

# Transpersonale Psychologie

Michael Utsch

Auf dem Gebiet der Lebensberatung werden zunehmend Methoden angeboten, die durch veränderte Bewusstseinszustände Sinnfragen beantworten und existenzielle Krisen lösen wollen. Der wissenschaftlichen Erforschung des Bewusstseins widmen sich Vertreter der Transpersonalen Psychologie, die sich als eine neue Richtung der Psychologie versteht und spirituelle und religiöse Erfahrungen in Forschung, Lehre und Behandlung einbeziehen möchte.

## Allgemeines

Gegen Ende der 1960er Jahre entstand die Forschungsrichtung der Transpersonalen Psychologie im kalifornischen Therapiezentrum Esalen. Ihre Begründer waren Psychologen, die der spirituellen Dimension der Seele eine zentrale Bedeutung beimaßen, ohne sich auf eine bestimmte religiöse Tradition festlegen zu wollen. Es werden zahlreiche Erfahrungsberichte angeführt, nach denen das einzelne Ich über sich hinauszuweisen scheint und vielfältig verbunden ist. Dazu zählen insbesondere außergewöhnliche Bewusstseinszustände, wie sie durch Meditations- oder Trancetechniken hervorgerufen werden oder durch spontane Ereignisse wie Nahtoderfahrungen auftreten können. Neuere Ergebnisse der Hirnforschung werden von manchen transpersonalen Forschern im Sinne einer „Neurotheologie“ verwendet, um einen naturwissenschaftlichen Gottesbeweis zu erbringen.

## Selbstverständnis

Transpersonal heißt „das Persönliche überschreitend“. Die Transpersonale Psychologie will die Beziehung zum existenziellen Seinsgrund psychologisch untersuchen. Dabei versteht sie sich als Bindeglied zwischen den philosophischen Weisheitslehren, dem religiös-spirituellen Kulturwissen und der universitären Psychologie. Sie ordnet sich selbst historisch als „vierte Kraft“ neben dem Behaviorismus, der Psychoanalyse und der Humanistischen Psychologie ein.

Nach der Vorstellung der Transpersonalen Psychologie besteht das menschliche Entwicklungsziel in der Transformation des Alltagsbewusstseins. Dazu will sie mit ihren Methoden einen maßgeblichen Beitrag leisten. In Erweiterung des naturwissenschaftlichen Weltbildes sollen die biologischen und psychischen Grenzen über-

schritten werden. Ken Wilber, der Vordenker dieser Richtung, hat ein evolutionäres Modell der Bewusstseinsentwicklung skizziert. Darin unterscheidet er die Stufen des Praepersonalen, des Personalen und des Transpersonalen. Während sich die beiden ersten Stufen an der psychologischen Persönlichkeitslehre orientieren, sollen sich auf der dritten Bewusstseinsstufe mystische Einheitserlebnisse mit dem Kosmos ereignen. Im ich-losen, mystischen Erleben eines „überindividuellen“ Bewusstseinszustands könne der Mensch die Grenzen der Alltagswahrnehmung überschreiten. Wenn der Selbsterfahrungsprozess im Personalen weit genug fortgeschritten sei, könne das Bewusstsein durch meditative Methoden in einen transpersonalen Zustand gelangen, in dem die „Einswerdung“ von und mit allem erlebt werde. Als eine verbreitete Methode wird dazu die holotrope, d. h. auf das „Ganze“ zutreibende, Behandlung nach Stanislav Grof verwendet, die aus einer Kombination von Atemtechniken, Musikbeeinflussung und Visualisierungsübungen besteht. Häufig scheinen gerade Menschen mit einer sensiblen Wahrnehmung und einer wenig gefestigten Identität einen direkteren Zugang zur spirituellen Ebene zu haben. Durch Meditation oder besondere spirituelle Erlebnisse sollen Lösungen für ihre Persönlichkeits- und Lebenskonflikte gefunden werden.

## **Einschätzung**

Die Herbeiführung spiritueller Erfahrungen kann eine willkommene Fluchtmöglichkeit aus Alltagskonflikten darstellen. Eine mühsame Heilbehandlung wird gegen ein schnelles Heilsversprechen und ein intensives Gruppenerleben eingetauscht. Nicht viele Meditationslehrer sind diagnostisch so versiert und finanziell so unabhängig, wie Graf Dürckheim es gewesen ist, der manche seiner Schüler mit dem Auftrag abgelehnt hat, zunächst ihre neurotischen Konflikte zu bearbeiten und erst dann wieder zu seinen Meditationskursen zurückzukommen.

Umstritten ist außerdem, ob Menschen in einer spirituellen Krise durch spirituelle Begleitung geholfen wird. Zustände von Orientierungslosigkeit und beängstigende paranormale Wahrnehmungen können durch unsachgemäße spirituelle Techniken, falsch eingeschätzte oder gänzlich übersehene individuelle Risikofaktoren und psychedelische Suggestionenverfahren und Trance-Induktionen auftreten. In solchen Fällen ist eine Festigung des Realitätskontakts, eine „Erdung“ viel wichtiger. In existenziellen Krisensituationen spirituelle Hilfe anzuwenden, kann die Lage noch verschlimmern.

Aus christlicher Sicht verkennt die Vorstellung der bis zum Göttlichen reichenden Bewusstseinsentwicklung die Gebrochenheit der menschlichen Person. Die Transpersonale Psychologie geht von der Annahme eines göttlichen Selbst in jeder Person aus und übersieht dabei die Grenze zwischen Schöpfer und Geschöpf. Christliche

Glaubenserfahrung geschieht in der Regel nicht spektakulär und nicht unter Begleitung von außergewöhnlichen Phänomenen. Glaubenserfahrungen werden in einer vertrauensvollen Haltung angesichts der kleinen, alltäglichen Herausforderungen gemacht. Kritisch grenzt sich der christliche Glaube auch von einer psychotechnischen Machbarkeit spiritueller Erfahrungen ab.

### **Quellen**

- Büssing, Arndt/Kohls, Niko (Hg.), Spiritualität transdisziplinär. Wissenschaftliche Grundlagen im Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheit, Berlin 2011  
Grof, Stanislav, Die Welt der Psyche, München 1993  
Walch, Sylvester, Vom Ego zum Selbst. Grundlinien eines spirituellen Menschenbildes, München 2011  
Wilber, Ken, Integrale Psychologie. Geist, Bewusstsein, Psychologie, Therapie, Freiamt 2000

### **Sekundärliteratur**

- Scharfetter, Christian, Der spirituelle Weg und seine Gefahren, Stuttgart 1999  
Utsch, Michael, Erforschung des Übermenschlichen: Die transpersonale Psychologie, in: Hempelmann, Reinhard u. a. (Hg.), Panorama der neuen Religiosität. Sinnsuche und Heilsversprechen zu Beginn des 21. Jahrhunderts, Gütersloh 2005, 189 – 194  
Utsch, Michael, Evolution des Bewusstseins? Unterschiede zwischen evolutionärer und kontemplativer Bewusstseinsentwicklung, in: Materialdienst der EZW 4/2009, 123 – 131

### **Internet**

- [www.senev.de](http://www.senev.de) (Liste „spiritueller“ Therapeuten)  
[www.dktp.org](http://www.dktp.org) (Deutsches Kollegium für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie)  
[www.eurotas.org](http://www.eurotas.org) (Europäische Vereinigung für Transpersonale Psychologie)

### ***Transpersonale Psychologie*** ***Quellentext: Das Heilpotenzial außergewöhnlicher*** ***Bewusstseinszustände***

*Die Zeitschrift Visionen (Spiritualität – Bewusstsein – Wellness) versteht sich als Magazin für ganzheitliche Lebensgestaltung und Bewusstseinsentwicklung. Sie existiert seit 17 Jahren und hat derzeit eine Auflage von knapp 80 000 Exemplaren. Der Text entstammt einer Rubrik ihrer Internet-Präsenz.*

#### **Transpersonale Psychologie und Psychotherapie:**

*Was bieten sie dem spirituell Suchenden?*

Während die akademische Psychologie so genannte außergewöhnliche Bewusstseinszustände als pathologische Störungen betrachtet, hat die Transpersonale Psychologie und Psychotherapie deren bemerkenswertes spirituelles und psychisches Heilpotenzial erkannt. Nun versuchen transpersonal arbeitende Therapeuten, die Kluft zwischen Psychologie und Spiritualität zu überbrücken.

Der bedeutendste Unterschied zwischen herkömmlicher und transpersonaler Psychologie ist wohl die Grundhaltung, dass nicht das Bewusstsein eine Begleiterscheinung der Materie ist, sondern die Materie eine Manifestation des Bewusstseins. Das kosmische Bewusstsein kann sich als unbegrenztes Feld manifestieren oder als Entität in Erscheinung treten. Entsprechend erweitert ist bei der transpersonalen Psychologie die Auffassung von der menschlichen Psyche. Diese Auffassung gründet auf Erfahrungen, die Menschen in veränderten Bewusstseinszuständen machen können.

*Das enge akademische Denkschema*

Demgegenüber bezieht die akademische Psychologie die spirituelle Natur des Menschen nicht in ihre Denksysteme mit ein, weil sie Erfahrungen in anderen Bewusstseinszuständen als pathologisch betrachtet und das ihr innewohnende Heilpotential außer Acht lässt. Mainstream-Psychologen lassen sich in der Regel auf solche Erfahrungen nicht freiwillig ein.

Seine persönlichen Erfahrungen waren es, die die Ansicht des jungen tschechischen Psychiaters Dr. Stanislav Grof über gängige Theorien zum menschlichen Bewusstsein und seiner Psyche nachhaltig erschütterte. Er hatte sich in den 1950er

Jahren an der Karls-Universität in Prag als Freiwilliger für ein Experiment mit LSD gemeldet, das damals von der Firma Sandoz zu Forschungszwecken an verschiedene Institutionen verschickt wurde. Das kosmische Bewusstsein offenbarte sich Stan Grof dabei in einer so überwältigenden Form, dass er seine Lebensrichtung total veränderte. Weil er auch bei anderen Versuchsteilnehmern immer wieder mystische Erfahrungen beobachtete, verließ er den herkömmlichen psychiatrischen Pfad.

„Nachdem ich die anfängliche Erschütterung meines Denkens, meine Ungläubigkeit in Bezug auf meine Beobachtungen und die Zweifel an meinem Geisteszustand erst einmal überwunden hatte, wurde mir allmählich klar, dass das Problem nicht in meiner Beobachtungsfähigkeit oder meinem kritischen Urteil lag, sondern im engen Denken der zeitgenössischen psychologischen und psychiatrischen Theorien und des monistischen (= auf ein Grundprinzip beruhend, Anm. d. V.), materialistischen Paradigmas der westlichen Wissenschaft“ (Grof).

„Wir sind nicht menschliche Wesen, die eine spirituelle Erfahrung machen, sondern spirituelle Wesen, die das Menschsein erfahren.“ (Anna Maurer)

*Quelle: [www.visionen.com/Rubriken/Spiritualitaet/Transpersonale\\_Psychologie\\_und\\_Psychotherapie](http://www.visionen.com/Rubriken/Spiritualitaet/Transpersonale_Psychologie_und_Psychotherapie) (abgerufen am 22.8.2011)*