

Judith S. Miller
Heilung der westlichen Seele

JUDITH S. MILLER

Heilung der westlichen Seele

Die eigenen spirituellen Wurzeln
wieder entdecken

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form reproduziert werden. Rezensenten ist es gestattet, kurze Passagen aus dem Buch zu zitieren. Um die Privatsphäre der im Buch erwähnten Personen zu schützen, wurden einige Namen und Daten, die Rückschlüsse auf deren Identität zulassen, geändert.

Titel der Originalausgabe:
Healing the Western Soul
Copyright © 2015 by Paragon House

Übersetzung aus dem Englischen:
Dietmar Resch

1. Auflage 2017

Verlag Via Nova, Alte Landstr. 12, 36100 Petersberg

Telefon: (06 61) 6 29 73

Fax: (06 61) 96 79 560

E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Satz: Sebastian Carl, Amerang

Druck und Verarbeitung: Appel und Klinger, 96277 Schneckelohe

© Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-86616-424-6

Inhalt

Danksagungen.....	11
Einleitung: Warum die westliche Seele der Heilung bedarf	13
Kontaktaufnahme mit der Seele	14
Unser spiritueller Widerspruch.....	16
Das Verlangen nach spiritueller Führung	18
Verlorene Sicherheiten.....	20
TEIL 1: UNSERE WESTLICHE SPIRITUELLE ANGST.....	23
1. Zwei Wege des Wissens.....	24
Warum die selbstgebastelte Spiritualität nicht funktionieren kann.....	26
Craigs Erfahrungen bezogen sich auf Heilung	27
Die andere innere Stimme	29
Warum spirituelle Erfahrungen nicht ignoriert werden können.....	31
„Behandlung“ oder die Begleitung eines Prozesses	32
2. Der Bruch zwischen den Welten.....	34
„Epiphänomene“	37
Die Entdeckung, warum Psychologie der Spiritualität bedarf.....	40
Therapeutisches Arbeiten mit verschiedenen Bewusstseinszuständen.....	41
Mystik ist die Quelle.....	43
Die mystische Erfahrung von Eckhart Tolle.....	44
Marks unreife Einheitserfahrung	46
Die spirituelle Krise	49
Unsere fahrlässige Annahme.....	52
3. Weltanschauungen und Unterstützungssysteme	53
Unsere drei vorherrschenden Weltanschauungen.....	55
Unsere Unterstützungssysteme in Relation zu unseren Weltansichten.....	57

Weltanschauungen auf Verlangen	58
Religion, unser erstes Unterstützungssystem.....	59
Unser zweites Unterstützungssystem:	
Psychologie mit ihren multiplen Theorien und Weltanschauungen	62
Warum die Psychologie Spiritualität meidet.....	65
Janine und das unheilbare Gehirn	66
Die diagnostische Kategorie: „Das religiöse oder das spirituelle Problem“....	69
Die New-Age-Bewegung und die Zuordnung „spirituell, aber nicht religiös“	71

TEIL 2: UNSERE WESTLICHEN SPIRITUELLEN WURZELN..... 77

4. Die Gotteserfahrung.....	78
Gott, als Erfahrung der göttlichen Liebe.....	80
Die drei Gesichter Gottes.....	83
Unsere Aufgabe und unser Segen	92

5. Unser mystischer Grund	94
Unsere westliche spirituelle DNA.....	95
Die umgestaltende Kraft von Jesus.....	96
Die Verwerfung der heiligen Hochzeit	97
Sich seiner religiösen Vergangenheit schämen	100
Die Dominanz der östlichen Religionen in der Psychologie	101
Warum ich westliche Sucher zur „Heimkehr“ ermutige.....	102
Die unmögliche Suche von Bob	103
Unsere spirituelle Identität	104
Warum der Westliche Weg wirksam ist	105
Der eine Gott	107
Die immer wichtige Frage.....	108
Die Kabbala und die Dualität von Gut und Böse	109
Die verrückte Liebe zu demselben Gott.....	110

6. Licht und Dunkelheit.....	112
Sybille	113
Die Wirklichkeit des Bösen	115

Westlicher Dualismus.....	116
Und wenn die innere Dunkelheit die Oberhand gewinnt?	117
Die Macht der Intention.....	118
Über Entscheidung, Hingabe und Partnerschaft mit Gott.....	119
Wenn jemand sein inneres Licht nicht annehmen kann	120
Worum handelt es sich bei diesen Stimmen?.....	123
Das Problem eines Lebens ohne Hingabe	125
Ein Fallbeispiel: Geisteskrankheit oder psychische Vernachlässigung?	126
Und wenn die Dunkelheit übermächtig zu sein scheint?	127
Kreativität, die aus dem Kampf mit der Dunkelheit entsteht.....	129
Die Transformation von Hitlers Hinterlassenschaft.....	130

TEIL 3: UNSER WESTLICHER SPIRITUELLER PFAD 135

7. Erstes Stadium: Spirituelles Erwachen 136

Das Ich versus das Selbst.....	137
Die Stufen des Lebens und der spirituellen Reise.....	138
Die drei Stufen des westlichen spirituellen Pfades.....	139
Einen Blick auf das Transzendente erhaschen –	
Das erste Charakteristikum.....	142
Träume als Einblick in die „wirkliche Realität“	143
Eine vieldimensionale Wirklichkeit	144
Das Stellen von großen Fragen – Das zweite Charakteristikum.....	145
Die drei tätowierten Pilger.....	146
Herausforderungen beim spirituellen Erwachen	149
Die Bewältigung der Schwierigkeiten beim Erwachen.....	153
Zwei Beispiele psychospiritueller Arbeit.....	154

8. Zweites Stadium: Erleuchtung 159

Eigenschaften der spirituellen Erleuchtung	160
Jüdische und christliche Perspektiven der Erleuchtung.....	164
Schwierigkeiten der spirituellen Erleuchtung.....	165
Gedanken eines modernen Suchers	
über den westlichen spirituellen Pfad	176

9. Drittes Stadium: Einssein	178
Das finale Stadium der Einheit	178
Werde ein <i>Ayin</i> und lebe in Gott	179
Das Problem der Psychologie mit dem Einssein	181
Die verschiedenen Arten, die Einheit zu erleben	184
Die einzigartige Aufgabe einer intimen und persönlichen Vereinigung mit Jesus.....	187
Christusbewusstsein und die Macht der Liebe, des Mitgeföhls und der Vergebung	189
10. Eine neue psycho-spirituelle Weltsicht	191
Eine neue psycho-spirituelle Weltsicht	194
Einige abschließende Gedanken zur westlichen Auffassung von Geisteskrankheit	195
Anmerkungen.....	199

Ich widme dieses Buch
meinem Ehemann und bestem Freund:
Martin Miller.
Deine bedingungslose Liebe, dein Vertrauen
und deine Unterstützung
haben mir ungemein geholfen,
dieses Buch zu schreiben.

Danksagungen

Besonders möchte ich Rondi Lightmark danken – er war mehr als ein Lektor, mehr als ein Mitarbeiter und mehr als ein spiritueller Freund. Meine ungeteilte Wertschätzung für deine Anteilnahme an diesem Buch, an der geistigen Welt und an meiner Arbeit.

Dankbar bin ich Ingo Jahrsetz, meinem lieben Freund und Kollegen. Unsere gemeinsame Arbeit in Deutschland und an verschiedenen Plätzen der Welt hat mich außerordentlich bereichert, sowohl auf spiritueller und persönlicher wie auch auf professioneller Ebene. Es war gerade diese gemeinsame Arbeit, welche die Inhalte dieses Buches sehr stark beeinflusst hat.

Ich fühle mich durch die Wiederaufnahme meiner Beziehung zu Elinor Donahue privilegiert, nachdem wir für mehrere Jahre den Kontakt zueinander verloren hatten. Deine Beratung kam genau zum richtigen Zeitpunkt.

Ebenfalls Dank an Gordon Anderson und Rosemary Yokoi vom Paragon Verlag, für ihre Unterstützung, nicht nur für das Buch, sondern, was noch wichtiger ist, für dessen Botschaft.

Schließlich möchte ich all meinen Klienten und Studenten meinen Respekt und meine Liebe ausdrücken, die in all den Jahren mir gegenüber ihre Herzen und Seelen geöffnet haben. Vielen Dank an jene, deren Geschichten ich in diesem Buch erzähle und auch an jene, deren Geschichten unerzählt blieben. Ihr sollt wissen, dass *Heilung für die westliche Seele* ohne euch nicht hätte geschrieben werden können. Euer Mut und eure Hingabe an den spirituellen Pfad macht diese unsere herausfordernde Welt zu einem besseren Platz.

Einleitung: Warum die westliche Seele der Heilung bedarf

Auch wenn die Seele nicht beachtet wird,
so ist sie doch immer da.

Thomas Moore, Die Seele lieben, 1995

Seit fast 30 Jahren arbeite ich als Psychologin. Ich habe Männer in Hochsicherheitsgefängnissen beraten und ich habe sehr ausführlich mit Individuen gearbeitet, bei denen eine Geisteskrankheit diagnostiziert worden ist. Mehrmals jährlich reise ich nach Deutschland, um mit Nachfahren von Nazis zu arbeiten, von denen viele an Scham und Schuld leiden, verursacht durch Taten, welche in der Vergangenheit ihres Landes passiert sind. Den größten Teil meines Berufslebens war ich eine Professorin für Psychologie und seit dem Jahr 2000 unterrichte ich künftige Berater und Psychotherapeuten an der Hochschule für menschliche Entwicklung an der Columbia-Universität.

Obwohl der Schwerpunkt meiner Ausbildung vorwiegend bei klinischer und beratender Psychologie lag, wurde Entwicklungspsychologie meine akademische Heimat. Das liegt daran, dass „Entwicklung“ sich mit Wachstum und der Realisierung von Potentialen beschäftigt, welche in meinen Augen das primäre Anliegen der Psychologie sein sollte.

Im Rahmen meiner Arbeit konnte ich mich erfolgreich im Mainstream etablieren und doch bewegte ich mich in meinem erwachsenen Leben oft in zwei verschiedenen Welten: einerseits im Gebiet der Psychologie und des akademischen Denkens, andererseits im Feld der spirituellen Entwicklung. Dieser letztere Fokus, ursprünglich inspiriert durch Träume und Visionen von Kindheit an, begleitet mich bis heute auf meinem Weg. Ich begleite und unterstütze Menschen auf ihrer Reise zu sich selbst und bei ihrer spirituellen Entwicklung.

Ich glaube, dass die Seele jener Teil unsrer Natur ist, welcher unser individuelles Selbst mit der göttlichen Energie verbindet. Wenn wir uns der Weisheit unserer Seele öffnen, dann leben wir ein ganzheitliches Leben, erleben Frieden und Zufriedenheit und wir tragen dazu bei, diese Welt zu einem besseren Platz zu machen. Allerdings, glaube ich, dass heutzutage die Seelen von zahlreichen Menschen der westlichen Welt der Heilung bedürfen. Die Menschen haben den Zugang zum Inneren ihrer Weisheit verloren.

Mein erstes Buch, *Die direkte Verbindung, Transformation des Bewusstseins* (2000), ist eine Chronik über meine Auseinandersetzung als junge Psychologin mit der wissenschaftlich orientierten Berufsauffassung, in dem Bewusstsein, dass meine persönlichen Erfahrungen einer spirituellen Realität dazu im Widerspruch stehen. Jetzt, viele Jahre später, sehe ich immer deutlicher die existierende Verwirrung, die aus den unterschiedlichen Weltanschauungen in der westlichen Kultur resultiert. Diese ernsthaften Rückwirkungen auf unser emotionales Wohlfühl und unsere psychische Stabilität, kann man bei vielen Menschen beobachten.

Kontaktaufnahme mit der Seele

Ich betrachte meine Arbeit als „psychisch-spirituell“, eine Arbeit, in der Spiritualität ohne psychologische Selbsterforschung als unvollständig erfahren wird. Auch ist Psychologie ohne Spiritualität nicht sehr effektiv. Bei meiner Arbeit mit Klienten kombiniere ich psychologische Beratung mit einer in den Achtzigerjahren vom tschechischen Psychiater Stanislav Grof entwickelten Methode, dem „Holotropen Atmen“. Einige der hier im Buch geschilderten Geschichten beschreiben meine Arbeit mit dieser wirkungsvollen, meditativen Art und Weise, welche es den Menschen ermöglicht, in Kontakt mit ihrer Seele zu kommen, die ja immer präsent ist, wenn man nur tief genug in sich sucht. Jener Kanal zum Geist will nur betreten sein, damit spirituelle und persönliche Entwicklung stattfinden kann.

Atemarbeit ist eine einfache und zugleich tiefgreifende Methode. Sie beinhaltet universale Heilungsmomente, welche kulturübergreifend quer durch die Geschichte dokumentiert wurden. Während einer Sitzung – die einige Stun-

den dauert – liegen die Gruppenteilnehmer auf einer Matte, in einem abgedunkelten Raum. Bei geschlossenen Augen, atmen sie etwas schneller und tiefer als gewöhnlich. Zugleich ertönt im Raum eine sehr kraftvolle und lautstarke Musik. Indem sich die Person zunehmend entspannt, kann jener Anteil des Verstandes, der sich Sorgen macht, der plant, analysiert und fantasiert, sich langsam der Musik hingeben, ja, er wird die Musik und schließlich wird er die Stille. Das Bewusstsein dehnt sich aus. Die Geschäftigkeit zieht sich zurück und andere Bereiche des Selbst, wie Gefühle, Empfindungen, traumähnliche Imaginationen, Visionen und Symbole steigen aus der Seele auf. Viele dieser Symbole erinnern an universelle Wahrheiten. Gleichzeitig ist es wichtig zu erkennen, dass das, was auch immer als Symbol auftaucht, in Bezug zur erfahrenden Person keinesfalls zufällig ist. Vielmehr enthalten sie Informationen über zu entwickelnde Anteile oder geben Hinweise, wo Veränderung angesagt ist. Diese Visionen wurzeln oft in den großen Religionen und mystischen Traditionen, welche immer ein Teil unserer menschlichen Geschichte waren. Eine neue, veränderte Sicht auf sich selbst kann aus diesem Erleben resultieren. Wenn die Atemsitzung vorbei ist, teilen die Teilnehmer ihre Erfahrungen mit und überlegen, welche Auswirkungen dies auf ihr alltägliches Leben haben könnte. Genau hier wiederum ist die Psychologie hilfreich bei der Integration dieser besonderen Erfahrungen.

Seit über 20 Jahren begleite ich tausende von Menschen in Amerika und in Europa bei dieser Arbeit. Was ich dabei immer wieder und wieder beobachten konnte, ist die Tatsache, dass die meisten Teilnehmer, deren spirituelle Wurzeln in der jüdisch-christlichen Tradition liegen, ab einem bestimmten Punkt eine Bewusstseinssebene betreten, welche die mystische Quelle eben dieser Tradition reflektiert. Das passiert mit Atheisten, Agnostikern, religiösen Christen und Juden, katholisch angehauchten Buddhisten, jüdisch gefärbten Sufis, praktizierenden Schamanen und jeder anderen möglichen Kombination, die man sich vorstellen kann.

Warum kommt das vor und was bedeutet dies alles? Dies ist der zentrale Brennpunkt dieses Buches. Ich möchte aufzeigen, dass in den Seelen jener Menschen, die in die jüdisch-christliche Tradition hineingeboren wurden, eine tiefe Wahrheit und Lebendigkeit ruht. Diese Wahrheit und Lebendigkeit dient ihrer eigenen spirituellen Entwicklung, wie sie auch der Entwicklung der westlichen Kultur dient. Das Problem jedoch, welches hier zu Tage tritt, liegt darin, dass viel zu viele dieser Menschen eine derartige Möglichkeit zurückweisen.

Unser spiritueller Widerspruch

Das Leben in der westlichen Welt scheint außer Kontrolle zu geraten. All die unablässigen Geschichten über Krieg, Terrorismus und Leiden, das Thema des weltweiten ökonomischen Zusammenbruches oder der Zusammenprall der unterschiedlichen kulturellen Ideologien, all dies verursacht beispiellosen psychischen Stress in unserem Leben. Gewalt tritt epidemisch auf. Beinahe ein Viertel der Kinder in USA erfahren Missbrauch und Vergewaltigung. Etwa einer von vier Erwachsenen leidet an einer diagnostizierten psychischen Störung, wie Angststörungen, Depressionen, Essstörungen, posttraumatischen Belastungsstörungen, Aufmerksamkeitsstörungen, bipolaren Störungen, Suizid, Schizophrenie und einer Reihe von Syndromen, Phobien und Persönlichkeitsproblemen.¹ Die Verwendung von Antidepressiva, Schlafmitteln und angstlösenden Medikamenten ist zur Norm geworden. In einem Jahr beträgt die Anzahl der betroffenen Menschen, laut einer rezenten Studie des nationalen Institutes für geistige Gesundheit (NIHM), zusammen 57,7 Millionen Personen.²

Die Auswirkungen der psychischen Erkrankungen, inklusive Selbstmord, auf die Volkswirtschaft Amerikas ist lange unterschätzt worden. Man geht davon aus, dass mehr als 15 % der Krankheitsfälle psychischer Natur sind – das ist mehr als die Folgewirkungen von Krebserkrankungen.³

Im Kontrast zu diesem augenscheinlichen kulturellen Niedergang gibt es eine große rezente Umfrage von dem renommierten PEW Forum über Religion und öffentliches Leben, bei der sich zeigte, dass 92 % der Amerikaner an einen Gott oder eine „Höhere Macht“ glauben⁴. Ein Blick auf den Büchermarkt zeigt uns, dass Bücher über persönliches Wachstum und über Spiritualität einen immer größeren Marktanteil erobern. Diese Entwicklung kann man seit geraumer Zeit beobachten. So eine weitgestreute Aufmerksamkeit für spirituelle Themen sollte eigentlich einen heilsamen Effekt auf unsere Kultur haben. Aber wenig deutet darauf hin, dass dem so ist.

Ein näherer Blick auf die Spiritualität im Westen gibt uns ein Gefühl für das vorliegende Problem. Die Suche nach dem Sinn, welcher so ausschlaggebend für die psychische Gesundheit ist, hat seine Verankerung in den Traditionen

verloren. Millionen Menschen gehen ihren Weg alleine und erschaffen sich dabei ihre eigenen Glaubenssysteme. Schaut man im Internet auf Partnerbörsen, fällt einem auf, dass die Mehrheit der aufgezeigten Profile die Kategorie „spirituell, aber nicht religiös“ angekreuzt haben. Entsprechend dem Pew Report von 2012 fühlen sich 20 % der Amerikaner dieser Gruppe zugehörig⁵. Das weist auf die Vielgestaltigkeit des heutigen individuellen Suchers hin.

Diese Veränderung begann in den Sechzigern, als die Leute die traditionellen Religionen hinter sich ließen und gleichzeitig ihr Interesse östlichen Traditionen, wie dem Buddhismus, Hinduismus und Sufismus, zuwendeten. Auch verschiedene Formen der Naturverehrung, inklusive Schamanismus, die Spiritualität der amerikanischen Ureinwohner und der Wicca-Kult, gewannen an Bedeutung⁶. Sowohl Juden wie auch westliche Christen sind diesem Trend gefolgt. Eine Folge davon ist eine Verkleinerung der uralten Kluft zwischen den Glaubenssystemen der Juden und Nicht-Juden, speziell unter Erwachsenen um die 35 und jünger⁷. Im Gegensatz zu diesem Trend hat eine andere Bevölkerungsgruppe ebenfalls stark zugenommen, nämlich die der konservativen Christen – von ca. 200.000 im Jahr 1990 auf mehr als 8 Millionen aktuell.

Diese Widersprüche demonstrieren die vielen komplexen Faktoren, die in den Gegenstand der westlichen Spiritualität hineinspielen. Es scheint klar zu sein, dass wir einen entscheidenden Moment erreicht haben, wo zahlreiche negative Kräfte uns zu zerreißen drohen, auch wenn es zugleich viele positive Kräfte gibt, speziell die rasch wachsende globale Kommunikation, die es ermöglicht, dass die Menschen zusammenrücken und sich besser vernetzen können.

Was ist nun das eigentliche Problem, welches so viel Angst und Leiden verursacht? Ich bin davon überzeugt, dass sehr viele Menschen unfähig sind, Antworten auf ihre tiefsten Fragen zu finden. Ihre Fragen an die heutigen institutionalisierten Religionen oder an das spirituelle Sammelsurium, welches die westliche Kultur heute infiltriert hat, bleiben unbeantwortet. All die Bücher und zahllosen Workshops können diese Fragen nicht stillen.

Das Verlangen nach spiritueller Führung

Trotz all der Ambivalenz und Angst, die mit Fragen der Religion, der Spiritualität und des persönlichen Wohlbefindens verbunden sind, bringe ich in meinen Psychologiekursen immer das Thema der spirituellen Entwicklung ein. Dies geschieht aus dem einfachen Grund, dass ich mir Wachstum und Entwicklung ohne eine spirituelle Komponente nicht vorstellen kann. Diese Perspektive wird von meinen Studenten geschätzt und anerkannt. Sie zeigen einen Hunger nach Führung und Unterstützung in ihrem Wunsch bei sich, zentriert zu bleiben in dieser unsicheren und so herausfordernden Zeit.

Eines meiner Projekte in dem Kurs über kindliche Entwicklung beinhaltete die Aufgabe, eine „spirituelle Autobiographie“ zu schreiben. Die Studenten sollten sich an kindliche Erfahrungen einer spirituellen Verbindung erinnern und diese wiedererzählen. Sie schrieben regelmäßig über ihre Visionen und Vorahnungen oder über Kontakte mit einer als heilig empfundenen Realität. Über all die Jahre empfand ich immer wieder Niedergeschlagenheit und Trauer, wenn ich über Zeiten der spirituellen Öffnungen, über Glauben und Inspiration las, nur um dann zu hören, wie die Bedeutung dieser Erfahrungen zunehmend erlosch, gefolgt von den Anstrengungen, in all dem innerlichen Aufruhr Sinn und Bedeutung zu finden. Hier nun einige Äußerungen, teils von meinen Studenten, teils von meinen erwachsenen Klienten.

Von Studenten:

Marcia: Bis zu meinem neunten Lebensjahr empfing ich regelmäßig in meinen Träumen Besuche meiner Großmutter, die starb, als ich sechs Jahre alt war. Ich liebte sie und vermisste sie sehr, aber es war verboten, über sie und meine Visionen zu sprechen. Vielmehr wurde ich auf Antidepressiva gesetzt.

Clarissa: Ich bin keine Atheistin. Ich weiß einfach nicht, was ich bin. Meine Eltern waren Protestanten, aber ich bin nicht getauft worden, damit ich später die Freiheit habe, meine eigenen Entscheidungen bezüglich der Religion zu treffen. Aber

ich warte immer noch auf ein Zeichen, wo ich hingehöre. Der Gedanke, dass nach dem Tod nichts ist, macht mir große Angst. Obwohl ich mich selber davon überzeugen will, dass ich einst als ein anderes Wesen wiedergeboren werde, gibt mir dieser Glaube keinerlei Sicherheit. Die Furcht, dass dieses Leben alles ist und danach das Nichts wartet, bringt mich in eine große Erschöpfung.

Evan: Wie kann ich nach dem Holocaust an einen Gott glauben? Ich habe kein Vertrauen in irgendwas. Oft schreckt mich der Gedanke an den Tod und an die Zukunft. Das Leben scheint einfach eine Glückssache zu sein, das finde ich wirklich so unfair.

Von Klienten:

Jack: Obwohl ich als junger Ministrant von einem Priester missbraucht wurde, bin ich in der Kirche geblieben und glaube immer noch an Gott. Die Auswirkungen meiner Kindheit gehen so tief, dass ich Angst habe, alleine meinen Weg zu gehen. Dennoch spreche ich mit meinen Kindern nicht über Glaubensangelegenheiten. Der Fakt, dass meine Frau eine Atheistin ist, spaltet unsere Familie und hat zur Folge, dass wir tiefere Gespräche meiden. Als mich mein sechsjähriger Sohn über den Tod fragte, bin ich dem Thema ausgewichen.

Suzanne: Wir sind unregelmäßig zur Kirche gegangen, dennoch haben uns unsere Eltern ermutigt, an Gott zu denken und regelmäßig zu beten. Nachdem ich mich in der Frauenbewegung engagiert habe, wollte ich nichts mehr mit dem im Christentum üblichen Patriarchat zu tun haben. So, wenn ich mich jetzt hin und wieder mit Freunden treffe und wir darüber debattieren, ob es so etwas wie einen Gott gibt, beschleicht mich immer das Gefühl, dass wir uns keiner Antwort nähern.

Jackie: Ich bin in verschiedenen spirituellen Gruppen und Gemeinschaften aktiv gewesen. Einmal habe ich an einem Trancetanz teilgenommen, wo es darum ging, mit einer höheren Macht in Berührung zu kommen. Während dieses Tanzes wurde ich manisch und musste infolgedessen stationär aufgenommen werden. Jetzt fürchte ich mich vor jeder Art des Glaubens und kann ohne Lithium meinen Alltag nicht bewältigen. Und immer kämpfe ich gegen meine Depression an.

Verlorene Sicherheiten

Diese Erzählungen veranschaulichen die Krux des Problems, das mich so sehr beschäftigt. Die Menschen lehnen die traditionelle Religion ab, oft genug aus verständlichen Gründen, etwa weil diese ihre spirituellen Sehnsüchte nicht beantwortet oder aufgrund der historischen Missbrauchsfälle oder weil es sich bedeutungslos und vorgestrig anfühlt. In vielerlei Hinsicht fühlen sich diese Suchenden ohne Wurzeln. Auf ihrer Suche gibt es eine entscheidende Lücke. Es ist das Kriterium der Herkunft aus der westlichen Kultur. Wenn wir uns unseren jüdisch-christlichen Wurzeln öffnen können, dann erlauben wir uns, von den Quellen der westlichen Mystik genährt zu werden. Dieser Grund ist unser Geburtsrecht. Hier haben wir eine direkte Verbindung zur Höheren Macht, hier wird das Gute wie das Böse anerkannt und die Wahl, die wir zwischen beiden haben. Hier können wir bedingungslose Liebe üben, wie auch Demut und Vergebung lernen. Wie ich noch erklären werde, sind dies gegenwärtige, innewohnende Kräfte, welche als spirituell-kulturelle Unterströmung die personale Seele mitformen. Weder die spirituelle Entwicklung noch die spirituelle Identität sind irrelevante, äußerliche Bedingungen unseres Menschseins, sie stehen vielmehr im Zentrum unseres Seins. Sie haben eine tiefe und ernsthafte Bedeutung für unsere mentale und emotionale Gesundheit und für unser Wohlbefinden.

Eine spirituelle Suche ist sehr oft mit einer Öffnung hin zu verschiedenen Ebenen des Bewusstseins verbunden. Manchmal führt dies zu machtvollen inneren Zuständen, wie etwa Stimmen hören, Visionen und eindrucksvollen Träumen. Zudem können solche Erfahrungen auch völlig spontan erfolgen, gleichgültig, ob das erfahrende Individuum ein spiritueller Suchender ist oder auch nicht. Die übliche Schulmedizin wird solche Erfahrungen entweder als Fantasien, als sinnlos oder als Hinweis auf eine Geisteskrankheit interpretieren. In diesem Buch vertrete ich meine Überzeugung, dass es sich hier um tiefe, bedeutungsvolle Botschaften handelt, die sich auf eine seelische Not und deren Sehnsucht nach Heilung beziehen.

Der erste Teil dieses Buches beschäftigt sich mit der heilenden Tätigkeit der Seele und untersucht in der Folge unsere drei primären Unterstützungssysteme –

Religion, Psychologie und die New-Age-Bewegung – welche Millionen von Menschen dahintreiben lässt, indem die authentische westliche Spiritualität geleugnet oder missverstanden wird.

Im zweiten Teil spreche ich über Definitionen des Gottesbegriffes und über den wichtigen Einfluss der Wurzeln der westlichen Mystik. Ich arbeite einige Unterschiede zwischen der westlichen und östlichen Geisteshaltung heraus und erkläre, warum wir, im Gegensatz zum Osten, bewusst Unterscheidungen zwischen Gut und Böse treffen müssen, anstatt sie als Illusion zu bezeichnen. Weiter zeige ich Wege auf, wie ich Spiritualität mit psychischer Entwicklung kombiniere, um ein personales Wachstum sowie Heilung zu ermöglichen.

Der dritte Teil umschreibt ein dreistufiges Modell eines westlichen Pfades der spirituellen Entwicklung, basierend auf den uralten Schriften westlicher Mystiker. Ich spreche über die typischen Erfahrungen, die auf jeder Stufe auftreten können, ihre Charakteristika, die spezifischen psychisch-spirituellen Herausforderungen und darüber, wie zahllose Menschen durch alle Zeiten demselben Pfad zur Einigkeit gefolgt sind – besser bekannt als Erleuchtungserfahrung.

Es ist für mich wichtig, klarzustellen, dass ich mich den unterschiedlichen Inhalten in diesem Buch als eine Zeugin und Vermittlerin nähere, gestützt auf eigene Erfahrungen. Fragen, Forschung und eigene Praxis begleiteten meinen Lernprozess. Alles, was ich sagen kann, ist, dass meine Botschaft und mein Anliegen in dem außerordentlichen Feld der spirituellen Weisheit gründen, welche letztlich für uns alle erreichbar ist. Dem Studium dieser Weisheit habe ich mein Leben gewidmet.

In den folgenden Passagen begegnen wir vielen Helden und Heldinnen. Es handelt sich um Klienten und Studenten, die den Mut fanden, unsere postmoderne Kultur infrage zu stellen und die säkulare Sicht auf unser Menschsein zu verwerfen. Dabei entdeckten sie, dass dieser oft so herausfordernde Weg ihnen ermöglichte, zu begreifen, was es bedeutet, ganz lebendig zu sein.