

Religion als Erfahrung aus psychologischer Sicht

- Eine Einführung -

E. W. Harnack

www.transzendente-psychologie.de

Religiöse Erfahrung: Was ist das?

Eine erste Definition:

Das persönliche Erleben einer Person, das diese als religiös (auf Transzendenz bezogen) betrachtet.

Eine erste Aufzählung möglicher Fundorte:

- Christliche, jüdische, islamische Mystik
- Fernöstliche Spiritualität / Meditation
- Trance und Ekstase z. B. bei Stammesreligionen
- Außergewöhnliche Einzelerfahrungen
- „Gewöhnliche“ Glaubenserfahrungen
- Bestimmte Drogenerfahrungen

Worum es geht: Religiöse Erfahrung

Drei Beispiele

Beispiel 1: Erweckungserleben (Konversion)

- Lektüre des I Ching (eines taoistischen Grundtextes) führt zu tief als unmittelbare Wahrheit empfundenen Gewissheiten über die Natur der Welt und anschließender (christlicher) Konversion.
- In einer Lebenskrise voller Angst und Sorge bricht unversehens und unbeabsichtigt Etwas durch, das (emotional) von Freude begleitet ist und (kognitiv) dem Betroffenen eine völlig neue Perspektive erlaubt. Der Perspektivwechsel hält weiter an.

Alister Hardy:

Religious Experience Research Centre

- Hat ca. 6.000 Berichte über religiöse Erfahrungen in Großbritannien gesammelt
- Schätzungen gehen davon aus, dass die Hälfte der Bevölkerung schon mind. 1 x eine religiöse (außergewöhnliche) Erfahrung gemacht hat.
- Viele Berichte stammen von Personen, die keiner religiösen Organisation angehören oder zum Zeitpunkt des Erlebens noch nicht einmal religiös waren.

Hardy: „The Spiritual Nature of Man“

12 Kategorien von Merkmalen in Berichten:

- A. Sensorisch: (1) Gesichte; (2) Auditionen; (3) Körpergefühle; (4) Gerüche
- B. (5) Außersensorische Wahrnehmung
- C. (6) Außergewöhnliche Kräfte/Verhaltensweisen
- D. (7) Kognitive und affektive Erlebnisse (z. B. Sicherheit; Glück; Vergebung; göttliche Präsenz; Gebetsantwort)
- E. (8) Entwicklungsprozesse (im Individuum; in Beziehung zu anderen; in bestimmten Lebensphasen)
- F. (9) Einflussnahme oder Selbstveränderung
- G. (10) Träume
- H. (11) Auslösende Situationen (Natur, Musik, Gebet/Meditation, Gottesdienst, Depression, Krankheit, Beziehungskrise, Literatur/Film)
- I. (12) Konsequenzen der Erfahrung (Konversion, Beziehung...)

Worum es geht: Religiöse Erfahrung

Drei Beispiele

Beispiel 2: Ein spirituelles Krisenerleben

- Frau B. R. zieht sich oft in ein nahe gelegenes katholisches Kloster zurück und meditiert dort, begibt sich „in die innere Stille“, bis eines Tages die Stille die Kontrolle über sie übernimmt
- Einige Zeit später: Die Stille wird zum Gefühl, nicht mehr als Person zu existieren. 📖
- Sie sieht Dinge plötzlich ganz anders, als hätte sie vorher nur einen Film geschaut und jetzt eine 3D-Brille bekommen, sieht alle Dinge als Teil einer großen Einheit.
- Sie „entgeht“ mehrmals der persönlichen Vernichtung durch ein mysteriöses „Etwas“. 📖

Worum es geht: Religiöse Erfahrung

Drei Beispiele

Beispiel 3: Ein visionäres Erleben

- Halbschlaf (Schlaf oder schon wach unklar)
- Löwe mit Adlerflügeln
- Bär; Panther mit vier Flügeln
- Metallmonster
- Gericht
- Ein Held übernimmt die Herrschaft
- Der Berichtstatter ist selbst im Geschehen anwesend und agiert darin (fragt Andere nach der Bedeutung)

Wo liegt das Problem?

Im erkenntnistheoretischen Status dieser
Erfahrung, also...

... in der Frage: Sind religiöse Erfahrungen

... religiös

... oder ein unerforschtes psychisches
Potential

... oder Phantasie/Täuschung/Fehl-
interpretation

... oder krankhaft?



Mit anderen Worten:

Was ist es, das in der religiösen
Erfahrung erfahren wird?

William James

US-amerikanischer Philosoph (1842-1910)

- „Die Vielfalt religiöser Erfahrung“
(Vorlesungen 1901/02)
- Die (religiöse) Erfahrung des Einzelnen bildet die Realität
(Empirizismus)
- (Religiöse) Wahrheit erweist sich an deren Konsequenzen: „An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen“.
(Pragmatismus)
- Religionswissenschaft als Weg zur Konstituierung einer empirischen Form von Religion (nicht nur deren Untersuchung)!

William James:

Charakteristika von religiöser Erfahrung

3 Überzeugungen:

1. Dass die sichtbare Welt Teil eines mehr **geistigen Universums** ist,
2. dass die Vereinigung mit **diesem** unsere wahre Bestimmung ist,
3. dass **Gebet/innere Gemeinschaft** mit dem **Geist dieses Universums (Gott, Gesetz)** ein Prozess ist, in dem **etwas Wirkliches** geschieht (**spirituelle Energie** fließt aus) mit **psychologischen oder materiellen Auswirkungen**

2 psychologische Kennzeichen:

4. Ein neuer Lebensgeschmack (z. B. Verzauberung)
5. Geborgenheit, Frieden, Liebe gegenüber Anderen

Wer beschäftigt sich seitdem mit relErf?

Religionspsychologie:

Gegenstand ist die Art und Weise, *wie* Menschen religiös sind; Transzendenz selbst wird als Untersuchungsobjekt ausdrücklich ausgeschlossen

(dazwischen: Religionspsychologie
aus Sicht der Theologie, z. B. Bernhard Grom)

Pastoralpsychologie:

Gegenstand ist die Sorge um die seelischen Nöte des Menschen, also v. a. eine rein praktische Psychologie

Parapsychologie:

Naturwissenschaftlich orientierte Erforschung sog. Außergewöhnlichen Erlebens, darunter auch einiger Arten spiritueller Erfahrung

Religion als psychologische Schädigung: Freud und Ellis vereint

- S. Freud (Psychoanalyse):
Religion als Zwangsneurose und Sehnsucht nach dem guten Vater
- F. Alexander (Psychoanalyse):
Buddhistisches Training als künstliche Katatonie (Erstarrung)
- B. F. Skinner (Verhaltenstheorie):
Religion als System sozialer Kontrolle durch Herstellen von Belohnung und Bestrafung
- A. Ellis (Kognitive Verhaltenstheorie):
Religion als nicht zielführende irrationale Einstellung (in jüngeren Jahren)

A. Ellis

Religiöse Erfahrung als psychische Störung?

Psychopathologische Diagnosen bei Mystikern:

- Teresa von Avila: Hysterie
- Hildegard von Bingen: Migräne (C. Singer 1917; Podoll & Robinson 2002)
- Schamanen: Schizophrenie

Dagegen v. a. ab den 1980er Jahren:

• „Differenzhypothese“:

- Religiöse Begabung als eigener Bereich neben anderen Begabungen (künstlerischer etc.) (z. B. Kurt Heinrich)
- Spirituelle Erfahrung als angestrebte Selbstentwicklung, aber mit konkreten psych. Gefahren (z. B. Christian Scharfetter)

• „Einheitshypothese“:

- Spirit. Erfahrung und Psychose oft untrennbar (Michael Jackson)
- Spirituelle Erfahrung, auch als krisenhafter Prozess, besitzt Eigenwert, ist nicht krankhaft (z. B. David Lukoff)

Transpersonale Psychologien

- Eine Psychologie, die sich nicht nur auf die Defizite konzentriert? → In den 1950er Jahren Bildung der *Humanistischen Psychologie* um A. Maslow
- Aus ihrem Kreis um 1969: Unter der Bezeichnung „Transpersonale Psychologie“ Entstehung einer Psychologie, die sich um höchste Potentiale des Menschen bemüht. 📖
- Dabei wird Transzendenz im Unterschied zur Religionspsychologie als eigene Erfahrungsdimension des Menschen ernst genommen.
- Heute werden auch andere Psychologien mit dem Begriff angesprochen (Z. B. Analytische Psychologie n. Jung; Holotropes Atmen n. Grof; Initiatische Therapie n. Dürckheim; Existenzanalyse n. Frankl)

Psychische Störung als religiöse Erfahrung?

- Gegen die Pathologisierung spiritueller Erfahrung: Einführung des Begriffs der „spirituellen Krise“ = spirituelles Erleben + psychische Probleme
- Anspruch an Psychiater/klinische Psychologen, keine spirituellen Erfahrungen zu therapieren, sondern die begleitenden Probleme
- Anspruch der Differenzierung zwischen Psychose (als komplexe, mit Wahnhaltungen einhergehende, aber niemals nur inhaltlich bestimmbare psychische Störung) und besonderem Erleben (das psychotische Anteile besitzen kann oder – oft – nicht, aber an sich nur **ein mögliches, nicht ausreichendes** Psychose-Merkmal bildet)

Von der Neurobiologie zur Neurotheologie?

- Ergebnisse neurowissenschaftlicher Forschung:
 - Bei Schläfenlappenepilepsie treten signifikant häufig religiöse Phänomene auf. Ist der Schläfenlappen das „Gottesmodul“ (Ramachandran; Persinger: „Gotteshelm“)?
 - In meditativer/kontemplativer Absorption ist das „Orientierungsfeld“ im Scheitellappen ausgeschaltet (Newberg & d’Aquili)
- Frage: Hegel oder Feuerbach? Wie interpretiert man die Befunde?

Verhältnis Psychologie → Religion

Antireligiöse Psychologien

Klassische
Psychoanalyse

Verhaltens-
therapie
(bis vor Kurzem)

„Neuro-
theologie“
sensu
Persinger

Areligiöse Psychologien

Religions-
psychologie

Psycholog.
Forschung
(Hauptstrom)

Proreligiöse/ spirituelle Psychologien

Transpersonale
Psychologien

„Neuro-
theologie“
sensu Newberg

Verhältnis Religion → Psychologie*

Religion ohne
Psychologie*

Theologie als
„reine Lehre“
(Protestantismus:
weltferne Offen-
barungswahrheit:
Barth/Bultmann;

Katholizismus:
Kirchl. Lehre steht
über persönlicher
Erfahrung)

Psychologie*
in der
Religion

Pastoral-
psychologie
(Seelsorge)

Religion als
Psychologie*

Ansätze bei F.
Schleiermacher
(später:
G. Vorbrodt,
G. Wobbermin)

im Buddhismus

* Psychologie im Sinne der menschlichen Erfahrung

Transzendente Psychologie:

„Die psychologische Erforschung der Bedingungen der Möglichkeit für die *Erfahrung* von **Transzendenz**, wobei die lebensweltliche *Relevanz* und *Existenz* von Transzendenz als gegeben vorausgesetzt wird.“

Was tun mit spirituellen Erfahrungen?

- Lässt sich die Erfahrung gut ins eigene Leben einordnen? → Ja: OK!
- Nein: Ist professionelle Hilfe erforderlich?
→ Nein: OK!
- Ja: Mit spiritueller oder mit psychologischer Kompetenz???
- Wo sind die spirituellen Fachleuten mit psychologischer Kompetenz?
- Wo sind die psychologischen (medizin./sozialpäd.) Fachleute mit spiritueller Kompetenz?

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter

www.transzendente-psychologie.de

dort auch z. B. der folgende

Literaturhinweis:

E. W. Harnack (2009): *Experimentelle Religion – Transpersonale Psychologie als „Religionswissenschaft“ im Sinne von William James*. In: Journal für Psychologie 17 (1); frei zugänglich im Internet