spürbar. Einen wichtigen Vertreter dieser aufsässigen Wissenschaften haben wir bereits kennen gelernt: die **Parapsychologie**. Heute wollen wir uns einem Forschungsansatz widmen, der sich erneut der großen Frage **KANTS** angenommen hat und sie (wie **DR. DAVID LUKOFF**) um eine bisher unbekannt Dimension erweitert: »Menschen sind in erster Linie *spirituelle Wesen*.« Die Rede ist von der **Transpersonalen Psychologie**.

WAS IST TRANSPERSONALE PSYCHOLOGIE?

Die **Transpersonale Psychologie** versteht sich selbst als vierte Richtung der Psychologie nach **Tiefenpsychologie**, **Behaviorismus** und **Humanistischer Psychologie**, aus der sie sich Ende der 1960er Jahre entwickelt hat. Sie erweitert die Psychologie um philosophische und spirituelle Aspekte und widmet sich neben dem »Studium des höchsten menschlichen Potentials« auch der »Anerkennung, dem Verständnis und der Realisierung spiritueller und transzendenter Bewusstseinszustände«. (JTP 24) Im Gegensatz zur Parapsychologie interessiert sich die Transpersonale Psychologie damit mehr für das »**Spirituelle**« denn für das »**Übersinnliche**«. Sie rückt damit inhaltlich näher in Richtung der Esoterik, von der sie sich jedoch durch ihre Ausbildungs-

weise als akademische Disziplin stark unterscheidet.

Wie schon der Ausdruck »**transpersonal**« (»jenseits der Person«) nahe legt, ist es schwer, eine abschließende Begriffsbestimmung der **Transpersonalen Psychologie** vorzunehmen. Nicht umsonst findet sich im Begriff der »Definition« das Wort »Grenze« (finis) wieder, welches auf Gebiete »jenseits von etwas« naturgemäß schwer anwendbar ist. Folgende charakteristischen Themenbereiche der **Transpersonalen Psychologie** finden sich jedoch bei fast allen ihren Vertretern wieder: Bewusstseinszustände, Höheres/Höchstes Potential, Gebiete jenseits des Egos, Transzendenz und Spiritualität. Der Therapeut und Autor **SYLVESTER WALCH** fasst die **Grundprinzipien der Transpersonalen Psychologie** in seiner lesenswerten Einführung »Dimensionen der Seele« wie folgt zusammen:

- * Die Quelle der Weisheit liegt im Innern.
- * Der Mensch wächst in seiner Entwicklung über das Ego hinaus.
- * Unsere Existenz ist vernetzt... Inneres und Äußeres sind nicht voneinander zu trennen und ergänzen sich sinnvoll.
- * In jedem Teil ist das Ganze enthalten.
- * Es gibt eine formgebende Entwicklungskraft in allem.

Die **Transpersonale Psychologie**, die seit 1996 eine eigene Sektion in der angesehenen **British Psychological Society** darstellt, wird heute an vielen Universitäten des angelsächsischen Sprachraums gelehrt, darunter in Kalifornien, Colorado, Liverpool und Northampton. Wichtigstes Organ ist das

von der »**Association for Transpersonal Psychology**« (ATP) seit 1969 herausgegebene »**Journal of Transpersonal Psychology**« (JTP). Doch auch in Deutschland sind in dieser Hinsicht Erfolge zu verzeichnen. Seit 1995 erscheint in Petersberg die Zeitschrift »**Transpersonale Psychologie und Psychotherapie**«, welche ihrer Zielsetzung zufolge »Wissen und Traditionen spiritueller Wege und der *Philosophia perennis*« (»immerwährende Philosophie«, Anm. d. Autors) mit moderner Psychologie, Psychotherapie und Bewusstseinsforschung« zu verbinden versucht, um zum einen Orientierung bei der Suche nach dem eigenen spirituellen Weg zu bieten und zum anderen die verschiedenen Bereiche, Felder und Strömungen der transpersonalen Studien im Sinne einer Integration zu stärken. Dieser **interdisziplinären Zielsetzung** entspricht auch der bunt zusammengestellte wissenschaftliche Beirat der Zeitschrift: Neben Psychologen verschiedenster Schulen wachen auch ein **Religionswissenschaftler** und ein **Parapsychologe** über die Qualität der zu behandelnden Beiträge. Im Jahr 2000 startete außerdem das Institut für Psychologie der Universität Oldenburg seine Reihe »**Transpersonale Studien**«. Die von den inzwischen emeritierten Professoren **WILFRIED BELSCHNER** und **PETER GOTTWALD** herausgegebenen Schriften (mit so sprechenden Titeln wie »Gesundheit und Spiritualität« oder »Vom Chaos zur universellen Ordnung«) stellen »angesichts der Faszination, die nach wie vor von einem materialistischen Menschen- und Weltbild ausgeht« einen »Ort für den Austausch über Grundfragen des Humanum dar – Wer bin ich? Woher komme ich? Wohin gehe ich?«

Doch wie ist die **Transpersonale Psychologie** eigentlich entstanden? Woher kommen der Ansatz und das Bedürfnis, spirituelle Erfahrungen nicht länger den Kirchen und Religionsgemeinschaften zu überlassen, sondern diese auch in die wissenschaftliche Forschung über den Menschen mit einzubeziehen?



Stanislav Grof

ZWISCHEN LSD UND HYPERVENTILATION

In einem ausführlichen Audiobook mit dem Titel **»Die Transpersonale Vision«** erläutert einer der Gründer der **Transpersonalen Psychologie**, der gebürtige Tscheche **STANISLAV GROF**, seinen Weg vom Psychoanalytiker und klinischen Psychiater zum spirituell aufgeschlossenen Forscher. Er beschreibt sich selbst als einen der wenigen Wissenschaftler, der durch die Beschäftigung mit dem Bewusstsein **vom Rationalisten zum Philosophen** geworden ist. Sein Aha-Erlebnis hatte er während eines Forschungsprojekts zur Wirkung psychodelischer Drogen in Prag. Die Verwendung von **LSD** war damals noch legal, galt es doch als wichtiges Instrument zur klinischen Erforschung von Psychosen. **GROF** beschreibt seine eigenen Erfahrungen mit der psychoaktiven Substanz als der Nahtoderfahrung ähnliche **Lichterlebnisse**, wie sie die Mystiker fast aller Religionen beschreiben, und **Reisen seiner Seele** durch die Luft bis hinauf ins Weltall.

Im Anschluss an diese Erfahrung stand für den jungen Wissenschaftler fest: **Veränderte Bewusstseinszustände** wirken wie ein Mikroskop (oder Teleskop), das auf die unerkannten Tiefen der Psyche gerichtet wird. Das bekannte Bild Freuds, die Seele des Menschen gleiche einem Eisberg, dessen unter

der Wasseroberfläche liegende größere Teil erst durch eine Psychoanalyse zugänglich und verständlich werde, dreht **GROF** um: Der traditionellen Psychotherapie sei es bisher nicht im Geringsten gelungen, auch nur einen Blick unter die Wasseroberfläche zu werfen; dies sei die Aufgabe der Erforschung der **Transpersonalen Psychologie**. Nach dem Verbot von **LSD** und vergleichbaren Substanzen, die bis dato in klinischen Versuchen eingesetzt werden konnten, entwickelte der inzwischen in die USA umgesiedelte **GROF** gemeinsam mit seiner Frau **CHRISTINA** die Technik des sog. **»Holotropen Atmens«**: Durch beschleunigtes und vertieftes Atmen (**gewollte Hyperventilation**) und **evozierende Musik** werden bei den meist einige Stunden dauernden Sitzungen visuelle Wahrnehmungen, biographische Sequenzen, geburtstraumatische Muster und transpersonale Erfahrungen (wieder) ins Bewusstsein gehoben. Was diese Reaktionen im Detail hervorruft, ist nicht abschließend geklärt. Einer Theorie zufolge reduziert sich durch die Hyperventilation die **Durchblutung im Gehirn**, während das **limbische System** unvermindert aktiv bleibt und somit größeren Einfluss auf die Erfahrung gewinnt. Das Ergebnis ist diesem – u.a. von dem Psychiater **FRANZ VOLLENWEIDER** verfolgten – Ansatz zufolge eine Öffnung des thalamischen Filters, welcher auch **»Tor zum Bewusstsein«** genannt wird. Denn der **Thalamus** (das Zwischenhirn) ist es, der die ihm von den Sinnesorganen und dem Körper

vermittelten Informationen zurückhält oder an die Großhirnrinde weitergibt und somit darüber entscheidet, welche Ereignisse dem Menschen bewusst werden – oder welche er einfach übersieht. Wie alle bewusstseins-erweiternden Techniken birgt auch diese Methode Gefahren: **Emotional instabilen und traumatisierten Patienten** wird ebenso vom Hyperventilieren abgeraten wie **Schwangeren** und Patienten mit **Herz- und Kreislaufbeschwerden**. Professionell überwacht wird das **Holotrope Atmen** inzwischen nicht nur von über 500 zertifizierten Therapeuten weltweit, sondern auch in einigen psychosomatischen Kliniken.

Im Gegensatz zum privat durchgeführten Drogenmissbrauch stellte die Induktion veränderter Bewusstseinszustände im Rahmen

der psychologischen Forschung natürlich niemals einen Selbstzweck dar. Doch bevor wir einen Blick auf die praktische Anwendung der transpersonalen Forschung werfen und dem **Warum und dem Wie der Überwindung der eigenen Grenzen** nachgehen, ist es sinnvoll, sich zuerst das Menschenbild der **Transpersonalen Psychologie** vor Augen zu führen.

DER MENSCH UND SEIN WEG

Schon die klassische Psychologie nach **SIEGMUND FREUD** († 1939) weist auf die Illusion eines dauerhaften Ichs hin, dessen **»Identität«** angesichts unserer **»Selbstaktualisierungstendenz«** nicht zu halten ist: Sind doch Selbstheilungskräfte stets damit beschäftigt, unser Inneres den sich verändernden Umständen und Erfahrungen anpassen. Verkürzt dargestellt versteht die Psychologie das **»Selbst«** eines Menschen also nicht als **unveränderliche Einheit**, sondern als das **»Gesamt dessen, was wir zu uns selbst gehörig wahrnehmen«** (Rolf Fetscher). Charakteristischerweise äußert es sich vor allem dann, wenn wir in eine Interaktion mit unserem Umfeld treten: **»Wenn der Daumen gequetscht wird, existiert das Selbst in dem schmerzenden Daumen«**, wusste schon der eingangs zitierte **ARISTOTELES**.

Kennzeichnend für das transpersonale Menschenbild ist ein **erweitertes Verständnis von Bewusstsein**, Ich und Ego. Das Selbst ist hier nicht nur auf die eigene Persönlichkeit bezogen, sondern **dem Überpersönlichen gegenüber offen**. Es wäre jedoch ein Irrtum, dieses Überpersönliche wörtlich zu nehmen – und irgendwo über uns, außerhalb von uns zu suchen. **»Dem transpersonalen Selbst nähert man sich, wenn man sich nach innen wendet und allmählich die Identifizierung mit dem, was wir sind und was wir**

»Das Selbst im Menschen ist nichts anderes als die Kraft hinter dem Universum. Das erkennende Selbst ist nicht geboren, und es stirbt nicht. Es ist aus nichts entstanden, und nichts entstand aus ihm. Geburtslos, ewig dauernd, wird es nicht getötet, wenn der Körper getötet wird.«
(Upanischaden)

haben, loszulassen bereit sind.« (Walch) Die Rede ist von der **Egotransformation**, wie sie uns aus fast allen Religionen und Traditionen bekannt ist. Dieser transpersonale Wesenszug ist jedoch nicht, wie heute häufig angenommen, ein Accessoire, ein Bereich, den der Mensch nach Belieben betreten oder auch außen vor lassen kann. Im Gegenteil. Dem Psychologen **ERICH NEUMANN** († 1960) zufolge ist es gerade dieses **»dirigierende Zentrum«**, das durch seinen Drang Richtung Ganzheit alle Prozesse im Menschen

anstoßt, begleitet, kontrolliert und ausbalanciert. In ihm ist das **personale Selbst** mit all seinen Hoffnungen, Wünschen und Ängsten beherbergt und zugleich überschritten. Das **transpersonale Selbst** ist dieser Interpretation zufolge ein Zwitterwesen, ein Bewohner zweier Welten, oder, wie es **WALCH** formuliert, eine Brücke zwischen dem existentiellen Selbstbewusstsein und dem transpersonalen Einheitsbewusstsein.

Der Weg des Menschen ist der **Transpersonalen Psychologie** zufolge daher dem Wesen nach stets ein **spiritueller**. Er beginnt nicht selten unfreiwillig, mit einer Krise, einem Schicksalsschlag oder einer schweren physischen oder psychischen Erkrankung. Das ungewisse Gefühl, das Wesentliche verpasst zu haben, kann hierbei ebenso zum Auslöser für einen Aufbruch werden wie der Verlust einer sicher geglaubten



Sylvester Walch

Arbeitsstelle oder einer wichtigen Bezugsperson. Wenn die Frage nach der persönlichen Aufgabe, nach dem Warum der eigenen Existenz nicht mehr durch äußeres Tun übertönt werden kann, geraten nicht wenige Menschen in eine **tiefe Sinnkrise**. Der **Transpersonalen Psychologie** ist es zu verdanken, dass **»Religiöse oder Spirituelle Probleme«** seit 1993 (durch ihren Eintrag in das »Diagnostische und Statistische Handbuch Psychischer Störungen«) auch offiziell als ernstzunehmende psychische Erkrankung anerkannt werden. Im gleichen Jahr gründete sich der deutsche Zweig des von **STANISLAV** und **CHRISTINA GROF** gegründeten **»Spiritual Emergence Networks«**. Ziel dieses Vereins ist »die Begleitung einzelner oder kleiner Gruppen auf dem spirituellen Weg und bei etwaigen Krisen.« Auf seiner Website (www.senev.de) findet sich eine ausführliche TherapeutInnenliste von Personen, die ausreichend qualifiziert sind, um spirituelle Krisen zu begleiten und heilend aufzufangen. (In Österreich empfiehlt sich die Recherche über die Website des **»Österreichischen Arbeitskreises für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie«**: www.transpersonal.at.)

DIE TRANSPERSONALE PSYCHOTHERAPIE

Als praktischer Anwendungsbereich der transpersonalen Erkenntnisse ist das Ziel der **Transpersonalen Psychotherapie** (neben der Entwicklung einer reifen Persönlichkeit und der Ausbildung einer für die Anforderungen des Lebens ausreichenden Ich-Stärke) vor allem das Aufgehen der eigenen Persönlichkeit in einem größeren Lebensplan sowie die Entwicklung des Gewahrseins der Einheit allen Seins. »Das Ich verliert dadurch nicht seine Bedeutung, aber an Wichtigkeit. Es ordnet sich einer größeren Einheit, dem Selbst, unter und stellt sich in seinen Dienst.« (ÖATP) Hierzu werden eine Reihe von Techniken verwandt, die je nach Therapeut variieren können, jedoch meist über den gewohnten Rahmen psychotherapeutischer Methoden hinausgehen können: Neben der **Psychosynthese** nach **ASSAGIOLI**, der **Initiatischen** wie der **Logotherapie** (nach **DÜRKHEIM** und **FRANKL**) greifen viele Therapeuten bei ihrer Arbeit mit dem Patienten auch auf **spirituelle, schamanistische** oder **meditative Ansätze** zurück. Die Berührung der eigenen Grenzen sowie die spürbare (und nicht theoretische) Erkenntnis, auch jenseits des eigenen engen Ichs noch vorhanden zu sein und im Wesentlichen erst so richtig zu beginnen, hat auf die Psyche vieler Suchender wie Leidender eine auffallend heilsame Wirkung. Während einer **Transpersonalen Therapie** können folgende Erfahrungsbereiche auftreten:

1. **Erfahrungen mit dem Setting:**
u.a. Entspannen; Atmen; Interaktion.
2. **Personale/psychodynam. Erfahrungen:**
u.a. Wiedererleben von Traumata; Konfrontation mit Schattenaspekten; Auflösung von Körperblockaden.
3. **Präpersonale Erfahrungen:**
u.a. Wiedererleben von Geburtserfahrungen; Erlebnisse v. d. 2. Lebensjahr
4. **Transpersonale Erfahrungen:**
u.a. Transzendenz von Raum und Zeit; Erweckung der Kundalini kraft; Begegnungen mit dem Tod, Jenseitskontakte.
5. **Spirituelle Erfahrungen:**
u.a. Existentielles Seins- und Sinngelühl, universale Liebe, Begegnung mit dem Göttlichen, All-Einheits erfahrung.

Der emeritierte Psychologie-Professor **RENAUD VON QUEKELBERGHE** verweist auf die



große Ähnlichkeit gerade der letzten Gattung transformatorischer Erlebnisse mit mystisch-religiösen Erlösungsvorstellungen: »Alle **transpersonalen Therapien** und alle **spirituellen Traditionen** konvergieren auf die bewusstseinspsychologische Verwirklichung der höchsten Weisheit und Glückseligkeit: die Erreichung der grenzenlosen Herzgüte, der unbeschränkten **»Allgüte«** gegenüber sich selbst an erster Stelle und im Nachhinein allen anderen Menschen oder Lebewesen.« Die Teilnahme an einer **Transpersonalen Therapie** hat demnach im Idealfall zur Folge, nach der Anerkennung des Behandlungsziels (der Allgüte) das eigene Bewusstsein in seiner grenzenlosen Virtualität über alle Freuden und Leiden hinweg zu entdecken und festigen zu lassen, sei dies nun über den Weg einer Ritualtherapie, einer langjährigen spirituellen Übung oder der Verbindung meditativer Praktiken mit konventionellen Verfahren. Ein wesentlicher philosophischer Beitrag der **Transpersonalen Psychologie** zur aktuellen Geistesgeschichte ist sicherlich ihr entschiedenes »Ja« zur Wirklichkeit mystischer Erfahrungen. Im Gegensatz zu vielen Naturwissenschaftlern hält sie die Vorgänge im Gehirn für die *Voraussetzung einer Wahrnehmung transpersonaler Erlebnisse*, nicht jedoch für deren *Ursprung*.

Mit der für sie charakteristischen Kombination spiritueller und psychologischer Konzepte stößt die **Transpersonale Psychologie** nicht nur inhaltlich, sondern auch formal an wissenschaftlich bisher eindeutig definierte Grenzen. Es hängt nun viel davon ab, ob und wie es aufgeschlossenen Wissenschaftlern gelingen wird, die Erkenntnisse aus vielen Jahrtausenden spiritueller Praxis in das Weltbild der modernen Forschung zu integrieren.

Im Kern ein hoffnungsvolles Unterfangen: Denn wo Wissen auf Erfahrung trifft, entsteht nicht selten – Weisheit.