**Zur Differentialdiagnostik**

**Spiritueller Krisen – die Praxis** von Maria-Anne Gallen

# Ausgangspunkt

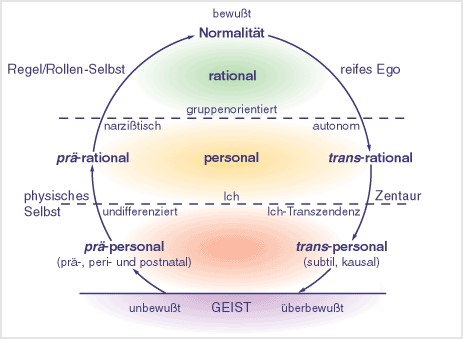
Ausgangspunkt für die hier dargestellten Überlegungen zum Thema „Differentialdiagnostik Spiritueller Krisen“ war die Auseinandersetzung mit dem gleichnamigen Artikel von S. Brunnhuber und R. Wagner (Zeitschrift für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 1/2006) und mein Versuch, das dort vorgestellte Diagnostikkonzept auf konkrete Fälle in meiner Praxis anzuwenden.

Im Rahmen meiner Praxis-Homepage habe ich eine Seite zum Thema „Spirituelle Krisen“ verfasst. Seit diese Website in den InternetSuchmaschinen ganz gut zu finden ist, bekomme ich regelmäßig Anrufe von Menschen, die sich und ihre Schwierigkeiten unter dem Begriff „spirituelle Krise“ wieder erkennen und auf Beratung und Hilfe hoffen. Dieses Klientel ist höchst heterogen – es stellt keineswegs eine homogene Gruppe dar, für die es angemessen wäre, nur eine einzige diagnostische Kategorie, nämlich „spirituelle Krise“ zu verwenden. Diese Heterogenität spiegelt sich auch in dem sehr unterschiedlichen Gebrauch dieses Begriffs in vielen anderen Zusammenhängen wieder (vgl z.B. den Internet-Artikel über "Spirituelle Krisen" von Karl Baier).

# Diagnostische Drei-Teilung

Für meine praktische Handhabung nehme ich schon seit langem eine „Grobsortierung“ dieses Klientels in *drei Kategorien* vor. Die Beschäftigung mit dem oben genannten Artikel hat dazu geführt, mir differenziertere Gedanken dazu zu machen, wie man diese drei „Gruppen“ benennen und welche Unterscheidungskriterien man dabei aufführen könnte. Da ich dabei konsequent einem *transpersonalen Paradigma* folge (vgl. Gallen, 2006/1), verzichte ich bei dieser Einteilung völlig auf pathologisierende Bewertungen und richte sie an einem *Entwicklungskontinuum* (analog zur z.B. „integralen Diagnostik“ von Ken Wilber) aus.

dargestellt nach Weinreich, Wulf-Mirko in http://www.integralepsychotherapie.de/PraeTrans.html



Hier wird das Bewusstseinskontinuum des Menschen als Entwicklungsspektrum von präpersonalen/prärationalen über personale/rationale hin zu transrationalen und transpersonalen Zuständen (einer Kreislinie folgend) abgebildet. Brunnhuber/Wagner reduzieren in ihrer *Topographie der Bewusstseinsentwicklung*  dieses komplexere Modell auf die drei Kategorien: *präpersonal, personal und transpersonal.* Wenn ich dieser Aufteilung in der Praxis folge, interessiert mich hierbei vor allem die Entwicklung der *Ich-Organisation* (vgl. z.B. Kegan, 1986)

Konkret bedeutet das: Ich unterscheide in der Praxis die drei Gruppen danach, ob sie in ihrer *Ich-Entwicklung* nach meinem Erkennen eher *präpersonal* bzw. *personal* organisiert sind, oder sich *in einem Phasenübergang zu einer transpersonalen Ich-Organisation* befinden.

*Für den praktischen Umgang mit den betroffenen Menschen ist dabei wichtig: In allen diesen Bewusstseinsbereichen können authentische spirituelle Erfahrungen vorkommen und sollten als solche gewürdigt werden! Sie stellen immer eine potentielle Quelle für Heilung und Reifung dar.*

# Echte Transformationsprozesse

Unter die Überschrift *echte Transformationsprozesse* (oder *Kundaliniprozesse*) fasse ich Phänomene, die den lange (weit über ein Jahrzehnt) dauernden Prozess der Umorganisation eines *personal strukturierten Ich-Bewusstseins* zu einem *trans-personal (*andere Begriffe*: postkonventionell, überindividuell)* strukturierten Ich-Bewusstsein betreffen.

In *vollständigen Prozessen* wird dabei subjektiv eine völlige Desidentifizierung von der eigenen Persönlichkeit erlebt, die häufig als Erkennen der Non-Dualität der Wirklichkeit und allen Seins (z.B. Advaita-Lehren = Lehre der Non-Dualität) beschrieben wird. Nach Kegan (1986) stabilisiert sich dieser Prozess irgendwann wieder in einem neuen Identitätserleben, das *überindividuell* (ohne persönliche Ich-Bezüge) ist.

Dieser Prozess hat viele Phasen, er kann jahre- und jahrzehntelang stagnieren und dann wieder weitergehen. Dabei verläuft er keineswegs die ganze Zeit hindurch krisenhaft – auf irgendeine Art wird er jedoch immer als *Identitätskrise* und sehr existentiell erfahren. (vgl. z.B. Harrigan, 2002). Der vollständige Phasenübergang eines personalen in ein transpersonales Bewusstsein wird auch als *Paradigmenwechsel* auf allen Ebenen des Bewusstseins erlebt (vgl. z.B. Almaas, 2004).

In dem oben vorgestellten Modell von Ken Wilber ist der *Beginn eines echten Transformationsprozesses* mit der Entwicklung des Zentauren anzusetzen, mit der Fähigkeit, das eigene Ich zu beobachten und sich dadurch erstmals aus der Identifikation damit zu lösen. Ab da werden initiatische spirituelle Erfahrungen gemacht (z.B. ein Kundalini-Erwachen), die zu ersten dauerhaften Desidentifikationen vom personalen Ich-Bewusstsein führen. In anderen (noch differenzierteren) Darstellungen seines Modells (z.B. Wilber, 2001) durchläuft der Mensch dann von seinem Selbst-Erleben her zunächst eine Phase, die

Wilber „Seele“ nennt und dann eine des „Geistes“. Die vollständige Loslösung vom personalen Bewusstsein nennt er den „Zeugen“ oder auch das „reine Selbst“, die höchste Stufe „non-duales Bewusstsein“.

# Spirituelle Krisen bei personaler IchOrganisation

Wie man im Wilber-Modell gut erkennen kann, umfasst die personale Ich-Entwicklung auch wieder ein gewaltiges Spektrum. Für die Praxis mache ich persönlich hier den „Schnitt“ an der Stelle, wo ein prärationales in ein rationales Bewusstsein übergeht. Das geschieht in einer ungestörten Ich-Entwicklung schon im Schulkindalter (vgl. Kegan 1986). Nach Kegan treten im menschlichen Entwicklungsverlauf verschiedene Umorganisationen in diesem personalen Bewusstsein auf. Eine Umorganisation zu einem *zwischenmenschlichen Selbst* nach ungestört verlaufener Pubertät und eine weitere Umorganisation zum *institutionellen Selbst* des reifen Erwachsenen.

Wenn die Entwicklungen verzögert sind (was sehr häufig vorkommt), treten diese Umorganisationen nach den Untersuchungen von Kegan erst sehr viel später auf. Da kann dann z.B. ein 40-jähriger von der Organisationsstufe des zwischenmenschlichen Selbst in die nächsthöhere (*institutionelles Selbst) „*umbrechen“. Diese Umbrüche verlaufen immer krisenhaft, da eine qualitative Veränderung und Umorganisation von Strukturen stattfindet. Dabei finden nach Kegan immer sowohl Prozesse der Differenzierung als auch der Integration statt.

Wenn alte psychische Strukturen aufbrechen, um sich neu zu organisieren, sind die „Schleusen zum Unterbewusstsein“ *immer* ganz anders geöffnet als in stabileren Phasen, da - wie wir schon seit Sigmund Freud wissen - das ICH eine Art Wächter- bzw. Kontrollfunktion ausübt. In solchen Phasen können daher eher sowohl transpersonale Erfahrungen gemacht werden, als auch psychische Störungsphänomene auftreten. Oft geht beides miteinander einher.

Solche inneren „Auf- und Umbrüche“ im personalen Bewusstsein finden nicht nur durch natürliche Entwicklungen statt, sondern auch durch extreme (häufig traumatisierende) Lebenserfahrungen (z.B. Nah-Todeserlebnisse, schwere Krankheiten etc.) oder durch Medikamenten- bzw. Drogeneinfluss.

# Spirituelle Krisen bei prä-personaler Ich-Organisation

Nach Kegan muss mindestens die Stufe einer „*autonomen* Selbst-Organisation“ erreicht sein, um als erwachsener Mensch selbständig in unserer Gesellschaft zu funktionieren. Menschen, die die Entwicklungsstufen des Prärationalen oder gar Präpersonalen noch nicht verlassen haben, finden wir eher in *abhängigen Zusammenhängen* (z.B. in öffentlichen sozialen Einrichtungen oder als Erwachsene noch in der Obhut ihrer Eltern).

Auch sie erleben *authentische spirituelle Öffnungserfahrungen* und erzählen mir das am Telefon oder in E-Mails. (Bisher hat sich bei diesem Klientel in meiner ambulanten Praxis jedoch noch kein längerer Therapiekontakt ergeben.) Die Verarbeitung dieser Erfahrungen im Entwicklungsverlauf ist hier jedoch ganz anders als auf der personalen Stufe. Im Idealfall kann das Heilungspotential der *spirituellen Krise* in einem solchen Fall dazu führen, dass die präpersonale Stufe verlassen wird und eine Umorganisation in Richtung personal stattfindet.

Ein Beispiel[[1]](#footnote-1): Eine junge Frau (die noch bei ihrer

Mutter wohnt) erzählt mir am Telefon, dass sie die Begegnung mit einer spirituellen Heilerin völlig aus der Bahn geworfen hat. Die Behandlung bei ihr habe zum einen dazu geführt, dass sie plötzlich (nach vielen Semestern) die Energie hatte, ihr Studium zu Ende zu führen. Andererseits fing sie an, diese Erfahrung magisch und mythisch zu verarbeiten – sie berichtete, dass sie sich seitdem von Engeln „verfolgt“ fühlt und wollte von mir wissen, ob sie ihren erworbenen Hochschul-Abschluss wieder abgeben sollte, weil der Professor „Gabriel“ (wie der Erzengel) heißt.

# Das Erkennen in der Praxis

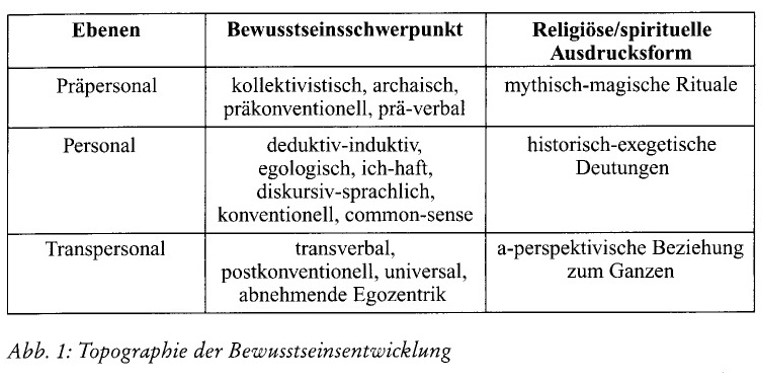
Für die Praxis ist es wichtig zu verstehen, dass spirituelle Öffnungserfahrungen immer Desidentifikationserlebnisse sind. Das Bewusstsein löst sich von gewohnten Erlebens- und Denkstrukturen und tritt in neue Bewusstseinsbereiche ein. Nach dem Motto „eine Erleuchtungserfahrung macht noch keinen Erleuchteten“, muss diese Erfahrung aber dann erst in der Entwicklung vollzogen werden, um von wirklicher Transformation sprechen zu können. Das Potential zu einer solchen Transformation (Weiterentwicklung und Umformung) ist auf jeder Entwicklungsstufe vorhanden und daher können spirituelle Öffnungserfahrungen immer zu einem *nächsten Entwicklungsschritt* führen. Nach der übereinstimmenden Auffassung von Kegan und

Wilber, können dabei aber keine Stufen übersprungen werden.

Daraus ergeben sich zwei wichtige Schlussfolgerungen (Thesen):

1. Aus der *Art der Erfahrung* und ihren *Inhalten* kann noch keine Schlussfolgerung über den Entwicklungsstand gezogen werden.
2. Erst eine parallele Entwicklungsdiagnostik (Stufe der Ich-Entwicklung) gibt eindeutigen Aufschluss darüber, um welche *Art der Krise* (präpersonal, personal, transpersonal) es sich handelt.

Und nun die für den Praktiker/die Praktikerin natürlich brennendste Frage: „Woran erkenne ich das?“ An dieser Stelle möchte ich einfach ein paar Beobachtungen und Beispiele schildern und sie mit der Tabelle von Brunnhuber/Wagner in Beziehung setzen:



# Präpersonale Ebenen

Ein Beispiel für die mythisch-magische Verarbeitung (vgl. Tabelle) einer transpersonalen Erfahrung habe ich oben schon geschildert. Ab und zu bekomme ich darüber hinaus Mails von Menschen, die ganz offensichtlich nach einer „Person“ als Gegenüber suchen, was man auch als Sehnsucht nach einer eigenen personalen Entwicklung verstehen könnte.

Ein Beispiel: „Hallo!

Gerne würde ich einmal meine Erfahrungen mit einem Menschen teilen. Ich würde mich freuen, wenn es klappt!

Sie wären wahrscheinlich der erste Mensch seit etwa 4 Jahren, bei dem, mich auszutauschen, ich mir vorstellen kann...“

Der Mensch, der mich hier kontaktierte, nannte keinen Namen. Auf meine (so freundlich wie möglich abgefasste) Antwort-Mail, dass wir uns gerne ein wenig (auch telefonisch) über unsere Erfahrungen austauschen könnten, kam nie eine Antwort.

Ein anderes Beispiel aus einem längeren Mailkontakt: „... ich fände es wäre ja wirklich nett, wenn diese goldene autonome innerliche Selbstkröte nicht permanent aus dem Verborgenen handeln würde - abgesehen davon, dass ich mich frage, wie 'ich' aus der Froschperspektive heraus zwischen 'Selbst', 'Engel', 'Dämon' und freundlichem(?) 'Selbst' unterscheiden

soll...“

# Personale Ebenen

Die bunte Vielfalt spiritueller Öffnungserfahrungen im Zusammenhang mit personalen Strukturen, der ich in meiner Praxis schon begegnet bin, kann ich hier gar nicht umfassend schildern – alle KollegInnen, die eine Offenheit für solche Phänomene entwickelt haben, kennen sie. Treffen diese Erlebnisse auf (mehr oder weniger) unbeschädigte IchStrukturen, sind auch dramatische Erfahrungen meist gut zu verarbeiten und führen zu wesentlichen Entwicklungen und beeindruckenden Reifungsprozessen, die dann weit in den transpersonalen Organisationszusammenhang hineinführen können.

Ein Beispiel[[2]](#footnote-2): Eine Frau (35) kam zu mir wegen einer Lehrtherapie im Rahmen ihrer eigenen therapeutischen Ausbildung in die Praxis. Sie machte auf mich sehr schnell einen ungewöhnlich reifen und sensiblen Eindruck. Es war eine Freude, mit ihr zu arbeiten - die Therapieprozesse verliefen spannend, sehr tief und blieben nicht in irgendwelchen strukturellen „Schleifen“ hängen. Sie hatte mit 20 Jahren ein Nah-Tod-Erlebnis in Zusammenhang mit einem Absturz im Gebirge. Bei diesem Fall wurde ihr Rückgrat so schwer verletzt, dass sie nach der Operation lange Zeit im künstlichen Koma verbringen musste. Die Ärzte gaben ihr keine Chance, dass sie je wieder völlig schmerzfrei sein würde. Mit Hilfe einer jahrelangen Meditations-Praxis und Feldenkrais-Arbeit konnte sie sich jedoch aus diesen traumatischen Erfahrungen herausentwickeln und von den Schmerzen geheilt werden.

Schwierigere und häufig sehr langwierig verlaufende Therapieprozesse im Zusammenhang mit spirituellen Krisen ergeben sich im personalen Bereich eher mit sog. „schwachstrukturierten“ Persönlichkeiten, auf die ich aber hier nicht näher eingehen möchte, da ja das *Erkennen* im Moment Thema ist.

Im personalen Bereich ist das Ich noch voll identifiziert mit dem *Erleben,* auch mit dem spirituellen Erleben, und hat noch keine Möglichkeit, sich davon zu distanzieren. Diese Identifikation lässt sich sprachlich erkennen. Z.B. drückt jemand, der sagt „ich bin schon immer spirituell gewesen“ oder „ich ruhe fest in Gott“ eine strukturelle Ich-festigkeit im Zusammenhang mit seinem spirituellen Erleben aus. Bei schwächer strukturierten Persönlichkeiten findet die Ich-Identifikation eher mit den *Inhalten des* *Erlebens* statt. Dann gibt es z.B. Aussagen wie „ich verkörpere das SEIN“ oder sogar „ich bin das Göttliche". (Hier ist den Personen meist sehr bewusst, dass die Gesellschaft solche Äußerungen als spirituellen Größenwahn bewertet und sie beschreiben daher ein solches Empfinden nur in Vertrauenssituationen). Solche und ähnliche Sätze weisen auf eine *personale Identifikation mit spirituellem Erleben* hin.

Da in der Übergangsphase personal-transpersonal über weite Strecken – wie immer in Übergangsphasen – altes und neues Erleben parallel vorkommt, hören wir so etwas in Gesprächen noch lange, wenn der Aufbruch zu transpersonalen Bewusstseinsebenen schon längst begonnen hat.

In der Beratungssituation kann man mit ein wenig Übung ganz gut erkennen, ob die Person schon in der Lage ist, sich beobachtend von ihrem eigenen Ich-Erleben zu distanzieren, was die Phase des Zentauren (nach Wilber) kennzeichnet.

# Transpersonale Ebenen

Grundsätzlich bin ich der Auffassung, dass man als TherapeutIn nur den Ich-Entwicklungsstand erkennen kann, den man selbst erfahren hat und es daher auch heute noch zu vielen Fehldeutungen bei *echten Transformationsprozessen* kommt. Ich habe schon einige Menschen getroffen, die in den Anfangsphasen ihrer Prozesse in der Psychiatrie gelandet sind, weil die Umgebung mit den dramatischen Veränderungen der Betroffenen in ihren Erlebens- und Verhaltensweisen nicht zurechtgekommen ist. Diese sagen alle übereinstimmend, dass das nicht nötig gewesen wäre, wenn jemand die Art des Prozesses erkannt und verstanden hätte.

*Vollständige spirituelle Transformationsprozesse* „hebeln“ ein vormals mit dem Erleben identifiziertes Ich-Bewusstsein aus und verwandeln es im besten Fall in ein non-duales Bewusstsein, in dem die Spaltung zwischen Ich und Welt, Form und Inhalt usw. völlig aufgehoben ist. Im Verlauf eines solchen Prozesses „stirbt“ der Mensch viele Ego-Tode und erfährt viele Arten spiritueller Öffnungen. Zu einer wirklichen Transformation kommt es dabei nur, wenn dieser Prozess durch Übung unterstützt und von Einsicht begleitet wird (vgl Harrigan, 2002). Es ist also in jeder Hinsicht ein Form-sprengender Vorgang und diese „Überwindung der Form“ (Kegan, 1986) kann sich in vielen Zusammenhängen bemerkbar machen, die man erkennen kann.

Das fängt damit an, dass äußere Formen, z.B. ein klinisches therapeutisches Setting, unterlaufen bzw. als unpassend empfunden werden. In fortgeschrittenen Prozessen erlebt sich der Mensch zunehmend in ständiger Verwandlung und kann Entscheidungen nur aus der Stimmigkeit des Augenblicks treffen. Das gerät dann irgendwann in Konflikt mit allen äußeren Formen (Beziehungen, Arbeit, Lebensgestaltung), die der *inneren Stimmigkeit* nicht entsprechen.

Wie sich dieser Auflösungsprozess von Innen anfühlen kann, möchte ich aus der Mail einer Klientin zitieren:

„Vielleicht könnte man sagen es war wie – man ist in/ auf/ bei/ dem eigentlichen Selbst und schaut zu wie das „Ego“ seine „Verstrickungen“ konstruiert, sieht wie sie in und nach den Gesetzen des „Ego“ ablaufen müssen, ohne dass man als „Selbst“ wirklich etwas dagegen tun kann. Bzw. man begreift, dass man nichts dagegen tun darf, weil das Gesetz des Reifungsprozesses den Ablauf erfordert.

Das „Einzige“ was man als „Selbst“ tun kann, ist, das „Ego“ immer wieder daran zu erinnern, dass die erlebten Kränkungen nicht zum Tod führen, ja nicht mal die gesamte Person betreffen müssen bzw., letztendlich eine Art Selbsttäuschung sind weil das eigentliche Wesen ja eben das Selbst und nicht das gekränkte EGO ist – um damit den

Schmerz, die Angst zu lindern.“

# Schlussfolgerungen

Seit der Begriff „spirituelle Krise“ in die Welt gesetzt wurde, lädt er Menschen dazu ein, die destabilisierenden Erfahrungen, die aus unserer eigenen Innenwelt auftauchen können anders zu deuten als nur als Pathologie – und das ist gut so! Spirituelle Erfahrungen können immer dazu dienen, wichtige persönliche Entwicklungen zu unterstützen, und sollten daher in jedem Fall gewürdigt werden.

Andererseits hilft diese grobe Kategorisierung in keiner Weise dabei, sinnvolle therapeutische bzw. begleitende Strategien zu entwickeln, da präpersonale, personale und transpersonale Prozesse jeweils eine völlig andere Art von Unterstützung brauchen. Das herkömmlich-klinische Therapiesetting ist bei entsprechender Aufgeschlossenheit des Therapeuten/der Therapeutin in der Regel gut geeignet, wenn es sich um die personalen Entwicklungsbereiche, bzw. den Anfang eines Phasenübergangs in Richtung transpersonal (Zentaurenbewusstsein) handelt.

Für die Begleitung von Schwierigkeiten in fortgeschrittenen Transformationsprozessen ist unsere heutige Gesellschaft meines Erachtens noch nicht besonders gut gerüstet. Dennoch ist es schon ein wichtiger Anfang, sich um ein *Erkennen* dieser Prozesse zu bemühen und sie als wertvoll *anzuerkennen.*

Mein herzlicher Dank gilt Stefan Brunnhuber. Er hat mich zu diesem Artikel inspiriert und meinen Erkenntnisprozess durch seine Dialogbereitschaft wesentlich unterstützt.

Literatur:

Almaas, A.H.(2004): Facetten der Einheit. Das Enneagramm der Heiligen Ideen. Kamphausen:

Bielefeld.

Baier, K.: Spirituelle Krisen - eine Einführung. In: http://homepage.univie.ac.at/Karl.Baier/texte/tex\_k risen.htm

Brunnhuber S. & Wagner, R. (2006): Zur Differentialdiagnostik Spiritueller Krisen. In: Zeitschrift für Transpersonale Psychologie und

Psychotherapie 1

Gallen, M.A (2006).: Überlegungen zum Paradigmenwechsel in der Transpersonalen

Psychotherapie. In: Zeitschrift für Transpersonale

Psychologie und Psychotherapie 2 (1)

Gallen, M.A (2006).: Entwurf einer focusingorientierten Diagnostik. In: Focusing-Journal 16 (2)

Gallen, M.A (2006).: Spirituelle Krisen http://www.gallen-praxis.de/spirituelle\_krisen.html Harrigan, J.S. (2002): Kundalini Vidya – The Science of Spiritual Transformation. A Comprehensive System for Understanding and Guiding

Spiritual Development, Knoxville, TN

Kegan, R. (2003) In: WIE-Was ist Erleuchtung 8: Bist du bereit, dich jetzt zu ändern? Zur Dynamik menschlicher Transformation Kegan, R. (1986) Die Entwicklungsstufen des Selbst. München: Kindt.

Wilber, K. (1996): Eros, Kosmos, Logos. Krüger, Frankfurt a. M.

Wilber, K. (2001): Integrale Psychologie. Arbor, Freiamt.

Maria-Anne Gallen

(Psycholog. Psychotherapeutin)

Weiherstr. 2 b

82299 Türkenfeld

MAGallen@web.de www.gallen-praxis.de

© 2006

1. Aus Datenschutzgründen wurde das Beispiel erheblich verfremdet. [↑](#footnote-ref-1)
2. Aus Datenschutzgründen wurde das Beispiel erheblich verfremdet [↑](#footnote-ref-2)