

Die spirituelle Verwurzelung der Existenz

Zum Verhältnis von Psychotherapie und Spiritualität am Beispiel der Existenzanalyse

The Spiritual Rootedness of Existence – On the Relationship between Psychotherapy and Spirituality Exemplified According to Existential Analysis

Alfried Längle

Themenschwerpunkt Psychologie und Spiritualität

Zusammenfassung

Nach einer kurzen Darstellung der Aufgabe der Psychotherapie wird ihr Verhältnis zur Spiritualität in Frage gestellt. Ausgehend von der existenzanalytischen Strukturtheorie der Existenz wird entlang dieser Dimensionen ein vierfacher Zugang zur spirituellen Tiefe aufgezeigt. Spiritualität wird verstanden als Erleben uns übersteigender Größe, die sich im Staunen, in Dankbarkeit, in der Würde und im Gefühl eines umfassenden Sinns psychologisch manifestiert. Neben der existentiellen wird auch eine anthropologische Begründung der Spiritualität in der Geistigkeit des Menschen gesehen. – So wird deutlich, daß ein erfüllender Existenzvollzug auf (bewußter oder unbewußt gebliebener) Spiritualität beruht und daher als ein erstrebenswerter Effekt existenzanalytischer Psychotherapie angesehen werden kann.

Stichworte: Spiritualität, Psychotherapie, Existenz, Existenzanalyse, Anthropologie

Abstract

After a short description of the task of psychotherapy, its relationship to spirituality is questioned. The existential analytical structural theory of existence is taken as a tool for a fourfold access to the spiritual depth of existence. Spirituality is understood as an experiencing of a transcending greatness that is psychologically mirrored in astonishment, gratitude, dignity and in the feeling of an encompassing meaning. Apart of the existential foundation, an anthropological one is seen in the noetic dimension of the human being. – The exposition gives evidence that a fulfilling existence is based on (conscious or unconscious) spirituality. Spirituality may be considered as an intended effect of existential analytical psychotherapy.

Keywords: Spirituality, psychotherapy, existence, Existential Analysis, anthropology

Die Auseinandersetzung mit dem Verhältnis von Psychotherapie, Religion und Spiritualität ist in der klinischen Psychotherapie nicht üblich. Diese hält sich lieber von ihrer „Konkurrenz“ und „Vorläuferin“, der religiösen Seelsorge, fern. Die eigenen transzendentalen Bezüge und (unbewußten, impliziten) spirituellen Fundamente und Axiome sind daher selten Thema. Die Beschäftigung mit Spiritualität kann unversehens zur „Gretchenfrage“ der Psychotherapie werden, weil die Unterschiede der einzelnen Psychotherapie-Richtungen zu einem guten Teil im impliziten spirituellen Bezug begründet sind, aber meistens verdeckt bleiben.

1. Einführung

Wer zum Psychotherapeuten¹⁾ geht, sucht ein spezifisches Angebot: Problemlösung, Konfliktbearbeitung, Heilung von seelischen oder psychosomatischen Leidenszuständen.

Der Mensch in seelischer Not und – fast noch schlimmer – in geistiger Verzweiflung ist von seinem Leiden so durchdrungen, daß ihn nichts anderes mehr beschäftigt als die notgedrungene Auseinandersetzung mit seiner Existenz – mit dem Grund seines Daseins und den Mitteln, es einigermaßen bewältigen zu können, so daß es zumindest erträglich wird und vielleicht noch etwas Sinn abwirft. Seelisches und geistiges Leid ist besonders unerträglich und besetzt den Menschen inmitten seiner Ichhaftigkeit. Darum hat seelisches Leid einen imperativen Charakter zu seiner Linderung oder Beseitigung.

In der „Notgedrungenheit“ des Leidens widerfährt dem Menschen etwas Neues: er wird für eine gewisse Zeit aufgebrochen, geöffnet für alles, was ihm helfen könnte. Wir sollten das aber nicht unbedingt in einer hohen Geistigkeit angesiedelt sehen, denn durch den imperativ-existentiellen Charakter des Leidens ist der Mensch zu recht und sinnvollerweise sehr pragmatisch: nämlich offen für