

Manuela Herden

Der Mut zur Angst
Existenzielle Angst in Psychotherapie
und Seelsorge

Masterarbeit

Evangelische Hochschule TABOR, Marburg

M.A. Religion und Psychotherapie

Prof. Dr. Thorsten Dietz

Sommersemester 2020

Abgabefrist: 04.07.2020

Abstract

Anregung für diese Masterarbeit ist die Aussage des Philosophen und Theologen Paul Tillich (1886 – 1965): „Die pathologische Angst ist, wenn sie als solche erkannt ist, Gegenstand ärztlicher Hilfe; die existenzielle Angst ist Gegenstand priesterlicher Hilfe“ (Tillich 2015, S. 61).

Es wird untersucht, ob existenzielle Psychotherapie eine säkulare Alternative zur religiösen Hilfe bieten kann. Hierzu wird die existenzielle Psychotherapie von Irvin Yalom der Logotherapie von Viktor Frankl sowie dem theologisch-priesterlichen Ansatz von Paul Tillich gegenübergestellt, um dessen These zu falsifizieren, bzw. zu verifizieren. Forschungsmethode ist ein hermeneutischer Zugang.

Unter Rückgriff auf Jürgen Habermas' Erörterungen zu Glauben und Wissen ergibt die Auswertung, dass die genannten Therapieansätze eine erhebliche Übersetzungsarbeit von religiösen in säkulare Inhalte erkennen lassen und priesterliche Hilfe weitgehend ersetzen können.

Die Auswertung ergibt außerdem, dass die spirituelle Dimension umso mehr in den Fokus rückt, je intensiver ein Mensch sich seiner existenziellen Angst stellt und je weniger er auf Ausweichmechanismen zurückgreift.

Gegen Ende der Arbeit wird daher der Schwerpunkt auf das Aufdecken des originär spirituellen Elementes gelegt: In der „cognitio dei experimentalis“ überwindet der Mensch die Entfremdung von seinem Ur-Grund; in der „unio mystica“ erlebt er die Rückbindung (Religio) an das Sein-Selbst.

Im Ergebnis ist die Wirklichkeitsdeutung von Religion säkularisierbar, die mit der Rückbindung verbundenen heilsamen Prozesse jedoch nicht.

Besonders im Hinblick auf die (Re-) Integration spiritueller Elemente in die moderne Gesundheitsversorgung und mit Blick auf psychospirituelle Gesundheit und Reife bietet Tillichs Deutung der Tiefendimension des menschlichen Geistes wertvolle Anstöße, deren Weiterverfolgung lohnend erscheint.

Inhalt

1 Einleitung	1
1.1 Gegenstand und Forschungsmotivation	1
1.2 Aufbau der Arbeit	3
1.3 Existenzphilosophische Vorüberlegungen	4
1.3.1 Paul Tillich	4
1.3.2 Søren Kierkegaard	5
1.3.3 Friedrich Nietzsche	6
1.3.4 Martin Buber	7
1.3.5 Karl Jaspers	8
1.3.6 Martin Heidegger	8
1.3.7 Jean-Paul Sartre	9
1.3.8 Camus	9
2 Hauptteil	11
2.1 Existenzielle Psychotherapie nach Irvin D. Yalom	11
2.1.1 Zur Person	11
2.1.2 Psychotherapeutischer Ansatz	12
2.1.2.1 Grundlagen und Definitionen	12
2.1.2.2 Therapeutisches Selbstverständnis	12
2.1.2.3 Existenzielle Gegebenheiten	13
2.1.2.3.1 Der Tod als existenzielle Gegebenheit	13
2.1.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit	18
2.1.2.3.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit	19
2.1.2.3.4 Sinnlosigkeit als existenzielle Gegebenheit	20
2.1.3 Auswirkungen des existenziellen Ansatzes	22
2.1.4 Kritische Würdigung	23
2.2 Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl	26
2.2.1 Zur Person	26
2.2.2 Psychotherapeutischer Ansatz	28
2.2.2.1 Grundlagen und Definitionen	28
2.2.2.1.1 Anthropologie	28
2.2.2.1.2 Transzendenz und Dimensionalontologie	31

2.2.2.1.3 Methoden der Logotherapie	34
2.2.2.2 Therapeutisches Selbstverständnis	36
2.2.2.3 Existenzielle Gegebenheiten	37
2.2.2.3.1 Der Tod als existenzielle Gegebenheit	37
2.2.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit	38
2.2.2.3.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit	40
2.2.2.3.4 Sinn als existenzielle Gegebenheit	41
2.2.3 Jenseits der Psychotherapie	43
2.2.3.1 Abgrenzung zur priesterlichen Seelsorge	43
2.2.3.2 Amo Deum ergo Deus est.....	44
2.2.3.3 Glauben und Wissen	45
2.2.4 Kritische Würdigung.....	45
2.3 Priesterliche Hilfe nach Paul J.O. Tillich	48
2.3.1 Zur Person.....	48
2.3.2 Theologischer Ansatz	51
2.3.2.1 Grundlagen und Definitionen	51
2.3.2.1.1 Anthropologie und Ontologie	51
2.3.2.1.2 Religion und das Heilige	53
2.3.2.1.3 Christliche Theologie und Seelsorge	54
2.3.2.1.4 Das Neue Sein und Christus.....	57
2.3.2.2 Priesterliches Selbstverständnis	58
2.3.2.3 Existenzielle Gegebenheiten	58
2.3.2.3.1 Tod als existenzielle Gegebenheit	58
2.3.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit	60
2.3.2.3.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit	63
2.3.2.3.4 Sinn als existenzielle Gegebenheit	65
2.3.3 Kritische Würdigung.....	66
2.4 Auswertung	69
2.4.1 Zusammenfassende Gegenüberstellung	69
2.4.1.1 Grundlagen.....	69
2.4.1.1.1 Therapeutischer, bzw. theologischer Ansatz.....	69
2.4.1.1.2 Anthropologie	70
2.4.1.1.3 Dimensionalität.....	70

2.4.1.1.4 Bezug von Psychotherapie und Religion.....	71
2.4.1.2 Existenzielle Gegebenheiten	72
2.4.1.2.1 Tod	72
2.4.1.2.2 Freiheit	73
2.4.1.2.3 Isolation	74
2.4.1.2.4 Sinnlosigkeit, bzw. Sinn	75
2.4.1.3 Auswertung: Gegenüberstellung der drei Ansätze	76
2.4.2 Prüfschema: Glauben und Wissen.....	79
2.4.2.1 Zur Person.....	79
2.4.2.2 Prüfschema	80
2.4.2.3 Auswertung: Glauben und Wissen	85
2.4.3 Prüfschema: Psychotherapie und Seelsorge	86
2.4.3.1 Christliche Seelsorge.....	86
2.4.3.2 Prüfschema	88
2.4.3.3 Auswertung: Psychotherapie und Seelsorge.....	89
2.4.4 Prüfschema: Mystik.....	91
2.4.4.1 Christliche Mystik.....	91
2.4.4.2 Prüfschema	94
2.4.4.3 Auswertung: Mystik.....	94
3 Schluss	97
3.1 Fazit.....	97
3.2 Ausblick und weiterführende Fragen	98
3.2.1 Psychospirituelle Gesundheit.....	98
3.2.2 Spiritual Care in der postsäkularen Gesellschaft.....	99
3.2.3 Überwindung des objektivistischen Paradigmas	100
3.2.4 Leid und Reife in Psychotherapie und Beratung	100
3.3 Kritische Würdigung	101
4 Verzeichnisse	102
4.1 Abkürzungsverzeichnis	102
4.2 Literaturverzeichnis	103
4.3 Abbildungsverzeichnis	110

1 Einleitung

1.1 Gegenstand und Forschungsmotivation

Die vorliegende Masterarbeit mit dem Titel „Der Mut zur Angst“ untersucht Möglichkeiten der Behandlung existenzieller Angst in Psychotherapie und Seelsorge. Sie bewegt sich damit im Spannungsfeld des zugrundeliegenden Studiengangs „Religion und Psychotherapie“ in dessen Rahmen die Auseinandersetzung mit der gemeinsamen Genealogie von Psychotherapie und Seelsorge sowie mit religionsphilosophischen Überlegungen zum Verhältnis von Glaube und Vernunft stattfand.

Ausgangspunkt der Untersuchung ist eine Aussage des Philosophen und Theologen Paul Tillich (1886–1965): „Die pathologische Angst ist, wenn sie als solche erkannt ist, Gegenstand ärztlicher Hilfe; die existenzielle Angst ist Gegenstand priesterlicher Hilfe“ (Tillich 2015, S. 61).

Es stellt sich die (Forschungs-) frage: Ist die Einordnung Tillichs heute noch aktuell oder Relikt einer (noch) nicht abschließend aufgeklärten und säkularisierten Welt? Sind gegebenenfalls in den vergangen fünf bis sechs Jahrzehnten durch die Entwicklung und Verbreitung existenzieller Therapien effektive säkulare Alternativen entstanden, welche die priesterliche Hilfe bei existenzieller Angst obsolet machen? Oder verbleibt, um mit Tillich zu sprechen, die Behandlung existenzieller Angst in ihrer Ausrichtung auf die „Tiefendimension des Geistes“ Aufgabe religiösen Personals?

Die Arbeitshypothese lautet: Es ist zielführend, existenzieller Angst komplementär durch Psychotherapie und Seelsorge zu begegnen. Anhaltspunkt hierfür ist, dass beide Modi, Glauben und Wissen nach dem zeitgenössischen Philosophen Jürgen Habermas zur Entstehungsgeschichte der säkularen Vernunft gehören. Es ist zu vermuten, dass diese Dialektik in der Behandlung existenzieller Angst zu berücksichtigen ist (Habermas, zitiert nach Reder 2008, S. 29).

Als Forschungsmethode wird ein hermeneutischer Zugang auf der Basis der im Literaturverzeichnis genannten Texte gewählt. Den Schwerpunkt bildet Primärliteratur von Paul Tillich, Irvin Yalom und Viktor Frankl. Sekundärliteratur wird v.a. für ergänzende Zusammenfassungen verwendet, wie z.B. bei existenzphilosophischen Vorüberlegungen zum Verständnis des Angstbegriffs. Zum Verhältnis von Glauben und Wissen wird auf Werke von Jürgen

Habermas Bezug genommen. Ausgangspunkt für die Untersuchung existenzieller Themen in der Psychotherapie ist das im Beltz Verlag erschienene Fachbuch von Noyon & Heidenreich: „Existenzielle Perspektiven in Psychotherapie und Beratung“. Für den Bereich der Seelsorge wird auf etablierte Fachliteratur von Christoph Morgenthaler, Jürgen Ziemer, Michael Herbst, Doris Nauer und Michael Klessmann zurückgegriffen. Die vertiefte Betrachtung der Mystik wird unter Berücksichtigung von Peter Zimmerlings Arbeiten zu evangelischer Mystik vorgenommen und durch Verweise auf katholische Formen der Mystik über den „Kanon der spirituellen Literatur“ von Michael Plattig ergänzt.

Es werden im Zusammenhang mit Paul Tillich Gedanken meiner 2018 im Masterstudiengang Religion und Psychotherapie erstellten Hausarbeit für das Modul „Theologische Grundlinien für Psychotherapeuten“ weitergeführt. Die Auswahl der Kriterien zur Auswertung unter Punkt 2.4.2 basiert auf meinem ebenfalls 2018 erstellten Referat über Jürgen Habermas im Modul „Religion und Psychotherapie: Einführung in ein komplexes Verhältnis“. Über das Instrument der Falsifikation wird versucht, die Aussage Tillichs zu widerlegen, bzw. eine säkulare Alternative zur priesterlichen Hilfe zu finden, hierfür steht der therapeutische Ansatz von Irvin Yalom. Zum Vergleich wird der therapeutische Ansatz von Viktor Frankl herangezogen. Dieser leistet aufgrund seiner anthropologischen und ontologischen Ausrichtung einen Beitrag zur Verifikation von Tillichs These.

Unter priesterlicher Hilfe wird im Rahmen dieser Masterarbeit eine christlich-spirituelle Hilfe verstanden. Unter ärztlicher Hilfe wird psychiatrische sowie psychotherapeutische Hilfe subsummiert. Um eine möglichst gute Vergleichbarkeit zu erreichen, wird die Untersuchung auf individuelle Behandlungsmethoden eingeschränkt. Der Gemeinschaftsaspekt von Gruppenangeboten bleibt weitgehend unberücksichtigt.

Praktischen Bezug hat die Arbeit aufgrund der Gegenwartsdiskussion zur (Re-) Integration spiritueller Elemente in die Gesundheitsversorgung im Zusammenhang mit der erweiterten Definition von Gesundheit im Sinne der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus 2008. Sie gibt Anregungen zur professionellen Abgrenzung zwischen Psychotherapie und Seelsorge, zeigt aber ebenso Synergieeffekte auf und fördert die Kommunikation auf

Augenhöhe. Für die gegenwärtige Diskussion um Spiritual Care können durch die Beleuchtung der Tiefendimension des Geistes jenseits von Symbolik und Ritualen Impulse gewonnen werden. Nicht zuletzt hat die Arbeit im Zusammenhang mit der „Corona-Pandemie“, ausgelöst im Jahr 2020 und damit verbundenen existenziellen Fragen aktuellen Bezug.

1.2 Aufbau der Arbeit

Einleitend wird auf philosophische Arbeiten zurückgegriffen. Beginnend mit Paul Tillich, durch den die Forschungsfrage aufgeworfen wurde, wird auf weitere wichtige Existenzphilosophen verwiesen.

Im Hauptteil werden zunächst „Möglichkeiten und Beispiele ärztlicher Hilfe“ anhand der psychotherapeutischen Konzepte von Irvin Yalom und Viktor Frankl untersucht, um dann Möglichkeiten priesterlicher Hilfe nach Paul Tillich aufzuzeigen. Die drei Ansätze werden nacheinander vorgestellt wobei der individuellen Besonderheit durch die unterschiedliche Gewichtung Rechnung getragen wird. Jedes Konzept wird durch eine kritische Würdigung abgeschlossen.

Bei anschließender Auswertung und Fazit gilt es „einen schwiemelligen Kompromiss zwischen Unvereinbarem“ zu vermeiden, jedoch ein „Bewusstsein, von dem, was fehlt“ zu schärfen (vgl. ebd., S. 27). Dazu werden die wesentlichen Punkte gegenübergestellt und anhand von Prüfschemata ausgewertet. Die Prüfschemata ergeben sich erstens aus Querverweisen der drei Ansätze, zweitens aus Kriterien der Gegenüberstellung von Glauben und Wissen, drittens aus den Spezifika christlicher Seelsorge in Abgrenzung zur Psychotherapie und viertens aus den Merkmalen christlicher Mystik aufgrund ihrer Ausrichtung auf die Tiefendimension des Geistes.

Der Schlussteil enthält Fazit, Ausblick und weiterführende Fragen sowie eine abschließende kritische Würdigung.

1.3 Existenzphilosophische Vorüberlegungen

1.3.1 Paul Tillich

„Die Angst ist der Zustand, in dem ein Seiendes der Möglichkeit seines Nichtseins gewahr wird. [...] Angst ist das existentielle Gewahrwerden des Nichtseins. [...] Angst ist die Endlichkeit erfahren als unsere eigene Endlichkeit“ (Tillich 2015, S. 34 f.).

In seinem Spätwerk „Der Mut zum Sein“ beschrieb Tillich unterschiedliche Arten der Angst als Ausprägungen dieser Grundangst des Menschen. Er führte aus, dass die unterschiedlichen Arten der Angst zwar immer im Menschen gegenwärtig sind, jedoch unterschiedlich stark ausgeprägt auftreten. Die absolute, bzw. ontologische Angst ist Gegenstand zahlreicher existenzphilosophischer und religionsphilosophischer Überlegungen und muss zum besseren Verständnis eingeordnet werden in ihren jeweils historischen Rahmen.

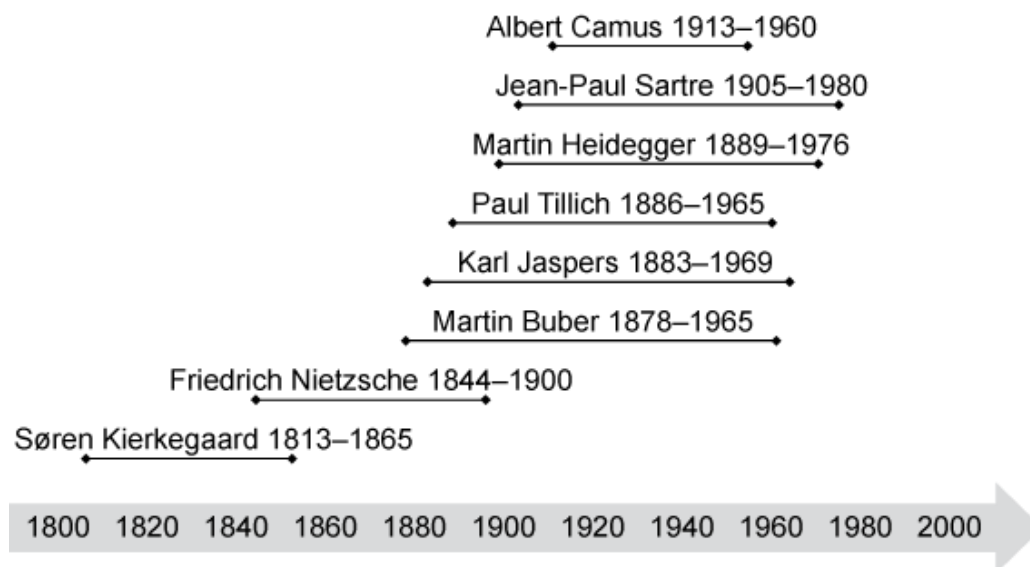


Abbildung 1: Lebensdaten wichtiger Existenzphilosophen (Noyon/Heidenreich 2012, S. 26)

Tillich hat fast zeitgleich mit dem 8 Jahre älteren Martin Buber, mit Karl Jaspers und mit Martin Heidegger gelebt. Diese vier Existenzphilosophen haben beide Weltkriege als Erwachsene erfahren.

Es ist davon auszugehen, dass vor diesem Hintergrund das Thema der existenziellen Angst eine sehr lebensnahe, persönliche Färbung für sie hatte.

1.3.2 Søren Kierkegaard

Søren Aabye Kierkegaard (1813 – 1855) kam 1813 als Sohn eines Wollwarenhandlers in Kopenhagen, Dänemark zur Welt. Er studierte Theologie, Ästhetik und Philosophie und promovierte 1841 als Theologe. Zwar gilt er als der wichtigste Begründer der Existenziellen Philosophie und hat wesentliche Impulse für die Existenzielle Psychotherapie gesetzt, er selbst jedoch wollte weder als Philosoph noch als Theologe wahrgenommen werden, sondern verstand sich als religiöser Schriftsteller. Durchaus kritisch setzte er sich mit der christlichen Lebensanschauung auseinander und bemängelte an der Theologie die „scheinhaft erkannte Versöhnung von Denken und Glauben bzw. von Christentum und Vernunft“. Ebenso kritisch wies er darauf hin, dass im Zuge der Aufklärung die religiösen Mythen aufgelöst werden sollten, dass aber stattdessen eine ganze Menge von „Verstandes-Mythen“ geschaffen wurden (vgl. Kierkegaard 2017, S. 493).

Vor dem Hintergrund der schwermütigen, pietistisch geprägten Frömmigkeit seines Vaters fand er einen Bezug zu existenziellen Themen und setzte sich in seiner 1844 erschienenen Schrift „Der Begriff Angst“ aus theologischer Perspektive mit Angst auseinander (vgl. Breul/Langefeld 2017, S. 187; Noyon/Heidenreich 2012, S. 28; Kierkegaard 2017):

„Der Mensch ist eine Synthese des Seelischen und des Leiblichen. Aber eine Synthese ist undenkbar, wenn die Zwei sich nicht vereinen in einem Dritten. Dieses Dritte ist der Geist. ... Wie ist denn nun das Verhältnis des Menschen zu dieser zweideutigen Macht, wie verhält sich der Geist zu sich selbst und zu seiner Bedingung? Er verhält sich als Angst. Seiner selbst ledig werden kann der Geist nicht, sich selbst ergreifen kann er auch nicht, solange er sich selbst außerhalb seiner hat; ins Vegetative absinken kann der Mensch ebenso wenig, denn er ist ja als Geist bestimmt; die Angst fliehen kann er nicht, denn er liebt sie; eigentlich lieben kann er sie nicht, denn er flieht sie“
(Kierkegaard 2017, S. 490).

Die Untersuchung der Angst fand bei Kierkegaard auf der Folie dieser Anthropologie statt. Als Meister des Paradoxen lotete Kierkegaard die existenzielle Beschaffenheit des Menschen aus und zeichnete ein sehr klares Bild menschlicher Verzweiflung und Angst: „Verzweiflung als Krankheit zum

Tode ... Verzweiflung ist eine Krankheit im Geist, im Selbst, und kann so ein Dreifaches sein: daß der menschliche Geist in der Verzweiflung sich nicht bewußt ist, ein Selbst zu haben ... daß er verzweifelt nicht er selbst sein will, daß er verzweifelt er selbst sein will“ (ebd., S. 5).

Indem er die existenzielle Angst anthropologisch verortete, lieferte er eine wichtige Grundlage existenzieller Philosophie, Theologie und Psychologie. Für die säkulare existenzielle Psychotherapie wurde vor allem seine Unterscheidung von Angst und Furcht wegweisend: „Kierkegaard war der erste, der eine deutliche Unterscheidung zwischen Furcht und Angst traf; er stellte der Furcht, die eine Furcht vor einer Sache (einem Etwas) ist, der Angst gegenüber, die eine Angst vor keiner Sache (einem Nichts) ist – `Nicht`, wie er fein festhält, `ein Nichts, mit dem das Individuum nichts zu tun hat.` Man hat Angst davor, sich selbst zu verlieren und zu nichts zu werden“ (Yalom 2010b, S. 61).

Die existenzielle Angst ist damit nach Kierkegaard kurzgefasst die „Furcht vor dem Nicht-Sein“ (Kierkegaard, zitiert nach Yalom 2010, S. 60).

Kierkegaard sah jedoch auch den positiven Aspekt der Angst: „Angst ist unser bester Lehrer [...] wer sich [...] recht ängstigen lernte, der hat das Höchste gelernt“ (Kierkegaard, zitiert nach May 1984, S. 63).

Die zentrale Position von Angst und deren Bewältigung durch den christlichen Glauben waren für ihn zugleich Beweis für dessen Regulierungsfähigkeit menschlichen Lebens (vgl. Dietz 2009, S. 384)

1.3.3 Friedrich Nietzsche

Friedrich Nietzsche (1844 – 1900) wurde in Röcken (heutiges Sachsen-Anhalt) geboren und wuchs in einem Pfarrershaushalt auf. Anders als Kierkegaard vollzog Nietzsche einen radikalen Bruch mit dem Christentum und dem Gottesgedanken an sich (vgl. Noyon/Heidenreich 2012, S. 30). Er löste sich von der metaphysischen Überzeugung der „Gottesperspektive“ und thematisierte die Perspektivität allen Wissens. Nicht nur das biblische Gottesbild in seiner oft anthropomorphen Gestalt und theologischen Tradition waren Gegenstand seiner Angriffe, sondern auch der durch philosophisches Nachdenken entstandene Gottesbegriff als das Absolute, das Sein an und für sich. Seine Gedanken – konsequent zu Ende gedacht –

versagen der menschlichen Existenz ihren metaphysischen, ihren letzten Sinn. Sehr scharfsinnig begriff er, dass das Eliminieren Gottes nicht ohne Folgen für das emotionale Klima der Welt bleiben kann. Er thematisierte die damit einhergehende Kälte und schrieb in seiner „fröhlichen Wissenschaft“: „Irren wir nicht wie durch ein unendliches Nichts? Haucht uns nicht der leere Raum an? Ist es nicht kälter geworden? Kommt nicht immerfort die Nacht und mehr Nacht? [...] Gott ist tot“ (Nietzsche 2012, S. 125)!

Dem Christentum warf er vor, mit dem Gedanken an das Jenseits das Leben im Diesseits zu schwächen und Schwachheit vor Kraft den Vorzug zu geben. Stattdessen betonte er die Notwendigkeit, durch den Willen zur Macht dem Nichts und der Dunkelheit zu trotzen. Dazu sei es notwendig, ein „Übermensch“, ein „Gott“ zu werden. Er betonte, dass das Leben im Diesseits zu gestalten ist (vgl. Jaspers 2011).

1.3.4 Martin Buber

Martin Mordechai Buber (1878 – 1965) kam in Wien zur Welt und wurde durch seinen Großvater mit der jüdischen Tradition bekannt gemacht. Vor allem seine Stellungnahmen zu Texten des Chassidismus, einer jüdischen Erweckungsbewegung, zeichnen ihn als einflussreichen Religionsphilosophen aus (vgl. Noyon/Heidenreich 2012, S. 31).

Besondere Relevanz hat das von ihm beschriebene „Dialogische Prinzip“. In seinem Hauptwerk „Ich und Du“, erschienen 1919, beschrieb er den Unterschied zwischen einer „Ich-Du-Beziehung“ und einer „Ich-Es-Beziehung“ und behandelte das Verhältnis von Mensch und Gott sowie vom Mensch zum Mitmenschen:

„Die Beziehung zum Du ist unmittelbar. Zwischen Ich und Du steht keine Begrifflichkeit, kein Vorwissen und keine Phantasie; und das Gedächtnis selber verwandelt sich, da es aus der Einzelung in die Ganzheit stürzt. Zwischen Ich und Du steht kein Zweck, keine Gier und keine Vorwegnahme; und die Sehnsucht selber verwandelt sich, da sie aus dem Traum in die Erscheinung stürzt. Alles Mittel ist Hindernis. Nur wo alles Mittel zerfallen ist, geschieht die Begegnung“ (Buber 2017, S. 17).

In der Betonung der heilsamen Effekte einer Ich-Du-Beziehung ging er noch weit über die von Carl Rogers geforderte therapeutische Haltung hinaus: „Für Buber kann es keinen wirklichen Dialog geben, solange ich mir nicht erlaube,

vom anderen aus mir selbst herausgerufen zu werden, und stattdessen reserviert und versteckt hinter der kühlen und gesammelten Art des Therapeuten bleibe“ (Emmi van Deurzen, zitiert nach Noyon/Heidenreich 2012, S. 32).

1.3.5 Karl Jaspers

Karl Jaspers (1883 – 1969) gehörte mit Buber, Tillich und Heidegger zu den fast zeitgleich lebenden wichtigen Existenzphilosophen. In Bezug auf den Umgang mit existenzieller Angst ist vor allem sein Konzept der Grenzsituationen relevant:

„Situationen wie die, daß ich immer in Situationen bin, daß ich nicht ohne Kampf und ohne Leid leben kann, daß ich unvermeidlich Schuld auf mich nehme, daß ich sterben muß, nenne ich Grenzsituationen [...] Als Dasein können wir den Grenzsituationen nur ausweichen, indem wir vor ihnen die Augen verschließen [...] Auf Grenzsituation reagieren wir daher sinnvoll nicht durch Plan und Berechnung, um sie zu überwinden, sondern durch eine ganz andere Aktivität, das Werden der in uns möglichen Existenz; wir werden wir selbst, indem wir in die Grenzsituation offenen Auges eintreten“ (Jaspers 1932/1956, zitiert nach Noyon/Heidenreich 2012, S. 33).

Seine Gedanken werden in Hinblick auf die existenzielle Angst vor allem dort richtungsweisend, wo es sich um den praktischen Umgang mit dieser Grenzerfahrung handelt. Jaspers wird von allen drei vorgestellten Ansätze zitiert, wenn es um die Wichtigkeit der mutigen Akzeptanz existenzieller Gegebenheiten geht. Nach Jaspers ist existenzielle Angst das Bewusstsein der „Zerbrechlichkeit des Seins“ (vgl. Jaspers, zitiert nach Yalom 2010, S. 60).

1.3.6 Martin Heidegger

Martin Heidegger (1889 – 1976) erlebte ebenfalls zwei Weltkriege mit. Bedeutsame Themen waren für ihn der Tod, die Angst und die Schuld. In seinem Hauptwerk „Sein und Zeit“ beschäftigte er sich mit der Bedeutung des Seins, auch und ganz wesentlich mit Blick auf den Tod (vgl. Noyon/Heidenreich 2012, S. 35 f.):

„Man sagt, der Tod kommt gewiß, aber vorläufig noch nicht. Mit diesem `aber ...´ spricht das Man dem Tod die Gewißheit ab (...) Dieser wird hinausgeschoben auf ein `später einmal´ und zwar unter Berufung auf das sogenannte `allgemeine Ermessen´. So verdeckt das Man das Eigentümliche der Gewißheit des Todes, daß er jeden Augenblick möglich ist“ (Heidegger 1927/1993, zitiert nach Noyon/Heidenreich 2012, S. 35).

Sein vollzieht sich als „Sein zum Tode“ und eröffnet in einer Grundbefindlichkeit der Angst den Sinn des Daseins und den Sinn des Seins (vgl. Breul/Langenfeld 2017, S. 214). Existenzielle Angst ist damit nach Heidegger das Bewusstsein von der „Unmöglichkeit weiterer Möglichkeiten“ (Heidegger, zitiert nach Yalom 2010, S. 60).

1.3.7 Jean-Paul Sartre

Jean-Paul Sartre (1905 – 1980) führte in seinem Hauptwerk „Das Sein und das Nichts“ aus, dass der Mensch in zwei Modi existiert, wobei der Modus des „An-sich-seins“ das Sein beschreibt, was einfach nur ist, der Modus des „Für-sich-seins“ dagegen ein reflexives (über sich selbst bewusstes) Sein, das nicht mehr mit sich selbst identisch ist (Noyon/Heidenreich, 2012, S. 36). Sartre negierte jeden absoluten, metaphysischen Sinn: „Alles, was existiert, ist nicht aus irgendeinem Grund geboren, lebt weiter in Schwäche und stirbt durch Zufall ... Es ist sinnlos, dass wir geboren werden; es ist sinnlos, dass wir sterben“ (Sartre, zitiert nach Yalom 2010, S. 495).

Irvin Yalom bezieht sich auf Sartre, indem er dessen Darstellung des menschlichen Strebens nach Sinn trotz der Sinnlosigkeit des Lebens als zentral für die Entwicklung seiner existenziellen Psychotherapie erklärt (vgl. Yalom 2010, S. 495 ff.).

1.3.8 Camus

Albert Camus (1913 – 1960) sei abschließend für viele andere Geistes- und Naturwissenschaftler zitiert, welche die Ausschaltung des Verstandes zugunsten eines unehrlichen Glaubenszwangs zu Recht kritisieren:

„Auch Kierkegaard macht den Sprung. Das Christentum, der Schrecken seiner Kindheit, kehrt am Ende in seiner strengsten Gestalt zurück. Auch für ihn werden Antinomie und Paradox Kriterien des Religiösen. Gerade das, was ihn am Sinn und an der Tiefe dieses Lebens zweifeln ließ, schenkt ihm jetzt seine Wahrheit und seine Klarheit. Das Christentum ist das Ärgernis, und Kierkegaard fordert einzig und allein das Dritte, von Ignatius von Loyola verlangte Opfer, das Gott am meisten freut: „das Opfer des Verstandes“. [...] In der Gewissheit, dem Irrationalen nicht entgehen zu können, will er sich wenigstens vor dieser verzweifelten Sehnsucht retten, die ihm unfruchtbar und belanglos erscheint. [...] Wenn er seinen Empörungsschrei durch eine gezwungene Zustimmung ersetzt, dann muss er schließlich das Absurde, das ihn bisher erleuchtete, ignorieren und die einzige Gewissheit, die ihm fortan bleibt, das Irrationale, vergöttlichen“ (Camus 2019, S. 50 f.).

Camus räumte in der Fußnote dieses Abschnitts jedoch ein, dass der umgekehrte Weg, den Glauben zugunsten der verstandesmäßigen Regeln zu vernachlässigen, nichts anderes als Eigensinn ist. Im Zusammenhang mit der Forschungsfrage ist v.a. seine Feststellung bedeutsam, dass es zur Beurteilung des Glaubensaspektes einer anderen Geisteshaltung bedarf (ebd., S. 50).

2 Hauptteil

2.1 Existenzielle Psychotherapie nach Irvin D. Yalom

2.1.1 Zur Person

Irvin D. Yalom (geb. 1931) gilt als der bekannteste lebende existenzielle Psychotherapeut weltweit und war nach seiner psychiatrischen Ausbildung an der Johns-Hopkins-Universität als Psychiater tätig. Im Rahmen psychotherapeutischer Tätigkeit in Gruppentherapie bei terminal erkrankten Patienten wurde er schon früh in seiner Laufbahn mit existenziellen Themen konfrontiert. Er war Professor für Psychiatrie an der Stanford University und erhielt für seine Arbeiten als Psychoanalytiker den Sigmund-Freud-Preis. Unter anderem machte er sich darum verdient, über die Grenzen seiner eigenen Profession hinaus auf sozialwissenschaftliche, religiöse und vor allem philosophische Gedanken zurückzugreifen, um der existenziellen Situation des Menschen gerecht zu werden (vgl. Yalom 2004, Vorwort; Noyon/Heidenreich 2012, S. 49).

Neben seinen wesentlichen Werken „Existenzielle Psychotherapie“ sowie „Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie“ verfasste er mehrere populäre Romane mit therapeutischen Fallbeispielen, wie z.B. „In die Sonne schauen. Wie man die Angst vor dem Tod überwindet“, „Die Schopenhauer-Kur“, „Und Nietzsche weinte“. Das „große Yalom Lesebuch“, erschienen im btb-Verlag mit dem Titel „Liebe, Hoffnung, Psychotherapie“, stellt die wesentlichen Inhalte seiner Arbeit allgemeinverständlich für einen nicht-professionellen Leserkreis dar (vgl. ebd., S. 49).

Da eine eigene Auseinandersetzung mit dem Tod während seiner Ausbildung nicht stattgefunden hatte, holte er die Analyse bei Rollo May nach und erhielt so wesentliche Impulse für seine therapeutische Ausrichtung. In seiner Arbeit bezieht er sich sowohl auf die bekannten Psychiater und Psychologen seiner Zeit: Pinel, Freud, Jung, Pawlow, Rorschach und Skinner als auch auf philosophische Denker. Vor allem in seinen Ausführungen zum Tod benennt er klassische griechische Philosophen, insbesondere Epikur und bezeichnet diesen als „proto-existenziellen Psychotherapeuten“. Von ihm übernimmt er den Gedanken, dass unsere allgegenwärtige Furcht vor dem Tod die Grundwurzel des menschlichen Elends sei und erhält u.a. in Epikurs medizinischer

Philosophie Anregungen für konkrete Behandlungsansätze eben dieser Furcht (vgl. Yalom 2010c, S. 10).

2.1.2 Psychotherapeutischer Ansatz

2.1.2.1 Grundlagen und Definitionen

Yalom definiert seine Existenzielle Psychotherapie wie folgt: „Existenzielle Psychotherapie ist ein dynamischer Zugang zur Therapie, der sich auf die Gegebenheiten konzentriert, welche in der Existenz des Individuums verwurzelt sind“ (vgl. Yalom 2010b, S. 17).

Diese existenziellen Gegebenheiten sind für ihn:

- Tod
- Freiheit
- Isolation
- Sinnlosigkeit

(vgl. ebd., S. 20 f.)

Er stellt existenzielle Angst als Symptom und Reaktion dar. Ursache der Angst ist nach Yalom die existenzielle Situation des Menschen, vor allem die Endlichkeit, die im Tod erfahren wird: „Existenzielle Therapie ist auf ein Modell der Psychopathologie gegründet, welches davon ausgeht, dass Angst und deren fehlangepasste Auswirkungen Antworten auf diese vier letzten Dinge sind“ (ebd., S. 559).

Im Zusammenhang mit existenzieller Angst steht der Tod im Mittelpunkt seines therapeutischen Interesses. Doch auch andere existenzielle Gegebenheiten des Menschseins nimmt er in den Blick: „Freiheit hilft uns, Annahmen über Verantwortlichkeit, das Einlassen auf Wandel, Entscheidung und Handlung zu verstehen; Isolation beleuchtet die Rolle der Beziehung; während Sinnlosigkeit unsere Aufmerksamkeit auf das Prinzip des Engagements richtet“ (ebd., S. 251).

Im Folgenden werden v.a. seine Ausführungen zur Todesangst untersucht und durch relevante Aspekte der übrigen existenziellen Themen ergänzt.

2.1.2.2 Therapeutisches Selbstverständnis

Neben der Flexibilität und dem Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung betont Yalom vor allem die Verbundenheit zwischen Therapeut und Klient auf

Augenhöhe. Bei der Bearbeitung existenzieller Fragen behindern typische Rollenverständnisse eher; dagegen ist das Bewusstsein der gemeinsamen, sehr menschlichen Situation heilsam und erfordert eine hohe Bereitschaft zur Selbstöffnung des Therapeuten (vgl. ebd., S. 197).

„Eine der wahren Abscheulichkeiten der Krankenversicherungs-Bürokratie ist das immer stärkere Setzen auf eine Standardtherapie, die vom Therapeuten verlangt, eine vorgeschriebene Reihenfolge einzuhalten, einem Schema aus Themen und Übungen zu folgen, die jede Woche behandelt werden sollen. [...] Der Therapeut muss danach streben, für jeden Patienten eine neue Therapie zu kreieren. [...] Vor allem muss der Therapeut darauf vorbereitet sein, dem Patienten überallhin zu folgen, und alles tun, was nötig ist, um stetig wachsendes Vertrauen und ein Gefühl der Sicherheit zu schaffen“ (Yalom 2010a, S. 48).

Gute Therapie zeichnet sich nach Yalom durch echte Begegnung und Präsenz mit tiefer Fürsorge sowie Empathie, Flexibilität und Weisheit aus (vgl. Yalom 2010b, S. 14 f.).

2.1.2.3 Existenzielle Gegebenheiten

2.1.2.3.1 Der Tod als existenzielle Gegebenheit

Yalom räumt dem Tod einen zentralen Platz in seiner Psychotherapie ein. Zwar kennt er den Rat des Psychiaters Adolph Meyer: „Kratzen Sie nicht, wo es nicht juckt“ (ebd., S. 45).

Er setzt jedoch dagegen: „Der Tod jedoch juckt sehr wohl. Er juckt die ganze Zeit – er ist immer bei uns, kratzt an einer inneren Tür, summt leise, kaum hörbar, direkt unter der Membran des Bewusstseins. Versteckt und getarnt, in einer Vielfalt von Symptomen durchsickernd, ist er der Quell zahlreicher Sorgen, Belastungen und Konflikte“ (Yalom 2010c, S. 16).

Er konkretisiert: „Leben und Tod sind interdependent; sie existieren gleichzeitig, nicht in Folge; der Tod surrt ständig unterhalb der Membran des Lebens und übt einen großen Einfluss auf die Erfahrung und das Verhalten aus. Der Tod ist eine ursprüngliche Quelle der Angst, und als solche ist er die primäre Quelle der Psychopathologie“ (Yalom 2010b, S. 45).

In seiner zeitlichen Einordnung des Todes orientiert er sich an Epikur, der das Modell der Symmetrie vertrat. Demnach existiert der Mensch vor seiner Geburt und nach seinem Tode nicht, sondern nur während seines irdischen Lebens. Damit verbunden ist die tröstliche Erkenntnis, dass nach dem Tod

auch kein Bewusstsein des Todes mehr vorhanden ist, der Mensch sich also nicht nachträglich seines Todes grämen kann (vgl. Yalom 2010c, S. 84). Im Verlauf des Lebens durchläuft der Todesbegriff verschiedene Entwicklungsstufen, die im Wesentlichen darauf zielen, den Schrecken des Todes und mit ihm den Tod selbst zu verleugnen (vgl. Yalom 2010b, S. 97 ff.). Yalom führt zahlreiche Studien zum Umgang von Kindern mit dem Tod an und resümiert, dass bereits kleine Kinder ein Bewusstsein des Todes, bzw. des Nichts haben können. Auch jenseits und zeitlich vor der Entwicklung der sprachlichen Ausdrucksfähigkeit ist der Schrecken des Todes präsent. Im Zusammenhang mit Bowlbys Bindungstheorie, bzw. dessen Thesen zur Objektbeständigkeit, spielt die Dialektik von Leben und Tod analog zur Beständigkeit (Da-Sein) und dem Verschwinden (Nicht-Sein) eine wesentliche Rolle bei der Entwicklung der kindlichen Selbständigkeit (vgl. ebd., S. 100 ff.). Während der Kindheit wird das unmittelbare Bewusstsein des Todes, bzw. des Nicht-Seins verdeckt durch unterschiedliche Methoden der Verleugnung. Das Kind bekommt von seiner Umwelt Deutungsmuster angeboten und entwickelt eigene Einstellungen zum Tod:

- Der Tod ist nicht absolut, sondern graduell. Er ist zeitlich vorübergehend, er ist ein Übergang, ein Vergehen; es gibt Scheintod und den Tod als Schlaf.
- Der Tod gilt für alle anderen, aber nicht für mich.
- Es gibt einen Retter, der mich vor dem Tod behütet.
- Der Tod betrifft Kinder nicht. Nur alte Menschen sterben.
- Der Tod wird als Person gedeutet und anthropomorphisiert.
- Der Tod wird entwertet und verspottet.
- Der Tod wird durch Bezugspersonen stillgeschwiegen.
- Der Tod wird durch religiöse oder säkulare Sinnbilder wie Himmel oder Metamorphose gedeutet und damit begreiflich, bzw. fassbar gemacht.
- Der Tod wird in psychologischer und pädagogischer Fachliteratur ignoriert.
(vgl. ebd., S. 100 ff.).

Diese Verleugnungsmöglichkeiten werden Kindern gegeben, um damit ihren begrenzten Ressourcen Rechnung zu tragen und durch eine dem Entwicklungsstand angepasste Betrachtung ihr emotionales Gleichgewicht zu schützen (vgl. ebd., S. 128).

Yalom geht davon aus, dass das kindliche Todesbewusstsein, ebenso wie die kindliche Sexualität sich durch o.g. Methoden der Verleugnung von der Unmittelbarkeit wegentwickelt, während der Präadoleszenz eine Latenzzeit durchläuft, um dann in der Adoleszenz bearbeitbar zu werden. Erst in dieser Phase besteht erstmalig die Möglichkeit eines reflektierten Umgangs mit existenziellen Themen (vgl. ebd., S. 113 ff.).

Allerdings wird diese Möglichkeit nicht immer genutzt. Häufiger bleiben die erlernten Mechanismen unreflektiert bestehen. Vor allem zwei Methoden wirken oft im Erwachsenenleben weiter: Dies sind der Gedanke der persönlichen Besonderheit und der Gedanke an den letzten Retter. Beide Mechanismen finden sich in fast jedem Religionssystem in Form von Unsterblichkeitsmythen und dem Glauben an einen persönlichen Gott (vgl. ebd., S. 120).

Pathologische Folgen verdrängter Todesangst

So hilfreich und adaptiv die oben genannten Formen der Verdrängung (zumindest zeitweise) sein können, um das alltägliche Leben zu meistern, so pathologisch können die Folgen hartnäckiger Verleugnung des Todes sein. Yalom zählt hierzu zwanghaften Heroismus, Workaholismus, Narzissmus, Aggression und Kontrollsucht, Erfolgsneurose, Depression, Selbstverneinung, Furcht vor Liebesentzug, Abhängigkeit, Sex-Sucht, Masochismus, zwanghaftes Strebertum, grandiose Tendenzen und mangelnden sozialen Bezug. Das Dilemma der nicht-existenziellen Psychotherapie ist die Tatsache, dass mit Behandlung der o.g. Krankheiten häufig am Symptom, statt an der Ursache gearbeitet wird. Damit wird die einzigartige Chance vergeben, sich dem Leben auf einer tieferen, nachhaltigeren Ebene zu stellen und so zu reifen (vgl. ebd., S. 135 ff.).

Aufgabe des existenziellen Therapeuten ist es dagegen, die tiefere Bedeutung der pathologischen Symptome zu erfassen und neben der Linderung der negativen Angistaspekte die Angst nicht zu negieren, sondern kreativ zu nutzen.

„Ohne Angst kann man weder das Leben leben, noch sich dem Tod stellen. Angst ist sowohl ein Führer wie ein Feind und kann den Weg zur authentischen Existenz weisen. Die Aufgabe des Therapeuten ist es, die Angst auf ein akzeptables Maß zu reduzieren und dann diese existierende Angst zu benutzen, um die Bewusstheit und Lebenskraft des Patienten zu erhöhen“ (ebd., S. 223).

Positive Folgen bewältigter Todesangst

Vor allem in der Arbeit mit terminal erkrankten Patienten gewann Yalom die Erkenntnis, dass die Bewusstheit des Todes eine positive Auswirkung auf das Leben haben kann: „Obwohl die Physikalität des Todes uns zerstört, rettet uns die Idee des Todes“ (ebd., S. 58).

Der Tod kann als Katalysator zu einer tieferen Intensität des Lebens und einer neuen Perspektive dienen. Er kann zu erhöhter Selbstwirksamkeit ermutigen, Verantwortlichkeit für den zur Verfügung stehenden Gestaltungsspielraum erzeugen, Dankbarkeit für das Gegebene erhöhen, das Bewusstsein seines Selbst, dem Kern des eigenen Seins ermöglichen, dabei helfen, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und soziale Verbindungen fördern. Insgesamt führt die reflexive Arbeit mit dem Tod zu verstärkter Integration und Reife (vgl. ebd., S. 191 ff.).

„Es ist die Bewusstheit des Todes, die den Perspektivenwechsel fördert und die es einem Menschen möglich macht, zwischen dem Kern und den Accessoires zu unterscheiden: neu in ersteren zu investieren und sich der letzteren zu entledigen“ (ebd., S. 197).

„Der Tod ist die Bedingung, die es für uns möglich macht, das Leben auf authentische Art und Weise zu leben“ (ebd., S. 47).

Die kreative Angst, die Angst als unser Lehrer (Kierkegaard) wird somit genutzt, um an der Grenzsituation des Lebens (Jaspers) zum authentischen Selbst (Heidegger) zu finden.

Möglichkeiten, die Verdrängung zu beseitigen

Wenn die Integration des Todes ins Leben solch positive Folgen hat, scheint es sinnvoll zu sein, die allgegenwärtige Verdrängung gezielt zu durchbrechen. Häufig bieten sich Krisensituationen wie der Zusammenbruch eines Sinn- und Wertesystems, schwere Krankheit, Tod im Familien- oder Freundeskreis an, um sich tiefer mit existenziellen Themen zu beschäftigen.

Aber auch positive Meilensteine im Leben können für vertieftes Herangehen genutzt werden (vgl. ebd., S. 191 ff.).

Yalom nennt strukturierte Übungen, mit denen jenseits selbst erlebter Krisen die Verdrängung des Todes durchbrochen werden kann, wie z.B.:

- Erstellen einer persönlichen Grabinschrift
- Formulieren des eigenen Nachrufs in realistischer und idealisierter Form
- Meditation einer Lebenslinie (Anfang und Ende stehen fest, der aktuelle Standpunkt wird meditiert)
- „Ausrufen“ eines Gruppenteilnehmers, der sich daraufhin von der Gruppe abwendet und „tot“, bzw. isoliert ist
- Fantasietechniken wie Ausmalen des eigenen Todes so detailliert wie möglich (Zeit, Ort, Art, Prozess, Begräbnis)
- Erstellen eines Drehbuchs für den eigenen Sterbeprozess
- Durchspielen des Lebenszyklus (Mehrere Tage wie ein Baby, Kind, Teenager, Erwachsener, alter Mensch leben)
- Todesbewusstheits-Workshops
- Filmabende und Literatur (z.B. Tolstoi, Dostowjeski)
- Gesprächsrunden zur Reflexion
(vgl. ebd., S. 207 ff.)

Neben diesen künstlich herbeigeführten, fiktiven Begegnungen mit dem Tod stellt Yalom die direkte Interaktion mit Sterbenden vor. Dazu lädt er Patienten aus einer „alltäglichen“ Psychotherapie in Treffen unheilbar kranker Menschen ein und integriert umgekehrt unheilbar kranke Menschen in eine „alltägliche“ Psychotherapiegruppe (vgl. ebd., S. 210).

Reife Methoden des Umgangs mit der Todesangst

Welche gesunden, nicht verleugnenden Methoden gibt es, um mit der Todesangst, bzw. der Angst vor dem Nicht-Sein umzugehen? Der erste Schritt ist es, sich der existenziellen Angst zu stellen. Bereits dieses Bewusstwerden lassen ist ein Schritt der Reife. Im zweiten Schritt geht es darum, die damit auftretenden Fragen zu klären, die Fragen nämlich: Wie gestalte ich mein Leben angesichts des Todes? Davon werden nach Yalom auch die übrigen existenziellen Gegebenheiten Freiheit, Isolation und Sinnlosigkeit berührt. Wie kann ich akzeptieren, dass es keinen ewigen, unvergänglichen Wert

meines Lebens gibt, also keinen Retter, der mich aus meiner existenziellen Situation befreit und keine Auferstehungshoffnung, die mich unsterblich macht? Wie kann ich mit der Freiheit umgehen, wenn es keine übergeordnete Normen durch eine höhere Instanz gibt? Wie gehe ich um mit Isolation, wenn ich nicht verbunden bin mit Anderen? Und wie stelle ich mich der Sinnlosigkeit des Seins ohne einen Sinnstifter? In der Natur der Sache liegend, der Individualität des Menschen, gibt es keine universelle Lösung. Reif ist vor allem das Sich-Einlassen auf die Fragen und damit auf das Leben sowie der verantwortungsbewusste Umgang mit dem Leben im Jetzt und Hier. Reif ist auch das bewusste Gestalten des Lebens in gesunder Balance. Diese kann nur entstehen, wenn der Mensch nicht mehr getrieben ist von unbewusster Todesangst, sondern durch deren reflexive Betrachtung die Elemente des Lebens ausgewogen gewichten kann.

2.1.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit

Eng verwandt mit der Angst vor dem Nicht-Sein ist die Angst vor der Bodenlosigkeit, die sich im Gefolge der Freiheit findet. Yalom deutet die Todesangst als die Grundangst des Menschen, weist jedoch darauf hin, dass viele existenzielle Philosophen die Angst vor der Bodenlosigkeit als „Urangst“ verorten und die Todesangst „nur“ als ein Symbol für diese Urangst verstehen (vgl. ebd., S. 258).

Die Angst vor der Freiheit gilt als Angst der Moderne. Mit dem weitgehenden Rückgang verbindlich geltender religiöser Normen, aber auch mit dem Vertrauensverlust in die naturalistisch-mechanistischen Wissenschaften, mit der Erfolglosigkeit idealistischer sozialer Modelle wie des Kommunismus u.v.m. sieht der moderne Mensch sich weitgehend mit der Freiheit (und damit auch der Verantwortung) für die individuelle Lebensgestaltung konfrontiert. Nach Kant haben vor allem Heidegger und Sartre über die Bedeutung der Freiheit und die damit verbundene Verantwortung des Menschen philosophiert. Ausführlich hat Erich Fromm über die „Furcht vor der Freiheit“ geredet: Es ist die Furcht, Verantwortung und Urheberschaft für das eigene Leben zu übernehmen und so authentisch zu leben (vgl. ebd., S. 256 f.).

„Mit dem Abstreifen der die Freiheit verbergenden Ablenkungen, mit dem Abbau der von außen auferlegten Strukturen, sind wir heute näher denn je daran, die existenziellen Tatsachen des Lebens zu erfahren.“

Aber wir sind darauf nicht vorbereitet; es ist zu viel, um es zu ertragen, die Angst schreit nach Erleichterung, und sowohl auf individueller als auch auf sozialer Ebene steigen wir auf eine verzweifelte Suche nach Schutz vor der Freiheit ein“ (ebd., S. 261 f.).

Zu den pathologischen Abwehrmechanismen gehören Zwanghaftigkeit, Verantwortungsverschiebung auf Andere, Opferhaltung, Unselbständigkeit, Kontrollverlust, Störungen des Wünschens und Entscheidens, bzw. Wollens, sowie Selbstentfremdung und die Unfähigkeit, die eigenen Gefühle und Wünsche wahrzunehmen und adäquat damit umzugehen (vgl. ebd., S. 262 ff.). Zu den Formen existenzieller Angst gehört die Angst vor der Freiheit insofern, als jede Entscheidung für etwas (für ein Da-Sein) gleichzeitig die Entscheidung gegen alles andere (Nicht-Sein) bedeutet und in diesem Sinne eine Grenzerfahrung darstellt (vgl. ebd., S. 341 ff.).

Auch hier gehört zum reifen Umgang mit der Angst, sich dieser zu stellen und die in ihrem Gefolge auftretende Wahlfreiheit, bzw. Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen (vgl. ebd., S. 304 ff.).

2.1.2.3.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit

Im Zusammenhang mit existenzieller Angst ist jenseits von interpersonaler und intrapersonaler Isolation die existenzielle Isolation von Bedeutung, die der Mensch im Zusammenhang mit Wachstum, Reife und Individuation erfährt:

„Das Wort „existieren“ bedeutet Differenzierung (von lat. „existere“ = heraus-, hervortreten). Der Prozess des Wachstums ist [...] ein Prozess der Trennung, das Werden eines getrennten Wesens. Die Wörter für Wachstum bedeuten Trennung: Autonomie (Selbstverwaltung), Selbständigkeit, auf eigenen Füßen stehen, Individuation, Man-selbst-Sein, Unabhängigkeit. [...] Sich nicht zu trennen bedeutet, nicht zu wachsen. Aber der Preis, den wir für die Trennung und das Wachsen zahlen, ist Isolation“ (ebd., S. 420).

Wenn kein angemessener Umgang mit der Bindungs-Trennungs-Dialektik gefunden wird kann es zu Störungen auf intrapersonaler Ebene kommen, wie z.B. Störungen der Bindungsfähigkeit, Sozialkompetenz, Beziehungsfähigkeit, Intimitätsstörungen, Persönlichkeitsstörungen (schizoid, narzisstisch, ausnützend oder urteilend). Ebenso kann die Verdrängung intrapersonale Isolation wie krankhafte Abwehrmechanismen bis hin zur Dissoziation nach sich ziehen. Im weiteren Sinne ist unter intrapersonaler Isolation auch

die Unterdrückung von Wünschen und Wollen zu verstehen, das Unvermögen, externe Forderungen als extern zu begreifen, sein Potenzial nicht auszuschöpfen und seinem eigenen Urteil zu misstrauen sowie mit anderen Menschen oder Ideologien zu verschmelzen (vgl. ebd., S. 411 f.).

Die Angst vor existenzieller Isolation in ihrer ursprünglichen Form geht über die o.g. Erscheinungsformen jedoch weit hinaus und drückt sich aus in dem Gefühl völligen, unüberbrückbaren Getrenntseins – sowohl zu anderen Menschen als auch der Welt, als auch des Seins an und für sich. Diese existenzielle Isolation findet im Tod ihren tiefsten Ausdruck (vgl. ebd. S. 413 ff.).

Die Abhilfe gegen diese Art existenzieller Angst ist laut Yalom von Natur aus beziehungsmäßig. Der Mensch versucht ihr zu entkommen, indem er Beziehungen zu anderen aufbaut oder mit einem Wesen, das uns selbst ähnelt, oder mit einem göttlichen Wesen (vgl. ebd., S. 422).

Gesunde, beziehungsorientierte Abhilfe beschreibt Yalom wie folgt: Gestalten einer Ich-Du-Beziehung in selbstloser Weise und Wahrnehmen des anderen so vollständig wie möglich durch Kennen und Erfahren. Durch echtes Zuhören bemüht man sich, das Wachstum und Leben des anderen zu fördern und geht aktiv auf den anderen zu. Diese Art des reifen Umgangs hat zur Voraussetzung, bereits Empfänger solcher Liebe gewesen zu sein und hat zur Folge, dass man sich selbst in dem Maße verändert und lebt, wie man dem Gegenüber zum Leben hilft. Für diesen reifen Umgang wird man belohnt, bereichert, erfüllt und die eigene existenzielle Einsamkeit, der man sich eingangs stellte, wird gemildert (vgl. ebd., S. 433 f.).

Aufgabe des Therapeuten ist es, diesen Prozess durch Aufdecken der Angst vor existenzieller Isolation und Hinführen zu reifer Liebe und gelebtem Leben zu unterstützen (vgl. ebd., S. 460).

2.1.2.3.4 Sinnlosigkeit als existenzielle Gegebenheit

Nicht wenige Philosophen sehen Sinn als die zentrale Größe des Lebens an. Camus bezeichnete die Frage nach dem Sinn als die drängendste Frage von allen. Viktor Frankl zentrierte seine Behandlungsmethode um die Sinnfrage und nannte sie „Logotherapie“ (Logos griech. Sinn, Gehalt). Salvatore Maddie ordnet die existenzielle Neurose der Sinnlosigkeit entstammend zu

und Nicholas Hobbs beschrieb die Neurosen der Gegenwart – anders als zu Freuds Zeiten – als das Fehlen der Sinnhaftigkeit (vgl. ebd., S. 487).

Bei einem nachmetaphysischen Weltbild, welches auf Sinngebung durch ein höheres Wesen verzichtet, muss der Sinn anders gefunden werden als durch ein höheres Wesen. Yalom bringt es auf den Punkt: „Das Problem ist also in seiner schlichtesten Form: Wie findet ein Wesen, das Sinn braucht, Sinn in einem Universum, das keinen Sinn hat“ (ebd., S. 489)?

Er unterscheidet kosmischen Sinn und irdischen Sinn, bzw. Sinnobjektivismus und Sinnkonstruktivismus. Die jüdisch-christliche Tradition führt er als Beispiel für den kosmischen Sinn an: Die Welt und das menschliche Leben sind Teil eines göttlichen Plans, bzw. beziehen grundsätzlich ihre Sinnhaftigkeit aus dem übergeordneten, von Gott vorgegebenen Sinn. Die religiöse Weltsicht bietet somit einen kosmischen Sinn, der allerdings in seinen Ausprägungen unterschiedlich gefasst ist und vom doktrinären, fundamentalistischen Ansatz bis zu sehr illusionären Formen gehen kann (vgl. ebd., S. 489 ff.).

„Kosmischer Sinn impliziert einen Entwurf, der außerhalb und jenseits der Person existiert, und bezieht sich immer auf eine magische oder spirituelle Ordnung des Universums. Irdischer Sinn kann, wie wir sehen werden, Grundlagen haben, die ganz und gar weltlich sind – das heißt, man kann ein persönliches Gefühl für Sinn haben, ohne ein kosmisches System von Sinn“ (ebd., S. 489).

Lässt man den kosmischen Sinn beiseite, dann stellt sich die Frage, wie man Sinn und damit die psychologisch so wichtige Kohärenz findet in einer absurden Welt. Auch der Angst vor Sinnlosigkeit ist zunächst mutig zu begegnen durch das Akzeptieren der Sinnlosigkeit. Yalom übernimmt sowohl von Camus als auch von Sartre die Einstellung, dass wahres Leben erst jenseits der Verzweiflung beginnen kann (vgl. ebd., S. 494 ff.).

Er schlägt vor, das Vakuum der Sinnlosigkeit zu füllen mit Altruismus, Hingabe an eine Sache und Kreativität. Eine hedonistische Lösung wäre es, das Leben so voll wie möglich zu leben. Auch die Selbstverwirklichung i.S. von Selbstaktualisierung und Ausschöpfen eigenen Potenzials dient der Sinnkonstruktion. Ergänzend und in Rückgriff auf Frankl fügt er hinzu, dass es dabei darum gehe, die Selbsttranszendenz anzustreben, um nicht in einer pathologischen Idealisierung der Selbstfindung zu enden (vgl. ebd., S. 498 ff.).

„Frankl hat – ganz richtigerweise, wie ich glaube – den Eindruck, dass die gegenwärtige Idealisierung des „Ausdrucks der einen Persönlichkeit“ oft, wenn sie zum Selbstzweck wird, sinnvolle Beziehungen unmöglich macht. Die Grundlage einer liebevollen Beziehung ist nicht der freie Ausdruck der Persönlichkeit (obwohl dies ein wichtiger Bestandteil sein mag), sondern das Über-sich-selbst-Hinausreichen und das Sorgen für das Wesen des anderen“ (ebd., S. 508).

Ausführlich thematisiert Yalom den Einfluss von Kultur und Religion bei der Sinnfrage und leitet daraus die Empfehlung ab, dem Patienten zu einer möglichst kulturfreien, relativen Perspektive zu verhelfen. Er verweist auf die von Frankl ausgearbeiteten Methoden der Dereflexion und Erkennen einer Sinn-gestalt, die für ihn jedoch zu sehr an der Oberfläche bleiben (vgl. ebd., S. 543 ff.).

Folgerichtig hält sich Yalom bei Ratschlägen im Zusammenhang mit Angst vor der Sinnlosigkeit eher zurück. Er weist darauf hin, dass hier noch Forschungsbedarf besteht, da in der Literatur bislang nur wenig zum Thema existiert (vgl. ebd., S. 544).

Seine Empfehlung geht dahin, das Problem der Sinnlosigkeit anders als die anderen existenziellen Themen anzugehen, um sich nicht in einer ungesunden „Milchstraßen-Perspektive“ zu verlieren. Stattdessen soll der Therapeut dem Klienten zu Engagement ermutigen (vgl. ebd., S. 553 ff.).

2.1.3 Auswirkungen des existenziellen Ansatzes

Wenn es kein Rezept, keine universelle Lösung für die existenzielle Angst gibt, warum sollte man sich diesem oft schmerzhaften, zeitweise sogar mit erhöhter Angst verbundenen Prozess aussetzen? Und warum sollten Therapeuten diese Themen zur Bearbeitung fördern?

Zum einen bietet der existenzielle Ansatz ein Erklärungssystem. Dem Therapeuten und Klienten wird ein Bezugsrahmen geliefert, innerhalb dessen er sich bewegen kann. Existenzielle Fragen bleiben nicht im Vakuum des Unausprechlichen, sondern werden durch das Empfinden von Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sprachfähigkeit in einen sicheren Rahmen gesetzt und dies vermittelt sowohl dem Therapeuten als auch seinem Klienten Sicherheit und Kohärenz (vgl. ebd., S. 225 ff.).

Zum anderen zieht allein der Prozess, sich seiner existenziellen Angst zu stellen, das Gefühl von Selbstachtung nach sich, welches im Falle gelingender Bewältigung zum Bewusstsein erhöhter Selbstwirksamkeit führt (vgl. ebd., S. 198 ff.). Lebensentscheidungen, die vor diesem Hintergrund überdacht und getroffen werden, zeichnen sich per se durch Intensität und Tiefe, durch reifliches Nachdenken und Authentizität aus. Das Leben wird so in dem Bereich gelebt, das Heidegger als „authentisches Sein“ beschreibt (vgl. ebd., S. 200).

Mit dieser Art des Lebens wächst der Grad der Zufriedenheit und in dem Bewusstsein befriedigend gelebten Lebens geht der Mensch leichter auf den Tod zu: „Todesangst ist umgekehrt proportional zur Lebensbefriedigung. [...] Ein Empfinden des Erfülltseins, ein Gefühl, dass das Leben gut gelebt wurde, wirkt besänftigend auf den Schrecken des Todes“ (ebd., S. 244).

Paradoxerweise führt die Sensibilisierung für die Todesangst zur Todesdesensibilisierung. Durch genaues Hinschauen, Analysieren, durch die gedankliche Vorwegnahme, das bewusste Vorbereiten und den Kontakt zum Tod wird der Tod objektiviert und es geschieht eine Art der Gewöhnung. Die durch Analyse gewonnene Einsicht und Trennung von Gefühlen der Hilflosigkeit von echter Hilflosigkeit erweist sich als hilfreich. Sie ermöglicht es, einerseits den noch zu verbleibenden Handlungs- und Gestaltungsspielraum realistisch einzuschätzen und zu nutzen, andererseits die mit der menschlichen Situation verbundene Hilflosigkeit zu akzeptieren. Wie Frankl weist Yalom darauf hin, dass selbst bei sehr eingeschränktem Gestaltungsspielraum die Macht verbleibt, seine eigene Haltung gegenüber der Situation zu wählen und so bis zum Schluss sinnhaft zu leben (vgl. ebd., S. 248 ff.).

2.1.4 Kritische Würdigung

Irvin Yalom gibt der existenziellen Angst vor dem Tod einen zentralen Platz in seiner existenziell sensiblen Psychotherapie und legt überzeugend Möglichkeiten dar, sich der existenziellen Angst zu stellen und konstruktiv mit ihr umzugehen. Mut zur Angst wird so zum Katalysator gelungenen Lebens. Yalom bietet überzeugende säkulare Alternativen zur Religion vor allem da, wo es um pathologische Haltungen im zwischenmenschlichen Geschehen geht. Mit der Religion selbst geht er insofern respektvoll um, als er sie als ein

Mittel, wenn auch nicht sein Mittel, beschreibt, welches Hilfe bei existenziellen Ängsten bieten kann. Er gibt jedoch kritisch und zutreffend zu bedenken, dass Glaube nicht als Mittel der Verleugnung missbraucht werden darf, sondern die Begegnung mit der existenziellen Angst voraussetzt: „Gott bietet vielen Entlastung von der Isolation; aber wie Alfred North Whitehead behauptete, ist Isolation eine Voraussetzung für wahrhaft spirituellen Glauben: `Religion ist das, was der Mensch mit seiner eigenen Einsamkeit tut ... und wenn du niemals einsam bist, bist du niemals religiös‘“ (ebd., S. 461).

Richtigerweise weist Yalom darauf hin, dass jeder Therapeut einen ideologischen Bezugsrahmen verwendet, auch wenn er diesen nicht explizit artikuliert. Zutreffend setzt er diesen Bezugsrahmen mit einem Glaubenssystem, in seinem Falle einem säkularen Glaubenssystem gleich und geht offen mit seinen eigenen ideologischen Vorannahmen um (vgl. ebd., S. 225 ff.).

Auch Yaloms Einstellung zur therapeutischen Rolle ist vor dem Hintergrund des Umgangs mit existenzieller Angst positiv zu werten. Der Therapeut kann sich nicht hinter einer distanzierten Rolle verstecken, sondern ist gefragt, in eine authentische Beziehung einzutreten. Diese Beziehung fordert von ihm ein echtes Eingehen auf den Anderen, eine Ich-Du-Beziehung i.S. Bubers und nötigt ihn, Unsicherheit zu ertragen, ohne sich auf vorgegebene Behandlungswege, Leitlinien und Therapiemanuale stützen zu können. Das übergreifende Ziel der Therapie und der Selbstoffenbarung ist die authentische Beziehung. Von hier aus wird auch das Was und Wie der Selbstoffenbarung bestimmt (vgl. ebd., S. 476 f.).

Vor allem sein Mut zur Tiefe und Wahrheit nötigt Respekt ab. Er vermeidet die „Nimis simplicando – die Sünde der fahrlässigen Vereinfachung“ in Bezug auf Angst. Stattdessen wird die existenzielle Angst bewusstgemacht und bearbeitet (vgl. May 1984, S. 16). Er konstatiert: „der Therapeut, der sich dafür entscheidet, dass bestimmte Aspekte der Realität und Wahrheit zu vermeiden sind, befindet sich auf trügerischem Boden“ (ebd., Yalom 2010b, S. 27). Offensichtlich und Fragen aufwerfend ist jedoch die Diskrepanz vom Anspruch der Wahrhaftigkeit und der mutigen Auseinandersetzung mit den letzten Dingen, wenn es um die Sinnlosigkeit geht:

„Dieser therapeutische Ansatz unterscheidet sich deutlich von den therapeutischen Strategien, die ich im Hinblick auf den Umgang mit

den anderen letzten Dingen beschrieben habe. Tod, Freiheit und Isolation müssen direkt aufgegriffen werden. Wenn man aber auf die Sinnlosigkeit trifft, muss der Therapeut den Patienten dabei helfen, von der Frage wegzuschauen: Lösungen für das Engagement zu suchen, statt in das Problem der Sinnlosigkeit einzutauchen und durch es hindurchzuschwimmen“ (ebd., S. 558).

Das befremdet, bezieht er sich doch ausdrücklich auf Viktor Frankl im Abschnitt über die Sinnfrage. Gerade die Sinnfrage aber steht im Zentrum von Frankls Logotherapie und bietet besonders weitreichende Ansätze zum Umgang mit Angst vor Sinnlosigkeit (vgl. ebd., S. 31).

Ähnliches gilt für die Angst vor Freiheit und der Angst vor Isolation. Zwar werden im Zusammenhang mit Freiheit die Themen Verantwortung und Angst vor der Bodenlosigkeit thematisiert. Jedoch fehlt bei der Auseinandersetzung mit ethischer Rechenschaft u.a. eine überzeugende Lösung für die Frage der Schuld. Im Zusammenhang mit der Bedeutung, welche die Angst vor Bodenlosigkeit als sogenannte „Urangst“ für viele Existenzphilosophen spielt, greift der Ansatz Yalom an dieser Stelle etwas kurz. Yalom bleibt jedoch konsequent innerhalb seines Bezugsrahmens beim Umgang mit Angst vor Isolation und bietet durch seine sozial integrierende Sicht des Individuums in Beziehung und Gruppe effektive Hilfe an. Gerade seine humane, zutiefst menschliche und liebevolle Zuwendung zum Gegenüber darf man als seine große Stärke, vielleicht sogar als den wesentlichen Wirkfaktor seiner Therapie bezeichnen. Das Problem des Gefühls völligen, unüberbrückbaren Getrenntseins zur Welt und zum Sein an und für sich wird dadurch jedoch nicht überzeugend gelöst.

2.2 Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl

2.2.1 Zur Person

Viktor E. Frankl (1905 – 1997) war jüdischer Arzt und Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien sowie Präsident der Österreichischen Ärztegesellschaft für Psychotherapie. Er hatte Professuren an den Universitäten Harvard, Stanford, Dallas und Pittsburgh inne und ihm wurden weltweit 29 Ehrendokorate verliehen. Seine rund 30 Bücher wurden in 32 Sprachen übersetzt und seine Vortragsreisen führten ihn durch Europa, nach Amerika, Australien, Asien und Afrika. In der Auseinandersetzung mit Freud (Willen zur Lust) und Adler (Willen zur Macht) entwickelte er die sogenannte Dritte Wiener Schule der Psychotherapie. In das Zentrum seiner Existenzanalyse und Logotherapie stellte den menschlichen Willen zum Sinn.

Seelische Konflikte führte er im Wesentlichen auf unerfüllten oder falsch erfüllten Sinn zurück (vgl. Frankl 2007, Vorwort; Frankl 2008, Vorwort).

Ausführlich widmete er sich den anthropologischen Grundlagen der Psychotherapie und entwickelte Kriterien, wie im Spannungsfeld von professioneller ärztlicher Neutralität und persönlicher Ideologie eine saubere Abgrenzung erfolgen kann. Dabei deckte er engagiert die dehumanisierenden Aspekte psychotherapeutischer Versorgung auf. Vor allem in seinem Werk „Ärztliche Seelsorge“ trat er für eine Rehumanisierung der Medizin und eine Entmythologisierung der Psychotherapie ein. Weitere Grundlagenwerke erschienen unter den Titeln „Der Wille zum Sinn“, „Der leidende Mensch – Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie“, „Der unbewußte Gott – Psychotherapie und Religion“, „Was nicht in meinen Büchern steht – Lebenserinnerung“ und „...trotzdem Ja zum Leben sagen – Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“.

Vor allem durch letztgenannten Titel wurde er nach dem zweiten Weltkrieg auch einem „Nicht-Fachpublikum“ bekannt; das Buch wurde in 26 Sprachen übersetzt und allein in Amerika wurden über neun Millionen Exemplare verkauft (vgl. Frankl 2008, Vorwort).

Frankl erlebte so intensiv wie vielleicht kein anderer Psychiater, was Jaspers unter Grenzsituationen verstand. Seine These, dass der Mensch vor allem nach Sinn strebt, stellte er bereits vor seiner Zeit in den nationalsozialisti-

schen Konzentrationslagern auf, u.a. in der Arbeit mit suizidalen Jugendlichen. Während seiner Lagerzeit verifizierte er sie unter Extrembedingungen und entwickelte sie nach seiner Befreiung zur Logotherapie weiter (vgl. Frankl/Lapide 2020, S. 9 ff.).

Im Rahmen dieser Masterarbeit sind vor allem seine zahlreichen Ausführungen zur Anthropologie, zur ärztlichen und priesterlichen Seelsorge und zur von ihm so genannten „unbewussten Religiosität“ des Menschen relevant. In „Der unbewußte Gott“ werden seine Gedanken hierzu verdeutlicht sowie in dem posthum 2018 erschienenen Buch „Gottsuche und Sinnfrage“, ein Dialog mit Pinchas Lapide und dem Buch „Frankl und Gott – Erkenntnisse und Bekenntnisse eines Psychiaters“ von Elisabeth Lukas.

Im Gegenzug zu Freuds Tiefenpsychologie beschrieb Frankl seinen Ansatz als Höhenpsychologie. Seine Logotherapie wurde in ihrer ursprünglichen Ausrichtung auf die Transzendenz (i.S. eines außenorientierten Verfahrens) v.a. von seiner früheren Schülerin Elisabeth Lukas weitergeführt und von Viktor Frankl „legitimiert“. Dagegen hat sich Frankl ausdrücklich von der durch Alfred Längle vorgenommenen Neuausrichtung der Logotherapie und Existenzanalyse distanziert, die sich von dem charakteristischen Transzendenzbezug abwendet und stattdessen ein innenorientiertes Psychotherapieverfahren an seine Stelle setzt (vgl. Scheerer 2014, S. 153 ff., 244 ff.). Frankl steht für eine Re-Humanisierung der Psychotherapie in einer Zeit, in der durch eine mechanistische und biologistische Sicht des Menschen die Gefahr der Objektivierung des Menschen bestand. Als Motivation für die Ausarbeitung der Logotherapie gab er an:

„... das Erbarmen mit den Opfern des zeitgenössischen Zynismus, wie er sich in der Psychotherapie breitmacht. ... Wenn die Leute vor einem sitzen, die nicht nur psychisch Leidende sind, sondern durch die Psychotherapie Geschädigte, dann greift es einem ans Herz. Tatsächlich ist der Kampf gegen die depersonalisierenden und dehumanisierenden Tendenzen, die vom Psychologismus in der Psychotherapie ausgehen, ein roter Faden, der sich durch meine ganzen Arbeiten hindurchzieht“ (Frankl 2014, S. 46).

Frankl, dessen existenzieller Ansatz im Folgenden genauer untersucht wird, legte eine entscheidend andere Anthropologie als Yalom zugrunde. Anders als Yalom gehörte er zu den „Vettern vom Lande“, den existenziellen Analytikern aus Europa. Yalom sinniert, dass die europäische Tradition stärker als

die amerikanische Denkart die Begrenztheit des Lebens und die tragischen Dimensionen der Existenz betont und dass dies womöglich daher rührt, dass die Europäer vertrauter sind mit Krieg, Tod und einer ungewissen Existenz (vgl. Yalom 2010, S. 30 ff.).

Tatsächlich erlebte Frankl existenzielle Fragen in einer Dimension, die nur wenige Menschen überhaupt nachvollziehen können und die noch weniger selbst erlebt haben. Aufgrund seiner persönlichen Biografie konnte er nicht wegschauen von der Sinnlosigkeit, wie Yalom empfiehlt, sondern sah sich gezwungen, durch sie „hindurchzuschwimmen“. Gerade die Sinnfrage wurde zum zentralen Thema seiner existenziellen Therapie.

2.2.2 Psychotherapeutischer Ansatz

2.2.2.1 Grundlagen und Definitionen

Viktor E. Frankl definierte die Aufgabe der Logotherapie so: „Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn, nach dem Logos, und dem Menschen Beistand zu leisten in der Sinnfindung ist *eine* Aufgabe der *Psycho*-therapie – ist *die* Aufgabe einer *Logotherapie*“ (Frankl 2016, S. 9 f.).

„Logos“ bedeutet im Rahmen der Logotherapie zum einen „Sinn“, aber auch „das Geistige, in welche ihn auszeichnende Dimension hinein die Logotherapie dem Menschen, auch dem Kranken, nachgeht“ (Frankl 2018, S. 25).

Um Logotherapie und deren methodischen Ansatz verstehen zu können, ist es notwendig, sich zunächst mit Frankls Gedanken zur Anthropologie und zur Dimensionalontologie vertraut zu machen. Darauf aufbauend werden die vier von Yalom eingeführten existenziellen Gegebenheiten „Tod“, „Freiheit“, „Isolation“ sowie „Sinn“ unter dem Blickwinkel der Logotherapie betrachtet.

2.2.2.1.1 Anthropologie

Wie Yalom war Frankl als Psychoanalytiker ausgebildet und mit den psychologischen Konzepten seiner Zeit bestens vertraut. Wie Yalom nahm er starke Anleihen aus der Philosophie. Anders als Yalom grenzte sich Frankl jedoch deutlich von einem zweidimensionalen Menschenbild ohne Transzendenzbezug ab. Frankl war entschiedener Gegner reduktionistischer Anthropologie. Ausführlich und vehement wendete er sich gegen die Versachlichung des Menschen in Psychologismus, Biologismus und Soziologismus. Sei es die

Trieblehre des Analytikers, welche die menschliche Freiheit und Würde verneint, sei es die behavioristische Schule mit ihrem reduzierten Blick auf Ursache und Wirkung, sei es die Ablehnung persönlicher Verantwortung durch den Verweis auf soziologische Umstände, in jedem dieser Fälle geht es laut Frankl um eine Reduktion und Versachlichung des Menschen (vgl. Frankl 2016, S. 48 ff.).

„Aber die menschliche Person hat ihre Waffen und setzt sich zur Wehr gegen den Versuch einer vollendeten Versachlichung, Verdinglichung, Objektivierung, sowie gegen die Entwertung, die ihr damit widerführe, – gegen die Entwürdigung des Menschen. Und diese Waffe ist die Scham“ (ebd., S. 50)

Zehn Thesen über die Person

Frankl stellte zehn Thesen über die Person auf, die man kurzgefasst so darstellen kann:

- Die Person in-dividuum, sie ist unteilbar. Damit ist sie eine Einheit.
- Die Person in-summabile, sie ist nicht verschmelzbar.
Damit ist sie eine Ganzheit.
- Jede Person ist ein absolutes Novum. Ihr Geist wird neu ins Sein gesetzt.
- Die Person ist geistig. Sie drückt sich aus über ihren Organismus.
Der Organismus hat Nutzwert, die Person hat Würde.
- Die Person ist existenziell. Sie ist nicht faktisch, sondern fakultativ, d.h. sie existiert als je eigene Möglichkeit, ihr Sein entsteht also durch Entscheidung.
- Die Person ist ichhaft, nicht eshaft. In ihrem Ursprung, im Grunde, ist der Geist unreflektiert und somit unbewusster, reiner Vollzug. Zu dieser unbewussten Geistigkeit gehört die unbewusste Religiosität.
- Die Person ist nicht nur Einheit und Ganzheit, sondern stiftet sie auch in ihren leiblich-seelisch-geistigen Einheit und Ganzheit. Diese stellt das Wesen „Mensch“ dar.
- Die Person ist dynamisch.
- Die Person hat Welt und Umwelt, sowie Über-Welt.
- Die Person begreift sich selbst nur von der Transzendenz her.
(vgl. ebd., S. 87 ff.)

Vor allem aber ist für Frankl wie für Karls Jaspers der Mensch ein „Wesen, das immer – entscheidet“ (vgl. ebd., S. 73).

Diese Eigenart und Fähigkeit des Menschen ist für die Logotherapie grundlegend und therapeutisch richtungweisend.

Der Mensch auf der Suche nach Sinn

Frankl sah den Menschen als ein Wesen „das letztlich und eigentlich auf der Suche nach Sinn ist:

„Der Mensch ist immer schon ausgerichtet und hingeordnet auf etwas, das nicht wieder er selbst ist, sei es eben ein Sinn, den er erfüllt, oder anderes menschliches Sein, dem er begegnet. So oder so: Menschsein weist immer schon über sich selbst hinaus, und die Transzendenz ihrer selbst ist die Essenz menschlicher Existenz“ (Frankl 2018, S. 9).

In Blick auf die Ansätze von Freud und Adler führte er aus:

„Der Mensch ist eigentlich (und wenn er es nicht mehr ist, so war er es zumindest ursprünglich) darauf aus, Sinn zu erfüllen und Wert zu verwirklichen; der Wille zur Lust (das Lustprinzip der Psychoanalyse) und der Wille zur Macht (das Geltungsstreben der Individualpsychologie) sind sekundäre, defiziente Modi des normalen und primären menschlichen Strebens nach Sinnerfüllung und Wertverwirklichung“ (ebd., S. 28).

Wird der Sinn frustriert, nicht gefunden oder nicht gelebt, gerät der Mensch in ein „existenzielles Vakuum“, phänomenologisch häufig als Langeweile oder Ziellosigkeit wahrgenommen“ (vgl. ebd., S. 24).

„Homo patiens“

Psychotherapie soll ihrem Wesen nach dem leidenden Menschen helfen.

Viele therapeutische Bemühungen zielen darauf ab, den Menschen glücklich, genussfähig oder auch produktiv, schöpferisch und arbeitsfähig zu machen.

Frankl ging einen Schritt weiter und wies der Psychotherapie zugleich die Aufgabe zu, den Menschen (in einem bestimmten Sinn) leidensfähig zu machen. Für ihn ist der Mensch auch ein „homo patiens“ (leidender Mensch). Leiden, welches nicht aufgelöst werden kann, kann sich jedoch mit Sinn begaben lassen und wird so zu einer Leistung (vgl. Frankl 2016, S. 105).

Dieser Ansatz wird im Hinblick auf existenzielle Angst relevant vor allem dann, wenn konventionelle Coping-Strategien aufgrund nicht änderbarer Rahmenbedingungen oder aufgrund der menschlichen Begrenztheit versagen.

„Homo religiosus“

Frankl befasste sich ausführlich mit der Spiritualität des Menschen. Er bezeichnete den Menschen u.a. als „homo religiosus“. Dieser Bereich des menschlichen Seins ist mit Mitteln der Psychologie und der Sprache nicht zu erreichen, gleichwohl hat sich die Psychologie dieser menschlichen Dimension bewusst zu sein:

„Schließen kann nur der Verstand. Der Verstand aber und seine Schlüsse müssen versagen gegenüber allem Außerweltlichen. Aber sie versagen nicht nur gegenüber dem Metaphysischen, sondern sie versagen auch gegenüber dem Mikrophysischen. Ist es doch bekannt, daß die Kategorien, mit denen wir im Alltag hantieren, innerhalb des Atomaren, im Bereich der Kernphysik, uns im Stich lassen. Der Verstand gilt eben nur sozusagen in einem Mittelbereich“
(ebd., S. 53 f.).

Frankl sprach von der negativen Teleologie. Er ging davon aus, dass der Mensch kein eindimensionales Wesen ist, sondern aus einer „anderen Dimension“ in die weltliche Ebene hineinprojiziert ist. Psychotherapie behandelt im Rahmen der Eindimensionalität, muss sich aber nach Frankl bewusst bleiben, dass diese Eindimensionalität fiktiv ist und dass zum menschlichen Sein auch eine andere Dimension gehört.

Diese andere Dimension entzieht sich – ebenso wie „Gott“ – dem menschlich Fassbaren, erst recht der menschlichen Versprachlichung und damit folgerichtig der psychotherapeutischen Behandlung (vgl. Frankl 2018, S. 15).

2.2.2.1.2 Transzendenz und Dimensionalontologie

Nicht nur seine Sicht des Menschen wich von der seiner Kollegen Freud und Adler (und Yalom) ab, sondern auch seine Sicht der Welt und der Verortung des Menschen in der Welt.

Vor allem seine beiden letzten Thesen über die Person weisen darauf hin, dass Frankls Weltanschauung nicht mit einem rein szientistischen, in sich geschlossenen Weltbild übereinstimmt.

Frankl benannte zwei Gesetze der Dimensionalontologie:

„Ein und dasselbe Ding, aus einer Dimension heraus in verschiedene Dimensionen hineinprojiziert, die niedriger sind als seine eigene, bildet sich auf eine Art und Weise ab, daß die Abbildungen einander widersprechen“ (ebd. S. 116 ff.).

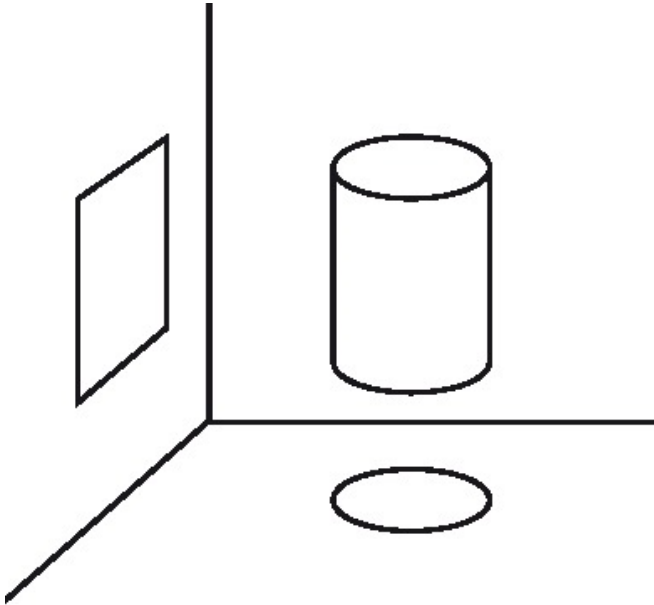


Abbildung 2: Das erste Gesetz der Dimensionalontologie (Frankl 2016, S. 116)

„Verschiedene Dinge [...], aus ihrer Dimension heraus [...] in ein und dieselbe Dimension hinein projiziert, die niedriger ist als ihre eigene, bilden sich auf eine Art und Weise ab, daß die Abbildungen [...] mehrdeutig sind“ (ebd., S. 116 ff.).

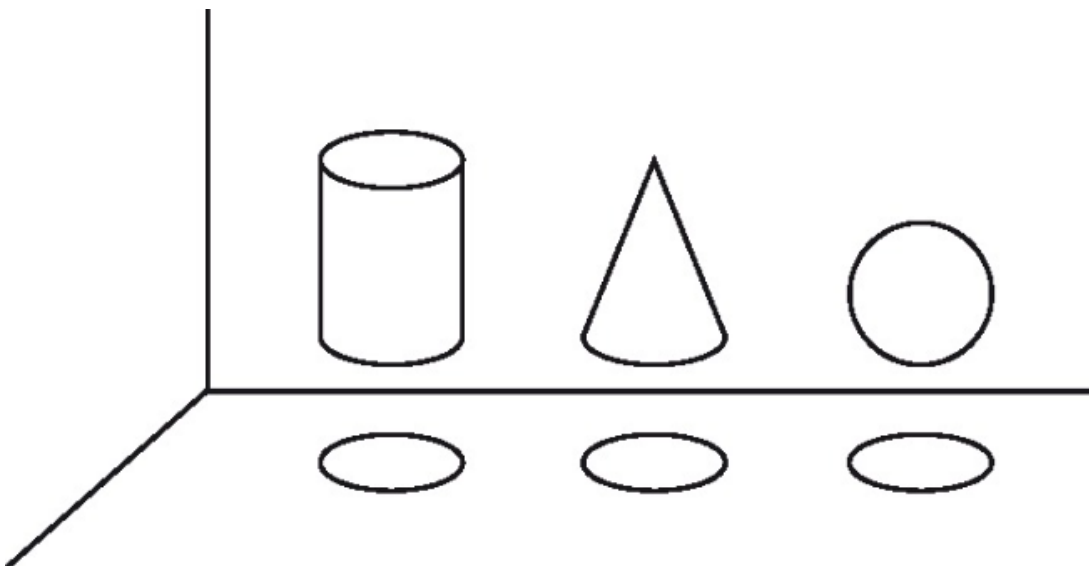


Abbildung 3: Das zweite Gesetz der Dimensionalontologie (ebd., S. 116)

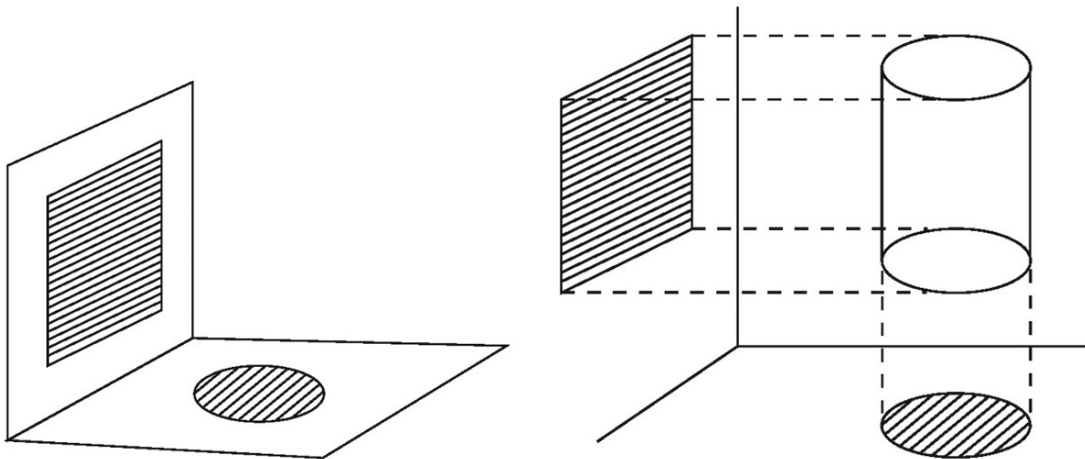


Abbildung 4: Projektionen Figure 1 und 4 (ebd., S. 196 f.)

„Aber der Psychologismus ist dadurch gekennzeichnet, daß er die geistigen Phänomene aus ihrem geistigen „Raum“ hinabprojiziert in die Ebene des bloß Psychologischen. In solcher Projektion jedoch werden sie vieldeutig“ (ebd., S. 83), denn das verbindende Band, die Sinnhaftigkeit fehlt in der eindimensionalen Betrachtung. Erkennbar sind allein die Kurvenschnittpunkte auf der Achse.

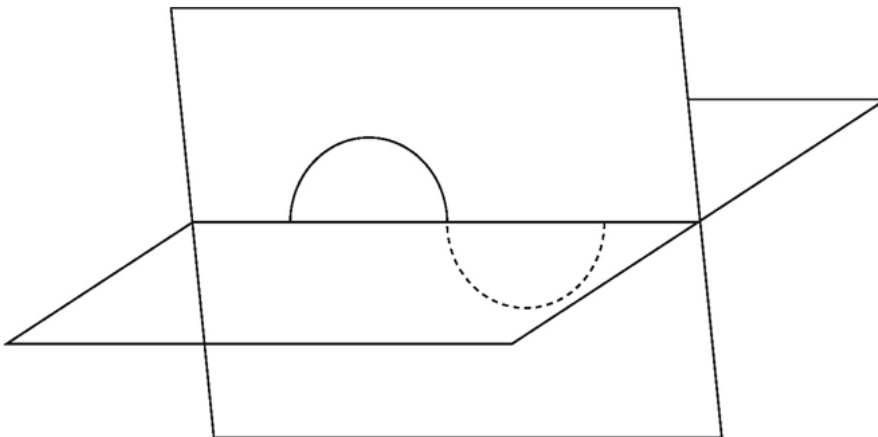


Abbildung 5: Kurvenschnittpunkt (ebd., S. 135)

Eng verwandt mit der Sinnhaftigkeit ist die Theodizee-Frage. Vor dem Hintergrund des erlebten Holocaust setzte Frankl sich mit dieser Frage auseinander und dachte sie unter Rückgriff auf die zuvor genannten Gedanken zu Dimension und Projektion durch. In der Theodizee-Frage sah Frankl eine menschliche Anmaßung, eine unzulässige Projektion der eigenen Figur auf eine jenseitige Dimension, die nicht funktionieren kann, da anthropomorph.

„Die einzige dem Menschen angemessene Haltung angesichts der Problematik ... der Theodizee ist die Einstellung des Hiob: der sich vor dem Geheimnis beugte – und, darüber hinaus, die Haltung des Sokrates, der zwar zu wissen vorgab, aber nur: dass er nichts weiß“ (Frankl, zitiert nach Lukas 2019, S. 110).

Die Vorstellung von Transzendenz ist grundlegend zum Verständnis von Frankls Logotherapie. Ausdrücklich postuliert er als Psychiater kein religiöses Transzendenzverständnis, kein metaphysisch begründetes Äußeres, sondern er lässt die Deutung der Transzendenz in seiner Eigenschaft als Therapeut offen. Nicht offen dagegen lässt er die anthropologische Betonung, dass der Mensch auf Transzendenz ausgerichtet ist: „Und diesen transzendenten Wesenszug des Wesens Mensch hat eben die Anthropologie ... mitzuvollziehen. So hat sie es sich zu versagen, den Menschen vom Menschen her restlos verstehen zu wollen“ (ebd., S. 40).

2.2.2.1.3 Methoden der Logotherapie

Frankls Logotherapie beruht auf einem bis ins Detail ausgearbeiteten anthropologischen und ontologischen Fundament. Die akribische Genauigkeit beim Definieren von Welt und Überwelt, Mensch, Selbst und Sein bietet ein so stabiles Fundament, dass die Logotherapie mit wenigen Methoden auskommt. Es war vor allem Frankls Anliegen, Bildkorrekturen vorzunehmen, also eine neue Sicht der Dinge durch seine Patienten zu ermöglichen (vgl. Lukas/Schönfeld 2016, S. 8 ff.). Methodisch geschieht die Logotherapie v.a. über Selbstdistanzierung durch paradoxe Intention, Dereflexion und Einstellungsmodulation. Sprachlich nutzte Frankl häufig den Sokratischen Dialog, um die o.g. Bildkorrekturen zu initiieren (vgl. Frankl 2016, S. 147 ff.).

Selbstdistanzierung durch Paradoxe Intention

Die paradoxe Intention zielt auf die Unterbrechung sekundärer Zirkel-, bzw. Feedback-Mechanismen. Von Frankl ursprünglich nicht lerntheoretisch begründet, hat die paradoxe Intention Parallelen zur verhaltenstherapeutischen Unterbrechung von Reiz-Reaktionsketten, zu Re-Framing durch sokratischen Dialog oder durch Flooding und Implosive Therapy, außerdem zur Symptomverschreibung und zur Token-Methode (vgl. ebd., S. 147 ff., 215).

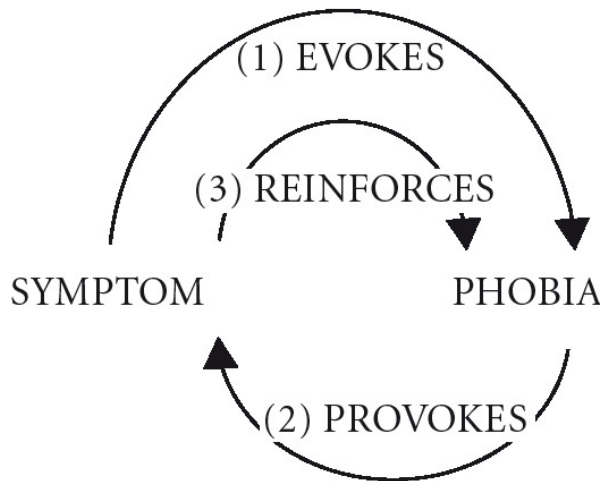


Abbildung 6: Spirale der Angst (ebd., S. 198)

Die paradoxe Intention versucht, das befürchtete Ergebnis gezielt herzustellen und nimmt der Erwartungsangst so ihren „Wind aus den Segeln“ (vgl. ebd., S. 154 ff., 198).

„Die paradoxe Intention bedarf dessen, was wir als die Trotzmacht des Geistes bezeichnen. Sie gilt es aber nicht nur in *heroischem*, sondern auch in *ironischem* Sinne aufzurufen“ (Frankl 2007, S. 245).

Frankl empfahl, an dieser Stelle so humoristisch wie möglich zu agieren. Denn Humor ist ein starkes Mittel der Selbstdistanzierung. Für die Anwendung der paradoxen Intention bedarf es des „Mutes zur Lächerlichkeit“ (vgl. ebd., S. 245 ff.).

Dereflexion

Die Methode der Dereflexion findet überall dort Anwendung, wo der Mensch zu Hyperreflexion (Zuviel an Selbstbeobachtung) oder zu Hyperintention (Zuviel an Absicht) neigt. Zuviel an Selbstbeobachtung führt zu Verkrampftheit, zuviel an Absicht führt zur Gehemmtheit (vgl. Frankl 2018, S. 44 ff.)

Es braucht die zentrifugalen Kräfte der Dereflexion, um diesen Kreislauf zu durchbrechen. Indem der Betroffene von sich wegsieht, hin zu einem anderen i.S. von Transzendenz, verringert er die Hyperreflexion. Frankls Hauptwerk „Trotzdem Ja zum Leben sagen“ beschreibt mit vielen Beispielen diesen Umgang mit existenzieller Angst. Diese zeigen auf, wie im Angesicht von Tod und Todesangst Menschen einen Einstellungswert zum Leben verwirklichen, indem sie sich zum andern hinwandten, und so ihr Leid und ihre Angst über sich hinaustranszendierten. Aufgrund der starken Betonung in

Frankls Anthropologie auf das menschliche Angelegtsein auf Transzendenz hin ist die Dereflexion weit mehr als ein methodischer Kniff, sondern Dreh- und Angelpunkt seiner Logotherapie.

Einstellungsmodulation

Auch die Einstellungsmodulation bringt die philosophische Grundlage der Logotherapie auf die praktische Ebene. Frankl sprach von der Trichotomie der Werte und benannte drei Wertkategorien:

- Schöpferische Werte
- Erlebniswerte
- Einstellungswerte (vgl. Frankl 2016, S. 28 ff.)

Er nannte drei Wege zur Sinnfindung, bzw. -erfüllung:

„Zunächst einmal sieht er [der Mensch] einen Sinn darin, etwas zu tun oder zu schaffen. Darüber hinaus sieht er einen Sinn darin, etwas zu erleben, jemanden zu lieben; aber auch noch in einer hoffnungslosen Situation, der er hilflos gegenübersteht, sieht er unter Umständen einen Sinn. Worauf es ankommt, ist die Haltung und Einstellung, mit der er einem unvermeidlichen und unabänderlichen Schicksal begegnet“ (ebd., S. 27).

Innerhalb dieser Trichotomie gibt es eine Wertehierarchie, welche durch die Dissertation von Elisabeth Lukas „Logotherapie als Persönlichkeitstheorie“ belegt wurde. Demnach stehen die Einstellungswerte über den schöpferischen Werten und den Erlebniswerten (vgl. ebd., S. 28 ff.).

Diese Hierarchie ist grundlegend für den Umgang mit existenzieller Angst und leitendes therapeutisches Prinzip der Logotherapie.

2.2.2.2 Therapeutisches Selbstverständnis

Frankl setzte sich intensiv für eine Re-Humanisierung und ärztliche Mitmenschlichkeit ein, die ihn bis zu dem Gedanken der ärztlichen Seelsorge führte:

„Der Arzt aber wird sich immer wieder zurückreißen müssen in jene menschliche Haltung, von der her er auch das Menschliche am Objekt, den Menschen als Menschen sieht; aber um dies zu können, wird er sich jeweils nur zu fragen brauchen: Was würde ich an Stelle dieses Menschen tun? Damit hat er sich schon in die Existenz des anderen versetzt. Diese Umstellung führt ihn allerdings über die schlechthin ärztliche, etwa über die chirurgische Zielsetzung weit hinaus. Sie bedeutet die Wendung von der nur-ärztlichen Sorge zur ärztlichen Seelsorge“ (ebd., S. 51).

2.2.2.3 Existenzielle Gegebenheiten

2.2.2.3.1 Der Tod als existenzielle Gegebenheit

Wie Yalom akzeptierte Frankl, dass der Tod das Ende sowohl des physischen als auch des psychischen Ichs markiert:

„Im Tode ist alles immobil geworden, nichts ist disponibel; dem Menschen steht nichts mehr zur Verfügung – kein Leib und keine Seele mehr ist ihm da verfügbar: es kommt zum totalen Verlust des psychophysischen Ich. Was bleibt, ist nur noch das Selbst, das geistige Selbst. Der Mensch hat also nach dem Tode kein Ich mehr – er `hat` überhaupt nichts mehr, er `ist` nur mehr: eben sein Selbst“ (ebd., S. 46).

Anders als Yalom betonte Frankl, dass die geistige Dimension auch nach dem Tod verbleibt. Dieses geistige Selbst ist das Sein, welches in der Zeitspanne des psychophysischen Lebens, eben diese Psyche und Physe „hat“, sich mit dem Tod jedoch von „Sein und Haben“ zum reinen Sein verändert. Frankl nutzte wie Yalom die Endlichkeit des Lebens für die Motivation zur sinnvollen Gestaltung des Hier und Jetzt:

„In mancherlei Hinsicht macht der Tod das Leben überhaupt erst sinnvoll. Vor allem aber kann die Vergänglichkeit des Daseins dessen Sinn aus dem einfachen Grunde nicht Abbruch tun, weil in der Vergangenheit nichts unwiederbringlich verloren, vielmehr alles unverlierbar geborgen ist. Im Vergangensein ist es also vor der Vergänglichkeit sogar bewahrt und gerettet. Was immer wir getan und geschaffen, was immer wir erlebt und erfahren haben – wir haben es ins Vergangensein hineingerettet und nichts und niemand kann es jemals aus der Welt schaffen“ (Frankl 2014, S. 9).

Tatsächlich ging Frankl sogar einen Schritt weiter als Yalom und verlieh dem Tod eine zweite positive Konnotation: Der Tod als Schutzfaktor verwirklichten Lebens. Bekannt ist seine Metapher vom Stoppelfeld der Vergänglichkeit, auf das unser Blick oft gerichtet ist, dem gegenüber stellt er die Scheunen der Vergangenheit, in welche das Leben gesammelt und eingefahren wurde. Der Tod gewinnt in dieser Metapher die Bedeutung des Scheunentors, durch dessen Schließung das Getreide (das gelebte Leben) geschützt und geborgen ist.

Wie Yalom wies Frankl der verdrängten Todesangst einen Platz bei der Entstehung unterschiedlicher Angststörungen zu:

„Die existenzielle Angst verdichtet sich zur hypochondrischen Phobie, in dem die ursprüngliche Todesangst (= Gewissensangst) sich auf eine bestimmte [...] Krankheit konzentriert. [...] Die Kondensation der existenziellen Angst, der Angst vor dem Tod und zugleich vor dem Leben als Ganzem, tritt uns im neurotischen Geschehen immer wieder entgegen. Die ursprünglich totale Angst sucht anscheinend nach einem konkreten Inhalt, einem gegenständlichen Stellvertreter von `Tod´ oder `Leben´, einem Repräsentanten der `Grenzsituationen´ (Jaspers), einer symbolischen Repräsentation (E. Straus)“ (Frankl 2007, S. 221 f.).

Der Versuch, Angst in Furcht zu verwandeln, kann sich ausdrücken in jeder bekannten Phobie und Zwangsstörung (vgl. ebd., S. 221 ff.).

2.2.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit

„Die Verantwortung als tiefster Grund menschlichen Seins wird angesichts der Vergänglichkeit alles Seins keineswegs in ihrer letzten Sinnbedeutung zunichte, im Gegenteil, das Verantwortlichsein des Menschen, als der Sinn seines Daseins, ist in der Vergänglichkeit sogar fundiert. Fundiert nämlich, wie wir gesehen haben, in jenem `Aktivismus der Zukunft´, der sich uns aus dem `Optimismus der Vergangenheit´ ergab: aus dem Wissen um das Sein des Vergangenen“ (Frankl 2016, S. 48).

Anders ausgedrückt: Das Wissen um die z.T. bereits gefüllten Scheunen der eigenen Vergangenheit motiviert und verpflichtet für sinnvolle Entscheidungen in der Zukunft. Frankl nahm in fast jeder seiner Veröffentlichungen Stellung zu den Grenzfällen menschlicher Freiheit. Dazu gehört z.B. unheilbare schwere Krankheit, aber auch kollektiver Druck. Seine Ansichten zur Freiheit als existenzielle Gegebenheit müssen vor dem Hintergrund seiner Biografie eingeordnet werden und wurden während seiner Zeit in Konzentrationslagern durch ihn verifiziert. Sei es der Lagerhäftling, der sich zu seinem bevorstehenden Tod in der Gaskammer so oder anders innerlich einstellte oder der Wachtposten, der sich „anständig“ zu Häftlingen verhielt:

„Das Leben im Konzentrationslager ließ zweifelsohne einen Abgrund in die äußersten Tiefen des Menschen aufbrechen. Soll es uns da wundern, daß in diesen Tiefen auch wieder nur das Menschliche sichtbar wird? [...] Wir haben den Menschen kennengelernt wie vielleicht bisher noch keine Generation. Was also ist der Mensch? Er ist das Wesen, das immer *entscheidet*, was es ist. Er ist das Wesen, das die Gaskammern erfunden hat; aber zugleich ist er auch das Wesen, das in die

Gaskammern gegangen ist aufrecht und ein Gebet auf den Lippen“ (Frankl 2008, S. 139).

Die Zielgruppe, an die sich Frankl häufig richtete, sind die Menschen, die sich in einer Opferrolle erleben, die von schwerer Krankheit, Gefangenschaft oder Hoffnungslosigkeit aufgrund unabänderlicher äußerer Rahmenbedingungen vieler Möglichkeiten beraubt sind. Frankl verneinte nicht, dass der Mensch sich in Bedingungen und Begrenzungen befindet, die Freiheit, die er meinte, ist keine absolute unbegrenzte Freiheit, sondern es ist die Freiheit zur Wahl seiner Einstellung zu seinen Bedingungen: „Denn der Mensch ist nicht frei von Bedingungen. Er ist überhaupt nicht frei von etwas, sondern frei zu etwas. Er ist nämlich frei zu einer Stellungnahme dazu, so oder so zu den Bedingungen Stellung zu nehmen, und dafür, wie er zu ihnen Stellung nimmt, ist er nicht nur frei, sondern auch verantwortlich“ (Frankl 2016, S. 114).

Ausdrücklich wies Frankl darauf hin, dass diese Freiheit zur Einstellungsmodulation in der Therapie als Möglichkeit und nicht als Anspruch zu kommunizieren ist. „Man kann und muß diese Möglichkeit auch in äußerster Behutsamkeit aufzeigen. Aber verlangen darf man den Heroismus solcher Selbstverwirklichung in Grenzsituationen nur von einem, und das ist – man selbst“ (Frankl 2014, S. 59).

Nicht nur der einzelne Mensch, sondern die Menschheit als Ganzes hat die Freiheit zur Gestaltung ihrer Existenz. Innerhalb dieser Bewegung im Kollektiv bleibt laut Frankl immer aber die individuelle Freiheit und damit die individuelle Verantwortung bestehen.

„Auch der Soziologismus (er und natürlich nicht etwa die Soziologie als solche) läßt es zu, daß der Mensch, statt sich zu verantworten, sich entschuldige, und zwar unter Berufung [...] auf die Mitwelt – auf das Kollektiv. [...] Aber es gibt keine kollektive Entschuldigung. Immer hat der Mensch einen gewissen freien Spielraum, auch den Bindungen und Einflüssen seitens eines Kollektivs gegenüber. Er kann sich von ihnen beeinflussen lassen, aber er muß es keineswegs. Immer kann er auch anders. Und wenn er es nicht zu können glaubt oder vorgibt, wenn er anscheinend keine Freiheit mehr hat, dann hat er sich seiner Freiheit – eben freiwillig – begeben“ (Frankl 2016, S. 48 f.).

Sehr weitsichtig und zutreffend wies Frankl darauf hin, dass der vermeintliche Wegfall allgemeingültiger Werte nicht notwendig bleibend zu einem

Wertevakuum führt, sondern dass ein neues Verantwortungsgefühl entstehen wird, angekündigt von einer Springflut von Protesten (vgl. Frankl 2018, S. 17).

2.2.2.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit

Wie Yalom betonte Frankl, dass Isolation durch eine Hinwendung zum Nächsten begegnet werden kann, ging aber über die Ebene des rein Mitmenschlichen hinaus. Auch auf dieser mitmenschlichen Ebene ist der Mensch in grundsätzlicher Isolation, spätestens im Tod. Der wesentliche Unterschied zwischen diesen beiden existenziellen Psychotherapeuten besteht jedoch in der zugrundeliegenden Anthropologie und Frankls Verständnis der Dimensionalontologie. Frankls Bild vom Menschen als einem Homo religiosus – und sei es auch ein unbewusster Homo religiosus in dem Sinne, dass ihm seine Spiritualität selbst gar nicht bewusst ist – hält den Menschen in einem Bezugs- und Beziehungsrahmen zur Transzendenz. Das eigentliche Sein des Menschen besteht wie oben ausgeführt über den Tod hinaus in der Geistigkeit des Menschen (vgl. Frankl 2016, S. 46).

„Die Dimension, in die der religiöse Mensch vorstößt, ist also eine höhere, umfassendere als die Dimension, in der sich so etwas wie Psychotherapie abspielt. Der Durchbruch in die höhere Dimension geschieht aber nicht in einem Wissen, sondern im Glauben“ (Frankl 2014, S. 61).

Zwar ist das primäre Ziel der Religion nicht die seelische Heilung, sondern das Seelenheil. Dennoch kann die Religion psychotherapeutisch wirksam werden, „indem sie dem Menschen eine Geborgenheit und eine Verankerung sondergleichen ermöglicht, die er nirgendwo anders fände, die Geborgenheit und die Verankerung in der Transzendenz, im Absoluten“ (ebd., S. 60 f.).

Ebenso wenig ist das Ziel der Logotherapie das Seelenheil, sondern die seelische Heilung. Damit bewegt sie sich innerhalb der Immanenz – auf der mitmenschlichen Ebene:

„Sollen jedoch Werte, soll ein Sinn gefunden werden, der für alle gilt, dann muß die Menschheit, nachdem sie vor Tausenden von Jahren den Monotheismus hervorbrachte, den Glauben an den einen Gott, nunmehr einen weiteren Schritt folgen lassen, nämlich das Wissen um die eine Menschheit. Mehr denn je brauchen wir heute einen Monanthropismus“ (Frankl 2018, S. 51).

2.2.2.3.4 Sinn als existenzielle Gegebenheit

Die Sinnthematik war für Frankl das Zentrum seiner Anthropologie und Logotherapie.

„Die Logotherapie versteht sich als eine sinnzentrierte Psychotherapie. Und tatsächlich besteht ihr motivationstheoretischer Ansatz darin, daß sie den Menschen im Grunde für ein Wesen hält, das sich auf der ständigen Suche nach Sinn befindet. [...] Die Frage [...] lautet: Wie ist es möglich, trotz all dieser tragischen Aspekte menschlicher Existenz [tragische Trias aus Leid, Schuld und Tod] – *trotzdem* Ja zum Leben zu sagen? [...] Kann das Leben trotz all seiner negativen Aspekte einen Sinn haben – den Sinn unter allen Bedingungen und Umständen *behalten*“ (ebd., S. 51)?

Der Freiheitscharakter des Lebens bedingt auch Verantwortlichkeit. Frankl führte aus, dass das Leben zu jedem Zeitpunkt einen Aufgabencharakter hat. Jede Situation kann durch die Verwirklichung der o.g. Werte (schöpferische Werte, Erlebniswerte und Einstellungswerte) individuell gestaltet werden und wird somit verantwortet und sinnvoll gefüllt. Das bedeutet im Umkehrschluss, dass jeder einzelne Augenblick auch einen je eigenen Sinn hat (vgl. Frankl 2016, S. 52).

Frankl vertrat eine Kombination von Sinnobjektivismus und Sinnkonstruktivismus. Im Gegensatz zu Yalom hielt er das Leben an und für sich nicht grundsätzlich für absurd, sondern für sinnvoll: „Damit [mit dem Aufgabencharakter des Lebens] ist aber auch erwiesen, daß unser Dasein, unser aller Dasein und es in jedem einzelnen Augenblick, einen immer anderen, immer sich wandelnden, aber immer irgendeinen Sinn hat“ (ebd., S. 53).

Für den bewusst religiösen Menschen jedoch räumte Frankl ein: „Nun gibt es, wie sich immer wieder zeigt, auch Menschen, die ihr Dasein nicht einfach als Aufgabe erleben, sondern als einen Auftrag. Als einen Auftrag, der ihnen von Gott gegeben ist. Mit andern Worten, sie erleben den Auftraggeber hinzu. Es sind dies die religiösen Menschen“ (ebd., S. 53).

Ausdrücklich wandte er sich gegen den Nihilismus: „An die Stelle der nihilistischen Sinnleugnung muß der Versuch einer Sinndeutung treten. Sinndeutung ist aber nicht identisch mit Sinngebung: der Mensch, der den Sinn des Seins zu deuten versucht, sucht nicht dem Sein irgendeinen Sinn willkürlich zu geben, sondern `den` Sinn zu finden“ (Frankl 2018, S. 199).

In diesem Sinne geht es für den Menschen nicht darum, die Sinnlosigkeit des Daseins zu akzeptieren, sondern es geht darum, die menschliche Begrenztheit, diesen Sinn gedanklich zu erfassen, zu akzeptieren (vgl. Frankl/Lapide 2020, S. 124).

Für Frankl implizierte der „kosmische Sinn“, anders als für Yalom, nicht notwendigerweise einen magischen oder spirituellen Sinngeber, sondern es ist das Leben selbst, welches den Menschen befragt. Dieser hat dann – ganz im Sinne eines irdischen Sinnkonstruktivismus – den jeweiligen Augenblick mit Sinn zu füllen. Allerdings ist die Frage nach dem Lebenssinn nur konkret zu stellen, bzw. zu beantworten. Da das Leben des Menschen gleichzeitig sowohl faktisch als auch fakultativ ist, beschrieb Frankl als den Sinn des Lebens, das Leben zu gestalten, bzw. zu verantworten und somit das Potenzielle zum Faktischen zu machen. Damit ergibt sich folgerichtig, dass Sinn nur jeweils individuell und konkret (zur jeweiligen Person und zur Situation) sein kann. Möchte man dagegen den Sinn im Ganzen, bzw. im Absoluten finden, so ist dies nicht möglich. Die Sinnfrage scheitert, sobald sie auf das Ganze zielt, denn der Sinn des Ganzen ist in einer Dimension, die über unser Fassungsvermögen hinausgeht und somit nicht fassbar oder beschreibbar ist. Vorhanden ist er dennoch und Frankl bezeichnete ihn als den „Übersinn“. Umgekehrt scheitert die Sinnfrage, sobald sie auf den Grund zielt, weil der Grund keinen Sinn mehr hat, sondern der Grund ist Sinn (vgl. Frankl 2018, S. 199 ff.).

Frankl setzte sich intensiv damit auseinander, wie immanenter Sinn und Transzendenz zueinander in Beziehung stehen. Er unterschied dabei zwischen drei Sinnkategorien, von denen v.a. die erste Gegenstand psychotherapeutischer Hilfe sein kann: „dem Sinn im Leben, bzw. einer bestimmten Lebenssituation, dem Sinn des Lebens und dem Sinn des Weltganzen“ (Frankl/Lapide 2020, S. 40).

Sogar die Grenzfälle des Lebens, Krankheit und großes Leid haben nach Frankl Sinn. Er bearbeitete die Pathologizierungs-Frage indem er den „homo patiens“ als denjenigen zeichnet, der selbst das Leiden mit Sinn begaben kann – durch die Art und Weise nämlich wie er das Leiden trägt. Frankls Dimensionalontologie bedeutet, dass der Mensch aus seiner Ebene heraus weder den Übersinn erkennen noch fassen kann. Ebenso wenig kann er den

Sinn des Leidens erfassen, diesen kann er nur annehmen und sich zum Leiden so oder anders verhalten. Seine Einstellung zum Leiden kann er wählen und diesem damit einen Sinn verleihen (vgl. Frankl 2018, S. 240). Der „homo patiens“, der leidensfähige Mensch, ist gewissermaßen der Gegenentwurf zum „homo faber“, der das Leben nur in den Kategorien von Erfolg und Misserfolg denkt. Für den „homo patiens“ dagegen geht es um Erfüllung oder Verzweiflung. Und aufgrund seiner Fähigkeit zur Begabung des Leidens zum Sinn durch Einstellungsmodulation kann er selbst angesichts von Misserfolg Erfüllung finden (vgl. Frankl 2007, S. 187 ff.).

2.2.3 Jenseits der Psychotherapie

2.2.3.1 Abgrenzung zur priesterlichen Seelsorge

So sehr Frankl sich für eine Re-Humanisierung der Psychotherapie einsetzte, so sehr er mahnte, keine Psychotherapie ohne Seele (Biologismus) oder ohne Geist (Psychologismus) zu betreiben, so wichtig war es ihm, eine klare Grenze zu ziehen, jenseits der Psychotherapie, auch die Logotherapie, bzw. die ärztliche Seelsorge, kein Mandat hat:

„Allem Anschein nach müsste nun an dieser Stelle alle Psychotherapie in religiöse Seelsorge einmünden. Dem ist aber nicht so. Denn weder ist der Arzt als solcher befugt, noch ist er berufen dazu, auf die Frage seines Patienten nach dem Sinn des Daseins eine religiöse Antwort zu geben. Er ist hiezu nicht befugt, weil er nicht dazu da ist, sich das Amt des Priesters anzumaßen; und er ist hiezu nicht berufen, weil weder der religiöse noch der nicht religiöse Patient zu ihm gekommen ist, um von ihm eine religiöse Antwort zu erhalten“ (Frankl 2016, S. 61).

Er konkretisierte: „Die Psychotherapie als solche hat sich naturgemäß nicht mit Transzendenz als solcher zu befassen, vielmehr bloß mit der Transzendentalität menschlichen Seins, d.h. mit dessen Angelegtsein auf Transzendenz hin“ (ebd., S. 101).

Frankl bemühte ein Bild zur Verdeutlichung: Die Psychotherapie kann helfen, das Zimmer der Immanenz einzurichten und die Tür zur Transzendenz nicht zu verstellen. Diese Tür bleibt offen, sowohl um vom Menschen in freier Entscheidung in Richtung Transzendenz durchschritten zu werden als auch, um den Geist der Religiosität hineinzulassen (vgl. ebd., S. 62).

Wie dies praktisch aussehen kann, führte er aus, indem er zu menschlichen Themen Stellung bezog, auch dort, wo sie ins Religiöse hineinweisen. So

bescheinigte er der Industriegesellschaft eine einseitige Betonung der „vita activa“ und empfahl die Komplementierung durch die „vita contemplativa“. Der Mut zur Einsamkeit kann eine schöpferische Gestaltung der Einsamkeit nach sich ziehen, zum Beispiel in Form von Meditation (vgl. ebd., S. 179). Einer Beschreibung des Meditationsgegenstands dagegen enthielt er sich: „Diese Frage [nach Gott] wird sich von der Existenzanalyse her schon einfach darum nie beantworten lassen, weil Gott nicht in einer der ihr zugänglichen Dimensionen `ist´; vielleicht ist er aber überhaupt in keiner Dimension, sondern das Koordinatensystem selbst“ (ebd., S. 62).

Es kann nie Gegenstand von Psychotherapie sein, Transzendenz zu definieren, weder als personale Gottheit noch als Wert o.ä. Doch es kann schon Gegenstand der Psychotherapie sein, meditative Formen des Umgangs mit z.B. Einsamkeit und Angst anzuregen. Ausdrücklich warnte Frankl davor, das Ur-Menschliche Bedürfnis nach Transzendenz zu psychopathologisieren oder medikamentös zu sedieren und so einer metaphysischen Verdrängung anheimzufallen (vgl. ebd., S. 104).

2.2.3.2 Amo Deum ergo Deus est

Frankl kannte die Theorie des Vater-Imago. Er jedoch hielt die Tatsache der Gottesvorstellung für einen phänomenologischen Aufweis der Realität Gottes. Analog zur These „Ich denke, also bin ich“ formulierte er: „Amo (Deum) ergo (Deus) est“ (ebd., S. 55).

Er argumentierte, dass die Tatsache, dass Menschen Gott denken und lieben, zwar kein Beweis, aber doch ein Verweis auf Gott ist: „Das zu Liebende ist früher als das Lieben; unser Lieben findet aber kein Genüge an all dem, was es innerhalb der Welt vorfindet; das nun, woran unser Lieben ja Genüge finden könnte, – das nennen wir Gott; und insofern ist Gott“ (ebd., S. 55).

Dies sind sehr philosophisch-theologische Überlegungen, die Frankl nicht zuerst angestellt hat, sondern die viele große Denker vor ihm bewegt haben. Ganz nah kommt Frankls Verständnis an Tillichs „Gott über Gott“ heran in der Aussage: „Jedenfalls ist es eine Möglichkeit, sich alles Werthafte so vorzustellen, daß es in einem höchsten Wert, in einer `Wertperson´ (Max Scheler), konvergiert; so daß vielleicht jede Wahrheit, zu Ende gedacht,

Gott meint; und alle Schönheit, zu Ende geliebt, schaut Gott; und jeder Gruß, richtig verstanden, grüßt Gott“ (ebd., S. 56 f.).

Relevant im Sinne der Forschungsfrage erscheint jenseits möglicher Denkfiguren Gottes jedoch Frankls Verweis auf das persönliche Erleben: „Selbstverständlich: Jeder derartige Versuch eines phänomenologischen Aufweises wird gegenüber dem erlebnismäßig hiezu nicht Bereiten, gegenüber dem sich Verschließenden, gegenüber dem Menschen, der sein metaphysisches Bedürfnis verdrängt, nicht leichtfallen“ (ebd., S. 56 f.).

Entscheidend für authentische Spiritualität ist demnach jenseits der rein intellektuellen Betrachtung von Spiritualität die Bereitschaft des Erlebens. Dieses Erleben ist individuell unterschiedlich und kann von einer leisen Ahnung bis zu einer sehr intensiven Wahrnehmung reichen. Frankl ging soweit, zu sagen, dass „Gott – der vom religiösen Menschen intendierte personale Gott – [...] letztlich nichts anderes ist als gleichsam das Ur-Du“ und „der Partner unserer intimstem Selbstgespräche“ (ebd., S. 56).

2.2.3.3 Glauben und Wissen

In seinem posthum erschienenen Dialog mit dem jüdischen Religionswissenschaftler Pinchas Lapide äußerte sich Frankl zum Verhältnis von Glauben und Wissen. Anders als die landläufige Meinung, die sagt: „Glauben heißt nicht Wissen“ führte er aus: „Ich glaube nicht, dass der Glauben ein Denken, ein geistiger Akt, vermindert um die Realität des Gedachten ist, sondern im Gegenteil, Glaube ist ein Denken vermehrt um die Existenzialität des Denkenden. [...] das bedeutet [...] dass der Akt des Glaubens auf einem existenziellen Akt beruht“ (Frankl/Lapide 2020, S. 92).

In Bezug auf religiösen Glauben bedeutet das: Man kann nicht gedanklich wissen oder beweisen, dass es Gott gibt, aber wer so handelt und lebt, als ob es einen Gott gibt, der lebt das „fiat“, den Glauben. Dies ist kein gedanklicher Akt, sondern die Ausrichtung der gesamten Existenz auf den Glauben hin (vgl. ebd., S. 92).

2.2.4 Kritische Würdigung

Viktor Frankl räumte der Sinnfrage den zentralen Platz in seiner existenziellen Therapie ein. Überzeugend legte er dar, wie sich Sinnobjektivismus und

Sinnkonstruktivismus auf eine therapeutisch wirksame Weise verbinden lassen. Empirisch überprüfbar hat sein sinnzentrierter Ansatz Menschen geholfen, ihre existenzielle Angst auf ein erträgliches Maß zu reduzieren und für sich individuelle Lösungen im Umgang mit der Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens zu finden. Vor allem durch seine Arbeiten zur Dimensionalontologie konnte er als Arzt und Psychotherapeut eine Therapie anbieten, die dem Patienten eine rein säkulare Interpretation des Lebens ebenso wie eine religiöse Deutung ermöglicht.

Wie Yalom betonte Frankl die authentische Beziehung zwischen Therapeut und Klient. Seine eingangs erwähnte Motivation zur Ausgestaltung der Logotherapie zeugt von Barmherzigkeit und menschlicher Reife.

Wie Yalom legte Frankl seinen ideologischen Bezugsrahmen offen und artikuliert ihn in zahlreichen Büchern und Vorträgen sowie im persönlichen Beratungssetting. Doch gerade seine hochkomplexe korrelative Verknüpfung verschiedener Themen aus Philosophie, Theologie, Neurologie und Psychologie kann es schwierig machen, die unterschiedlichen Dimensionen (horizontal/vertikal) sauber zu differenzieren. Insgesamt sind die Anthropologie und Dimensionalontologie Viktor E. Frankls sowohl innerhalb eines rein säkularen psychotherapeutischen Bezugsrahmens als auch im Rahmen priesterlicher Hilfe unmittelbar anschlussfähig und wurden entsprechend rezipiert. In Bezug auf den Tod als existenzielle Gegebenheit des Seins erweist sich vor allem Frankls Verständnis des „geretteten verwirklichten Lebens“ im Scheunengleichnis als weitergehende heilsame therapeutische Intervention. Zur Frage der Bodenlosigkeit und Isolation in Bezug auf das Sein an und für sich, die beim innerweltlichen, horizontal ausgerichteten Ansatz Yaloms notwendig unbeantwortet bleiben, verwies Frankl auf die religiöse Dimension. In dieser Dimension findet der Mensch laut Frankl Geborgenheit und Verankerung in einer Intensität, die auf der horizontalen Ebene nicht möglich ist. Als Mensch legte er von dieser Geborgenheit anschaulich Zeugnis ab. Konsequenterweise blieb er als Psychiater und Therapeut hier jedoch abstinenter und überließ die wissenschaftliche Untersuchung von Ontologie und Transzendenz den geisteswissenschaftlichen Disziplinen Philosophie und Theologie. Es ist als sein großes Verdienst anzusehen, dass er durch seine sinnzentrierte Logotherapie Möglichkeiten für eine Wandlung von Leid in

Leistung aufzeigte. Dies zeugt von seinem realistischen Weltblick jenseits utopischer Gesundheitsvorstellungen völliger Störungsfreiheit. Durch seine Einstellung zu Freiheit und Verantwortung trat er einer nihilistischen Weltsicht entgegen und trug so zu einer psychologischen Antwort auf die tragische Trias aus Leid, Schuld und Tod bei, ohne die Grenzen seines Fachgebiets zu überschreiten.

2.3 Priesterliche Hilfe nach Paul J.O. Tillich

Priesterliche Hilfe weist ihrem Wesen nach über die rein innerweltliche Ebene hinaus in die Dimension der Transzendenz. Wesentlich zum Verständnis des seelsorgerlichen Elements sind zugrundeliegende Anthropologie, Theologie und weltanschauliche Verortung seelsorgerlichen Handelns. Im Folgenden werden anhand der Arbeiten Paul Tillichs die säkularen Erklärungssysteme von Yalom und Frankl durch ein religiöses Deutungssystem ergänzt und zugleich wird versucht, die existenzielle Natur des Glaubens als eine Gestalt des Geistes zu verdeutlichen.

2.3.1 Zur Person

Paul Johannes Oskar Tillich (1886–1965) war deutscher Philosoph und Theologe. Philosophisch vor allem durch Schelling geprägt nahm er Bezug auf existenzielle Themen und vertrat die Ansicht, dass durch die Philosophie die menschlichen Fragen aufgeworfen würden, auf welche durch die Theologie in wechselseitigem Bezug zu antworten sei. Diese „Methode der Korrelation“ durchzieht seine Werke. 1910 schrieb er seine Dissertation „Die religionsgeschichtliche Konstruktion in Schellings positiver Philosophie, ihre Voraussetzungen und Prinzipien“ im Fachbereich Philosophie gefolgt von der 1912 verfassten Dissertation „Mystik und Schuldbewusstsein in Schellings philosophischer Entwicklung“ im Fachbereich Theologie. Seine Habilitationsschrift „Der Begriff des Übernatürlichen, sein dialektischer Charakter und das Prinzip der Identität, dargestellt an der supranaturalistischen Theologie vor Schleiermacher“ entstand während des Zweiten Weltkrieges und wurde 1915 an der theologischen Fakultät in Halle angenommen (vgl. Schüssler/Sturm 2007, S. 3 ff.).

In Halle wurde er vor allem durch seine Lehrer Martin Kähler und Wilhelm Lüttgert beeinflusst. Kähler verdankte er das Wissen um die Vermittlungstheologie des 19. Jahrhunderts und die paulinisch-lutherische Rechtfertigungslehre. Von dieser her entfaltete er seine Christologie und die Lehre vom „Neuen Sein in Christus“, seine theologische Antwort auf die existenzielle Situation des Menschen (vgl. Tillich 1962a, S. 29).

Er wurde Privatdozent an der Berliner Theologischen Fakultät (1919 – 1924) und skizzierte Gedanken zu „Christentum und Sozialismus“, die er zu seinem

systematischen Entwurf „Grundlinien des religiösen Sozialismus“ (1923) weiterentwickelte. Zwischen 1924 und 1929 war er außerordentlicher Professor für Systematische Theologie in Marburg, Professor für Religionswissenschaft an der Technischen Hochschule in Dresden und Honorarprofessor für Religionsphilosophie und Kulturphilosophie in Leipzig. 1929 übernahm er den Lehrstuhl für Philosophie und Soziologie einschließlich Sozialpädagogik in Frankfurt. Er entwickelte den Gedanken des religiösen Sozialismus weiter und publizierte 1933 „Die sozialistische Entscheidung“. Dieses umgehend verbotene und im Mai 1933 verbrannte Buch markierte zunächst das Ende seiner akademischen Laufbahn in Deutschland. Die Lehrerlaubnis an deutschen Universitäten wurde ihm u.a. aufgrund seiner Stellung zur Judenfrage entzogen (vgl. Schüssler/Sturm 2007, S. 9 ff.). Auf die Einladung eines führenden amerikanischen Theologen, Reinhold Niebuhr, migrierte Tillich 1933 mit seiner zweiten Frau, Hannah Tillich, und seiner Tochter Erdmuthe (Mutie) in die USA und übernahm zunächst für zwei Jahre eine Gastprofessur am Union Theological Seminary und an der Columbia University New York. Aus der Gastprofessur wurde ein ständiger Aufenthalt in der USA, ihr folgte die Berufung zum ordentlichen Professor für Philosophische Theologie am Union Theological Seminary 1940. Seine akademische Laufbahn in den USA erreichte ihren Höhepunkt mit der Berufung zum „University Professor“ an der Harvard Universität in Cambridge (1955 – 1962), welche ihn berechtigte, an jeder Fakultät seiner Wahl Vorlesungen zu halten. 1965 wurde er zum „John Nuveen Professor of Theology“ an der Universität Chicago berufen (vgl. ebd., S. 16 ff.).

Paul Tillich war nicht nur Grenzgänger zwischen Philosophie und Theologie, bewandert in Soziologie und Pädagogik, sondern nahm auch regen Anteil an psychologischen Konzepten. Insbesondere die Ausgestaltung der Tiefenpsychologie durch Freud beeinflusste seine Gedanken zur Dimension der Tiefe, die er jedoch abweichend von Freud beurteilte. Doch auch die Erkenntnisse der humanistischen Psychologie, insbesondere die Dialoge mit Carl Rogers und Erich Fromm, fanden Niederschlag in seiner Anthropologie. Ausführlich beschäftigte er sich in seiner Schrift „Religion und Psychologie“ mit der Beziehung der beiden Disziplinen. Aus seiner New Yorker Zeit blieb die lebenslange Freundschaft zu dem analytischen und existenziellen

Psychotherapeuten Rollo May, der sein Buch „The Meaning of Anxiety“ in wechselseitigem Bezug zu Tillichs „Mut zum Sein“ verfasste (vgl. May 1977). Tillich tat als Theologe das, was May als Makel seiner psychologischen Profession kritisierte: Er wich dem menschlichen Dilemma nicht aus, sondern konfrontierte es. Er verlor nicht den Menschen im Prozess des Helfens, sondern entzog sich dem Hang zur Reduktion und setzte sich ausführlich mit der historischen Dimension des Menschen, mit seiner Geschichte und Kultur aber auch der ontologischen Dimension auseinander (vgl. May 1984, S. 11). Obwohl Tillich sich selbst vor allem als Theoretiker sah, war er durch seine Erfahrungen als praktischer Pfarrer, Seelsorger, Feldprediger und Leiter sozialer und diakonischer Werke geprägt. Vor allem seine Tätigkeit als Feldprediger im Ersten Weltkrieg sowie seine späteren existenziellen Grenz- und Abgrunderfahrungen mit dem Faschismus und in dessen Gefolge mit dem Zweiten Weltkrieg veränderten ihn nachhaltig und verunmöglichten es ihm, die ontologische Dimension zu verdrängen. Anders als Schelling wollte er den Blick in den Abgrund nicht mehr verschließen, sondern wählte die nicht-idealistische Sicht der Tiefen menschlichen Seins als Ausgangspunkt seines Wirkens. „Den Mut zur Wahrheit wollen wir wiedergewinnen“ war das Motto seiner „Vernunft-Abende“ am Anfang seiner Tätigkeit 1911/12 in Berlin und zugleich zentrales Lebensthema, das bis zu seiner Spätschrift „Der Mut zum Sein“ Tillichs Lebenswerk durchzog (vgl. Schüssler/Sturm 2007, S. 8 ff.). Zu seinen Hauptwerken gehört die „Systematische Theologie I–III“, in der er seine wesentlichen Themen darstellte: „Vernunft und Offenbarung“, „Sein und Gott“ und „Die Existenz und der Christus“, außerdem die „Religiösen Reden I–III“ welche die Themen „In der Tiefe ist Wahrheit“, „Das Neue Sein“ und „Das Ewige im Jetzt“ behandeln. Erst spät entwickelte er eine ontologische Gottesidee und Pneumatologie (vgl. Danz 2017, S. 8 ff.). Wesentlich zum Verständnis Tillichs sind seine Biografie „Auf der Grenze“, das bereits genannte Spätwerk „Mut zum Sein“, welches die Frucht eines langen korrelativen Denkens wiedergibt sowie das „Paul Tillich Gedenkbuch“ mit Reden seiner Weggefährten und seiner letzten Rede wenige Stunden vor seinem Tod (vgl. Klein/Polke/Wendte 2009, S. 247 ff.). In Deutschland wurde er vor allem als systematischer protestantischer Theologe bekannt und prägte neben Karl Barth, Dietrich Bonhoeffer,

Rudolf Bultmann und Karl Rahner die Theologie des 20. Jahrhunderts (vgl. ebd., S. 250 ff.).

1958 wurde ihm der Hansische Goethepreis der Stadt Hamburg verliehen, der Friedenspreis des Deutschen Buchhandels 1961 und im gleichen Jahr das große Verdienstkreuz der Bundesrepublik Deutschland mit Stern (vgl. Schüssler/Sturm 2007, S. 26 ff.).

Lebenslang suchte Tillich den Dialog mit Anderen. Noch in seiner letzten Rede „Die Bedeutung der Religionsgeschichte für den Systematischen Theologen“, kurz vor seinem Tod in 1965, nahm er Bezug auf seine gemeinsamen Seminare mit Mircea Eliade und bedauerte, diesen nicht früher kennengelernt zu haben, da er dann Teile seiner systematischen Theologie anders gestaltet hätte. Der diskursive Austausch, sein abstraktes Denken in Verbindung mit menschlicher Wärme resultierten in lebenslangem Lernen (vgl. Tillich et al. 1967, S. 199 f.).

2.3.2 Theologischer Ansatz

2.3.2.1 Grundlagen und Definitionen

2.3.2.1.1 Anthropologie und Ontologie

Tillich betrachtete wie Frankl nach ihm die religiöse Dimension als dem Menschen zugehörig. Es ist die Dimension des Unbedingten, auf welche Fragen nach dem Wofür der Existenz, nach dem Grund und Sinn alles Seins verweisen. Er merkte jedoch an, dass diese Dimension dem Blick des modernen Menschen verloren gegangen ist und Aufgabe der Theologie sei es nun, zu zeigen, warum dem so ist (vgl. Tillich 1962a, S. 109 ff.).

Wesentlich zum anthropologischen Verständnis Tillichs ist die Unterscheidung von Essenz und Existenz, von potenzieller und aktueller Dimension. So kann die spirituelle Dimension zwar in allem Organischen potenziell gegeben sein aber unaktualisiert in der Potentialität verbleiben, ebenso wie die psychische Dimension potenziell auch im Anorganischen gegeben ist, sich jedoch erst im Organischen manifestiert. Beim Menschen sind idealerweise alle Dimensionen aktualisiert und seine Besonderheit besteht in der Aktualisierung von Geist und Geschichte (vgl. Tillich 2017b, S. 491 ff.).

„Leben ist die `Aktualisierung des Seins´ (Aristoteles). Dieser Lebensbegriff vereinigt zwei Hauptqualitäten des Seins, [...] das `Essentielle´ und das `Existenzielle´“ (ebd., S. 487).

In diesem Sinne ist die eigentliche Natur des Menschen das Essentielle, seine potenzielle Vollkommenheit. Der Mensch in der Geschichte und Gegenwart dagegen ist das Existenzielle, der Teil der potenziellen Essenz, welche sich aktualisiert hat, jedoch von seinem eigentlichen (essentiellen) Sein und Seins-Grund entfremdet ist. Der von Hegel eingeführte philosophische Begriff der Entfremdung entspricht der biblischen Beschreibung der tragischen menschlichen Situation. Sie manifestiert sich u.a. in der Entfremdung zur Natur, zum Mitmenschen, zur Gesellschaft, zur Arbeit und zu sich selbst (vgl. Tillich 2017a, S. 344 f.).

Tillich wies jedoch ausdrücklich – und damit wandte er sich gegen den herkömmlichen Begriff der Erbschuld – auf den persönlichen Entscheidungscharakter der Entfremdung hin. Wie Frankl nach ihm verneinte er Kollektivschuld und betonte persönliche Freiheit und Verantwortung. Den religiös neu zu interpretierenden Begriff der Sünde bezeichnete er in diesem Zusammenhang als „persönlich-aktive sich Wegwenden von dem, wozu man gehört“ (vgl. ebd., S. 344 f.).

Die Folgen dieses persönlich-aktiven sich Wegwendens vergleicht er mit dem Verlust der „träumenden Unschuld“. Indem der Mensch seine Freiheit wahrnimmt, Potentialitäten nicht zu aktualisieren, löst er sich von seinem Ursprung und wählt den Zustand der Entfremdung (vgl. Tillich 2017b., S. 575). Bedeutsam für menschliche Gesundheit in ihrer vieldimensionalen Einheit ist nach Tillich die Selbst-Integration des Lebens in der Dimension des Geistes. Denn zwar ist die Selbst-Integration essenziell immer gegeben, kann aber nur in der Dimension des Geistes durch Freiheit und Schicksal verwirklicht werden. Allein in der Dimension des Geistes kann der Mensch der Welt als ein völlig zentriertes Selbst begegnen, die schicksalhaften Fragen stellen sowie Antworten geben und vernehmen. Diese potenzielle Vollkommenheit bleibt freilich unter eschatologischem Vorbehalt, da sie unter den Bedingungen der geschichtlichen Existenz nicht verwirklicht werden kann (vgl. ebd., S. 514 ff.).

„Der Mensch und seine Welt befinden sich im Zustand existentieller Entfremdung: im Unglauben, in der *hybris*, in der Konkupiszenz. Jedes Merkmal des entfremdeten Zustandes widerspricht dem essentiellen Sein des Menschen, seiner potentiellen Vollkommenheit“ (Tillich 2017a., S. 358).

So verstand Tillich den Menschen als mehrdimensionale Einheit von Körper, Seele und Geist, wobei das unruhige Fragen der psychischen Dimension auf die spirituelle Dimension und damit letztlich auf das Absolute, das Sein-Selbst verweist. Dieser bereits durch Augustinus eingeführte Gedanke lässt folgern, dass Selbst-Zentriertheit und Selbst-Aktualisierung Fokus somatischen, psychotherapeutischen sowie priesterlichen Heilen sind (vgl. Tillich, zitiert nach Schüssler/Sturm 2007, S. 76 ff.).

2.3.2.1.2 Religion und das Heilige

Das „unruhige Fragen“, welches aus der tragischen Entfremdung des Menschen von seinem essentiellen Sein entsteht und auf die spirituelle Dimension verweist, zeigt sich nicht zuletzt in der Vielfalt der Religionen, Mythen und quasi-religiösen Phänomenen. Bei aller Verschiedenheit sind nach Tillich jedoch jeder Religion, jeder Geist-Erfahrung und Mystik zu eigen, dass sie die spirituelle Dimension nicht mit der psychischen Dimension gleichsetzen (vgl. Tillich 2017b, S. 619 ff.).

Tillich befand sich in deutlicher Nähe zu Schleiermachers Begriff der Religion als „schlechthinniger Abhängigkeit“ jedoch in ebenso deutlicher Abgrenzung zu der daraus abgeleiteten Verortung der Religion im Bereich der Emotionen. Tillich hob vielmehr Spiritualität und Religion als die Tiefendimension des menschlichen Geistes hervor: „Religion ist im weitesten und tiefsten Sinne des Wortes das, was uns unbedingt angeht. [... Sie] ist die Substanz, der Grund und die Tiefe des menschlichen Geisteslebens. Das ist die religiöse Dimension des menschlichen Geistes“ (Tillich 1962b, S. 26 f.).

In Anlehnung an Rudolf Ottos Klassiker der Religionsphilosophie „Das Heilige“ war für Tillich das Heilige etwas, das sich durch Tiefe und Mysterium auszeichnet und numinosen Charakter hat (Otto 2014, S. 5 ff.).

Es transzendiert die Subjekt-Objekt-Struktur der Wirklichkeit und macht das Unbedingte erfahrbar i.S. von Grund und Abgrund des Seins. Diese Gegenwart des Göttlichen, die sich im Numinosen zeigt, wird erfahrbar als tremendum und als fascinosum (vgl. Tillich 2017a, S. 222 ff.).

„Die Sphäre der Götter ist die Sphäre der Heiligkeit. Ein heiliger Bereich wird errichtet, wo immer das Göttliche manifest ist. Alles, was in die göttliche Sphäre gebracht wird, ist geweiht. Das Göttliche ist das Heilige“ (ebd., S. 221).

Tillich setzte Göttliches und Heiliges in wechselseitige Beziehung, interpretierte sie korrelativ. Damit grenzte er sich ab gegen eine Lehre vom Heiligen, die das Heilige in einer ästhetisch-emotionalen Ebene verortet, aber auch von einer Lehre von Gott, die das Heilige verneint und so Gott objektiviert und profaniert (vgl. ebd., S. 221).

„Das Heilige ist die Qualität dessen, was den Menschen unbedingt angeht. Nur das, was heilig ist, kann den Menschen unbedingt angehen, und nur das, was den Menschen unbedingt angeht, hat die Qualität der Heiligkeit“ (ebd., S. 222).

Tillich unterschied zwischen dem absolut Universalen und dem absolut Konkreten. Jede Hochreligion hat eines dieser Elemente als Schwerpunkt, sei es die Universalität der mystischen und metaphysischen Theologien oder die Konkretheit der priesterlichen und prophetischen Theologien. Doch fehlt das jeweils andere Element. Nach Tillich bewegen sich jedoch alle Theologien auf die christliche Antwort zu, die sich in einem Kairos der Weltgeschichte in Jesus als dem Christus manifestiert. Denn in ihm sind das absolut Universale und das absolut Konkrete identisch. Er ist der Ausgangspunkt der christlichen Theologie, der Punkt, an welchem der Logos Fleisch wurde (vgl. ebd., S. 19 ff.).

2.3.2.1.3 Christliche Theologie und Seelsorge

Theologie ist die Funktion der christlichen Kirche, welche die Inhalte des christlichen Glaubens methodisch auslegt und die Wahrheit für jede Generation neu deutet (vgl. ebd., S. 7 ff.).

Tillich nannte zwei formale Kriterien der Theologie:

„Der Gegenstand der Theologie ist das, was | uns unbedingt angeht. Nur solche Sätze sind theologisch, die sich mit einem Gegenstand beschäftigen, sofern er uns unbedingt angeht“ (ebd., S. 16) und „Das, was und unbedingt angeht, ist das, was über unser Sein oder Nichtsein entscheidet. Nur solche Sätze sind theologisch, die sich mit einem Gegenstand beschäftigen, sofern er über unser Sein oder Nichtsein entscheidet“ (ebd., S. 18).

Nüchtern klingen diese Sätze, vertraut ist ihre Sprache auch Wissenschaftlern anderer Disziplinen, doch Tillich setzte die Theologie in einen elementar anderen Rahmen und definierte einen Gottesbegriff, der den Bezugspunkt bildet.

„Gott ist die Antwort auf die Frage, die in der Endlichkeit des Menschen liegt, er ist der Name für das, was den Menschen unbedingt angeht. Das heißt nicht, daß es zunächst ein Wesen gibt, das Gott genannt wird, und dann die Forderung, daß es den Menschen unbedingt angehen soll. Es heißt, daß das, was einen Menschen unbedingt angeht, für ihn zum Gott (oder Götzen) wird, und es heißt, daß nur das ihn unbedingt angehen kann, was für ihn Gott (oder Götze) ist“ (ebd., S. 218).

In Bezug auf diesen Gott fehlt die strenge Subjekt-Objekt-Beziehung anderer Wissenschaften. Der Theologe untersucht nicht als Subjekt den Gottesbegriff als Objekt, sondern gleichzeitig ist er als Wissenschaftler vom Unbedingten („Gott“) ergriffen und betroffen:

„Das religiöse Betroffensein ist unbedingt und total, es macht alle anderen Arten von Betroffensein vorläufig. Das, was uns unbedingt angeht, ist von allen zufälligen Bedingungen der menschlichen Existenz unabhängig. Es ist total, kein Teil unserer selbst und unserer Welt ist davon ausgeschlossen. Hier gibt es kein Ausweichen. Was uns unbedingt angeht, läßt keinen Augenblick der Gleichgültigkeit und des Vergessens zu. Es ist ein Gegenstand unendlicher Leidenschaft“ (ebd., S. 16).

In Bezug auf die Forschungsfrage ist v.a. relevant, dass die Theologie i.S. einer therapeutischen Theologie den Begriff und die Aufgabe des Geistes sowie die heilende und rettende Kraft des Ergriffenseins durch Gott herausarbeiten muss. Eine Theologie, die keine heilende und rettende Kraft hat, ist laut Tillich ohne Bedeutung. Eine Seelsorge ohne die Gegenwart des göttlichen Geistes verfehlt ihre Besonderheit (vgl. Paul Tillich 1987, zitiert nach Schüßler 2008, S. 82).

„Die Gegenwart des göttlichen Geistes erhebt den Menschen durch Glauben und Liebe in die transzendente Einheit unzweideutigen Lebens. Sie schafft

das Neue Sein jenseits der Spaltung von Essenz und Existenz und folglich jenseits der Zweideutigkeiten des Lebens“ (Tillich 2017b, S. 617).

In diesem Sinne kommt dem Geist die Aufgabe zu, das Ergriffensein des Menschen durch das Unbedingte zu realisieren, bzw. den Menschen über sich selbst hinweg zu transzendieren und das Neue Sein zu schaffen.

Wenngleich dieser Aspekt unter eschatologischem Vorbehalt steht, ist er bereits im Hier und Jetzt erfahrbar und leistet damit seinen wesentlichen Beitrag zur heilenden und rettenden Funktion von Theologie, bzw. Seelsorge. In Abgrenzung zu intellektuellem Wissen, bzw. „technischer Vernunft“ ist der genannte Glaube nach Tillich keine gedankliche Überzeugung dogmatischer Inhalte, sondern „der Zustand letztgültigen Ergriffenseins (Tillich 2020, S. 14). Diesem Glauben haftet naturgemäß das Element der Transzendenz, aber auch der Unverfügbarkeit und Unruhe an: „Der Mensch wird zum Glauben getrieben durch sein Gewahrwerden des Unendlichen, zu dem er gehört, das er aber nicht besitzt wie eine Habe. Damit haben wir in abstrakten Begriffen das zum Ausdruck gebracht, was im ständigen Wandel des Lebens konkret als `Unruhe des Herzens´ in Erscheinung tritt“ (ebd., S. 15).

Zentrale Funktion priesterlicher Hilfe ist die Hilfe zu diesem Glauben und Seelsorge ist demnach die „...hilfreiche Begegnung in der Dimension des Unbedingten“ (Paul Tillich 1987, zitiert nach Schüßler 2008, S. 82).

Nach dem protestantischen Verständnis des Priestertums aller Gläubigen kommt diese heilende therapeutische Dimension jedem Christen zu, der zum Seelsorger für seinen Mitmenschen werden kann und ist nicht auf die Rolle des Pfarrers beschränkt (vgl. ebd., S. 82).

Analog zu Tillichs Verständnis der Kirche als spiritueller Gemeinschaft hat die Seelsorge sich jedoch ausdrücklich der spirituellen Natur des Menschen bewusst zu sein: „Eine Kirche, die nichts anderes ist als eine wohlwollende, sozial nützliche Gruppe, sollte durch andere Gruppen ersetzt werden, die nicht den Anspruch haben, Kirche zu sein. Eine solche Kirche hat keine Existenzberechtigung“ (EKD 2020).

Relevant i.S. der Forschungsfrage ist für die Notwendigkeit priesterlicher, bzw. seelsorgerlicher Hilfe zum einen der explizite Verweis auf die Dimension des Transzendenten und des Unbedingten aber ebenso der Verweis auf

das Element der Erfahrung und der Deutung. Dieser Punkt wird in der abschließenden Auswertung aufgegriffen.

2.3.2.1.4 Das Neue Sein und Christus

Ausführlich entfaltete Tillich seine Christologie in der „Systematischen Theologie“ und erläuterte, warum das Neue Sein in Jesus als dem Christus die Entfremdung des Menschen überwindet und die Erfüllung aller Religionen ist. Die gläubige Aufnahme dieses Jesus als dem Christus in Verbindung mit dem historischen Faktum seiner Existenz in Zeit und Geschichte ist das Zentrum des christlichen Glaubens (vgl. Tillich 2017a, S. 394 ff.).

„Das Christsein gründet sich nicht auf die Bejahung eines historischen Romans. Es gründet sich darauf, daß Menschen, die in keiner Weise an der Biographie des Messias interessiert waren, von dem messianischen Charakter Jesu Zeugnis ablegten“ (ebd., S. 402).

Dieses „Neue Sein“ (das fleischgewordene Wort) hat Modellcharakter, weil sich der Logos in Christus unter den Bedingungen der Existenz manifestiert. Er ist das Beispiel eines vollkommen selbstzentrierten und selbstaktualisierten Menschen. Christus nimmt Schicksal und Tod, Schuld und Verdammung, Leere und Sinnlosigkeit auf sich, ohne vom Grund des Seins entfremdet zu sein. So ist in Christus das Ziel aller Religionen erfüllt, er ist deren gemeinsamer Fluchtpunkt und Lösung des menschlichen Dilemmas. Darum markiert Christus den Beginn eines neuen Äon (vgl. ebd., S. 414 f.).

„Die religiösen Gesetze sind der große Versuch des Menschen, Angst, Unruhe und Verzweiflung zu besiegen. [...] Daher steht der Mensch immer unter dem Druck des Gesetzes, müht sich ab, quält sich in seinem Denken und plagt sich in seinem Tun. [...] Das ist das Joch, von dem uns Jesus befreien will. [...] Wir bezeichnen Jesus nicht deshalb als den Christus, weil er eine neue Religion gebracht hat, sondern weil er das Ende der Religion *ist*, jenseits von Religion und Irreligion, jenseits von Christentum und Nichtchristentum“ (Tillich 1966, S. 51 ff.).

Jesus als der Christus hat als Träger des Neuen Seins soteriologische Bedeutung. Denn das Handeln wird nicht länger durch Gesetze und Religionen gefordert, sondern es entsteht aus der Tiefe des Seins: „Unser Handeln würde voll schöpferischer Kraft sein und könnte die Tragödie unserer Zeit

bezingen, wenn es aus einer tieferen Schicht unseres Lebens erwüchse. Denn unsere schöpferische Tiefe ist die Tiefe, in der wir stille sind“ (ebd., S. 51 ff.).

2.3.2.2 Priesterliches Selbstverständnis

„Die Funktion des Priesters ist es, die sakramentalen Objekte zu hüten, die Kraft der originalen Offenbarung lebendig zu halten und neue Individuen, neue Gruppen und neue Generationen in die Offenbarungssituation zu führen“ (Tillich 2017a, S. 148).

Für einen protestantischen Theologen mit lutherischer Auffassung des Priestertums aller Gläubigen hat sich Tillich sehr ausführlich auch mit dem Amt des Priesters befasst. Entscheidend für die priesterliche Funktion ist jedoch jenseits des Amtes oder der beruflichen Rolle die Vermittlung spirituellen Lebens. Wo sie gefährdet oder nicht mehr erfahrbar ist, wird die priesterliche Funktion verfehlt: „Eine mechanisierte Handhabung religiöser Riten kann die Offenbarungsgegenwart der heiligen Wirklichkeit, deren Medium zu sein sie beansprucht, gänzlich ausschließen“ (ebd., S. 129).

Wo jedoch dieses Leben erfahrbar wird durch Menschen, die für den Seins-Grund transparent sind, findet priesterliches Handeln statt (vgl. Tillich 2017b, S. 658).

2.3.2.3 Existenzielle Gegebenheiten

2.3.2.3.1 Tod als existenzielle Gegebenheit

Auch für Tillich war der Tod nicht die Schere, die den Lebensfaden durchschneidet, sondern einer der Fäden, die in unser Leben und Sein verwoben sind und somit unser Leben entscheidend gestalten. Jedoch versagt vor dem Tod das menschliche Gestaltungspotential. Der Tod ist das absolut Unbekannte, er ist das unausweichliche Schicksal für jeden. Ihm haftet das Element der Zufälligkeit und Unvorhersehbarkeit an, in ihm findet der Mensch keinen Sinn und Zweck. Die Todesangst kann zwar gelindert werden durch menschliche Nähe und Partizipation an einer Gruppe, aber dadurch wird sie nicht aufgelöst (vgl. Tillich 2015, S. 39 ff.).

Die Leere und der Abgrund als welcher der Tod erscheint, erfüllt den Menschen mit Furcht, letztlich mit Versagensangst. Der Mensch hat Angst, dem

Tod und der neuen Situation, die er schafft, nicht gewachsen zu sein (vgl. Tillich 1962a, S. 103 ff.).

„Der Tod ist die unvermeidlichste und zugleich unbegreiflichste Wirklichkeit, der wahre und unbedingte Gegenstand unserer Furcht, aus der alle anderen Formen der Furcht ihre Macht herleiten“ (ebd., S. 104).

Zu unterscheiden ist zwischen Furcht vor dem Tod und Angst vor dem Tod. Die Furcht vor dem Tod hat ein Objekt, z.B. die Vorstellung von der Art des Todes, vom Todeskampf, vom Verlust aller Dinge. Die Angst jedoch erwächst allein aus dem Bewusstsein des drohenden Nichtseins (vgl. Tillich 2015, S. 36).

„In dem Augenblick, in dem die `nackte Angst` die Seele ergreift, [...] erscheinen [die Objekte] als das, was sie teilweise immer schon waren, als Symptome der Grundangst des Menschen“ (ebd., S. 37).

Vom religiösen Umgang mit dieser „nackten Angst“ zeugen biblische Berichte, in denen Menschen Gott oder dem Heiligen begegnen und ihr radikales Entsetzen artikulieren. Mystiker sprachen davon als der „dunklen Nacht der Seele“, Luther nannte es das „nackte Absolute“ (vgl. ebd., S. 36). Tillich verwies auf die paulinische Rede vom Tod als der Sünde Sold und der Sünde als des Todes Stachel und erläuterte: Was sich als Macht der mythologischen Figur des Teufels entpuppt ist die Tatsache unserer Entfremdung. Die Todesfurcht bringt uns in Kontakt mit dem Bewusstsein unserer Unendlichkeit und lässt die Entfremdung am klarsten hervortreten (vgl. Tillich 1966, S. 105 ff.).

Vor dem Hintergrund der entfremdeten Existenz ist nachvollziehbar, dass der Mensch dieser Angst ausweichen will. Tillich nannte drei (dysfunktionale) menschliche Versuche, durch Teilhabe an der göttlichen Macht die existenzielle Angst zu überwinden: Magisches Weltbild, nichtmagische personalistische Weltanschauungen und bestimmte Formen mystischer Partizipation. Diese Versuche, Gott zu einem konkreten Objekt zu machen sind in beständiger Spannung mit der Unbedingtheit, die gerade Merkmal von Tillichs Gottesbegriff ist und sind so zum Scheitern verurteilt. Hier liegt er auf einer Linie mit Yalom, der dysfunktionale Aspekte der Religion u.a. in diesem Bereich verortet (vgl. Tillich 2017a, S. 218 ff.).

Für die Verbannung des Todes aus dem öffentlichen Bewusstsein hat nach Tillich aber auch gerade das von Yalom vertretene Prinzip der Innerweltlichkeit mit dem Abschneiden der vertikalen Dimension gesorgt. Doch nicht zuletzt Katastrophen und Krisen lassen den Mensch gegen den Wahrheitsanspruch dieses Prinzips revoltieren (vgl. Tillich 1962a, S. 116).

Ein gesunder, reifer Umgang mit existenzieller Angst ist nicht Bewältigung, Überwindung oder Verdrängung, sondern Wahrnehmen, Akzeptanz und der Mut zum Sein, trotz der immer gegenwärtigen Bedrohung durch das Nichtsein:

„In dem Begriff `Mut` sind theologische, soziologische und philosophische Gehalte vereinigt. Wenige Begriffe sind so wie er geeignet, als Schlüssel zum Verständnis der menschlichen Situation zu dienen. Mut ist vor allem ein ethischer Begriff, aber er verweist auf den ganzen Bereich der menschlichen Existenz, und seine Wurzeln reichen in die Tiefe des Seins selbst. Er muß ontologisch betrachtet werden, wenn er ethisch verstanden werden soll“ (Tillich 2015, S. 15).

2.3.2.3.2 Freiheit als existenzielle Gegebenheit

Zum Thema Freiheit hat sich Tillich ausführlich geäußert. Gerade im Diskurs mit Erich Fromm, der die „Furcht vor der Freiheit“ vor dem Hintergrund der rein innerweltlichen Weltanschauung reflektierte und der Ansicht war, dass der Mensch diese Furcht aus sich selbst heraus überwinden kann, beschrieb Tillich den Mut zur Freiheit und Verantwortung im Hinblick auf die ontologische Dimension (vgl. Cooper 2006, S. 84 ff.):

„Menschsein ist [...] dieses Stehen in der Freiheit [...], ja oder nein zu sagen zum Dasein. [...] Der Mensch trifft immer Entscheidungen aus Freiheit, auch wenn der Versuch, der Freiheit zu entrinnen, Gegenstand der Entscheidung ist. Diese Unentrinnbarkeit der Freiheit, des Entscheidenmüssens, ist die tiefste Unruhe unseres Daseins, denn durch sie ist unser Sein bedroht“ (Tillich 1962a, S. 99 f.).

Es ist leicht nachvollziehbar, warum Tillich die Angst vor Schuld und Verdammung vor allem der beginnenden Neuzeit zuordnete. Die Epoche, die sowohl Reformation als auch die kopernikanische Wende umfasste und mit dem beginnenden Humanismus einem anthropozentrischen Weltbild zustrebte war die Epoche, in welcher die individuelle Verantwortung des Menschen, seine Individuation und die Freiheit begrüßt wurden. Zugleich war es die Epoche,

in der die Bürde der Verantwortung dem Einzelnen stärker als je zuvor bewusst wurde. In ihr drückte sich der Zustand der menschlichen Entfremdung und die Zweideutigkeit allen menschlichen Lebens in Schuldbewusstsein aus, konnte jedoch zunehmend nicht mehr religiös aufgelöst werden. Die in der Folge sich durchsetzende Säkularisierung brachte weitere Veränderungen: In der säkularen Alternative zum Umgang mit Schuld drohen laut Tillich Anomismus und Legalismus. Erstere verneint die Relevanz moralischer Forderungen und umgeht damit die Schuldfrage, letztere nimmt die mit Freiheit verbundene Verantwortung zwar ernst, landet aber im moralischen Rigorismus und in Selbstzufriedenheit. Beides kann die Schuldfrage verdrängen, aber nicht lösen. Auch sie surrt unter der Oberfläche des Lebens und kann in Extremsituationen beim Hervorbrechen zu moralischer Verzweiflung führen (vgl. Tillich 2015, S. 45 ff.).

Da der Mensch nicht nur Individuum, sondern auch Partizipant an einem größeren Ganzen ist, umfasst die Freiheit und Verantwortung des einzelnen Menschen die Verantwortung für die Erde, auf der er lebt. Tillichs „religiöse Reden“ wurden nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs und im Bewusstsein der atomaren Möglichkeiten vollständiger Zerstörung allen Lebens gehalten. Gerade die Jugend hat laut Tillich ein tiefes Bewusstsein für die Möglichkeit totaler Zerstörung der Erde. Um diese quälende Angst zu besiegen weist der Mensch entweder ein hohes Maß an Suche nach persönlicher Sicherheit im täglichen Leben auf oder ein übersteigertes Bestreben, die ganze Erde und den Weltraum zu beherrschen (vgl. Tillich 1986, S. 59 ff.).

„Mensch und Erde sind zu einem Problem für den Menschen geworden, das ihn mit tiefer Sorge erfüllt und mit einer Angst, die so quälend ist, daß er ihr verzweifelt zu entinnen sucht. [...] Hauptursache ist die drohende Gefahr der totalen Vernichtung allen Lebens“ (ebd., S. 59).

Das entspricht einer Betrachtung und Gestaltung des Lebens von der Grenzsituation her. Wie Frankl und Yalom betonte Tillich die Verantwortung des Einzelnen in Verbindung mit der Nutzung von Gestaltungsspielräumen. Die klassische Unterscheidung von Determinismus und Indeterminismus findet sich bei Tillich in der ontologischen Polarität von Freiheit und Schicksal. Dabei wird Freiheit als Erwägung, Entscheidung und Verantwortung erfahren und steht in Wechselbeziehung zum Schicksal.

Das Schicksal bestimmt die Freiheit und den Gestaltungsspielraum, umgekehrt wird durch die Freiheit, die dadurch vollzogenen Erwägungen, Entscheidungen und Verantwortungsübernahme das Schicksal verändert (vgl. Tillich 2017a, S. 191 f.).

Die richtige Entscheidung, die lobenswerte Gestaltung des Lebens ist nach Tillich diejenige, durch welche der Mensch trotz seiner Situation in Zeit und Geschichte seine Potentialitäten aktualisiert, bzw. seine Existenz immer mehr seiner Essenz angleicht auch wenn dies mit Opfern verbunden ist.

„Mut ist die Bejahung der eigenen essentiellen Natur, des eigenen inneren Ziels, der Entelechie. Aber sie ist eine Bejahung, die den Charakter des `trotzdem´ hat. Sie bringt das mögliche und zuweilen unausweichliche Opfer von Elementen mit sich, die uns, obwohl sie Teil unseres Selbst sind, an dem Erreichen unserer aktuellen Erfüllung hindern würden, wenn wir sie nicht opferten“ (Tillich 2015, S. 17).

Die Bejahung der essentiellen Natur verweist auf den religiösen Begriff der Demut, welche anerkennt, dass zwischen Sein und Sollen eine Differenz besteht. Die Theologie Tillichs erweitert diese gesunde Demut um die Erkenntnis, dass der Mensch, wie alle Dinge und Wesen aus einem gemeinsamen Ur-Grund hervorgehen. Dieser Grund verleiht dem Menschen Sinnhaftigkeit, Würde und Bedeutung trotz der allgegenwärtigen Schuld. Das Bewusstsein einer umfassenden Größe, die das Leben unabhängig vom Menschen erzeugt hat und erhält, beruhigt die Angst vor der eigenen Begrenztheit und erschüttert zugleich die überwertige Sicht menschlicher Kompetenz. Die menschliche Freiheit und damit auch die menschliche Verantwortung werden so durch die theologische Antwort transzendiert. Das Wissen um die eigene Begrenztheit und die Akzeptanz von Unverfügbarkeit sowohl im individuellen Leben als auch in der Gemeinschaft führt zu gesunder Gelassenheit (vgl. Tillich 1986, S. 64).

Die Lösung des Glaubens und die theologische Sicht der Versöhnung von existenziellem mit essentielltem Sein in Christus, von individuellem Sein und Seins-Grund ermöglichen es, sich der Schuld und dem Angst vor Versagen zu stellen und daran zu reifen. Verdrängen und ausweichen wird durch die Gnade unnötig, so dass Tillich seine Hörer geradezu in die Angst vor der Freiheit (und in die Freiheit) hineinführen konnte, wie sein Freund Rollo May in der sehr persönlichen Biografie über Tillich schreibt: „But as I heard Paulus

expound these ideas, I also felt a wave of anxiety at the same time. It was partly the disturbance that always comes with freedom – the ‘dizziness’ of freedom, as Kierkegaard put it. And it was also partly that Paulus’ statement took away my security, that childish belief to which, against all intellectual development, I apparently still clung” (May 1974, S. 89).

Interessant ist die Begründung, die Rollo May nennt, warum Tillich ihn an diese Grenzerfahrungen führen konnte: „Whenever I was in despair myself I longed to be near Paulus, for I knew that no matter how deep my discouragement, he had gone deeper” (ebd., S. 46).

2.3.2.3 Isolation als existenzielle Gegebenheit

Je weniger die essentielle Natur in der existenziellen Natur aktualisiert ist, desto umfassender ist die Entfremdung und Isolation:

„Jedes Geschöpf ist allein, und der Mensch ist mehr allein als alle Geschöpfe, denn er weiß, daß er allein ist. Aus diesem Wissen steigt in ihm die Frage auf, warum er allein ist und wie er sein Alleinsein überwinden kann; denn er kann das Alleinsein nicht ertragen, und er kann ihm auch nicht entgehen. Es ist sein Geschick, allein zu sein und sich seines Alleinseins bewußt zu sein – ein Geschick, von dem ihn selbst Gott nicht befreien kann“ (Tillich 1986, S. 13).

Zwar gibt es hilfreiche menschliche Möglichkeiten, die Isolation auf der Beziehungsebene zu besänftigen und auf innerweltlicher Ebene Verbundenheit zu konstituieren. Doch die Grenze der heilsamen menschlichen Möglichkeiten verläuft dort, wo es um die Isolation von dem Sein an und für sich geht, um das Gefühl letztgültigen Getrenntseins. Hier enden die Möglichkeiten der endlichen Verbundenheit und es ist der Ort der absoluten Angst vor Isolation, die nur ontologisch aufgelöst werden kann: „Diese absolute Angst erscheint da, wo die endliche Bejahung ausbleibt und sie vergeht durch die Partizipation an der unendlichen geistigen Liebe, mit der Gott sich selbst und das liebt, was zu ihm gehört“ (Tillich 2015, S. 28).

Durch Partizipation des Menschen an der göttlichen Bejahung wird es ihm möglich sich selbst anzunehmen, trotz seiner Unannehmbarkeit (vgl. ebd., S. 113).

Tillich beleuchtete die Polarität von Individuation und Partizipation. Beides erfordert Mut, und zwar den Mut man selbst zu sein sowie den Mut Teil eines Ganzen zu sein: „Mut ist immer vom Nichtsein bedroht und schließt immer

ein Wagnis ein, sei es das Wagnis, sich selbst zu verlieren und ein Ding in der Gesamtheit der Dinge zu werden, oder sei es das Wagnis, die Welt in einer leeren Selbstbezogenheit zu verlieren" (ebd., S. 108).

Als Soziologe hat sich Tillich umfassend zu den innerweltlichen Aspekten von Individuation und Partizipation geäußert. Als Religionssoziologe hat er sie im Rahmen der Kirche interpretiert. Im Sinne der Forschungsfrage soll nachfolgend der transzendente Aspekt untersucht werden, nämlich die Partizipation am Sein-Selbst („Gott“) als Quelle des Mutes und der Mut zum Sein als Schlüssel zum Sein-Selbst:

„Der Mut bedarf der Macht des Seins-Selbst, einer Macht, die das Nichtsein transzendiert, das in der Angst vor Schicksal und Tod erfahren wird, in der Angst vor Leere und Sinnlosigkeit gegenwärtig ist und in der Angst vor Schuld und Verdammung wirkt. Der Mut, der diese dreifache Angst in sich hineinnimmt, muß in einer Seinsmacht wurzeln, die größer ist als die Macht des eigenen Selbst und die Macht unserer Welt“ (ebd., S. 108).

Bezogen auf das Verhältnis des Menschen zu dem Grund seines Seins gibt der Pol der Partizipation das mystische Verhältnis wieder, der Pol der Individuation dagegen den personhaften Charakter. Beide sind im Akt des Glaubens vereint, der sie gemeinsam transzendiert (vgl. ebd., S. 109).

Wie Frankl hat Tillich das Verständnis einer unbewussten Religiosität des Menschen. Die Partizipation am Sein-Selbst ist bei jedem, auch bei dem Atheisten aufgrund seiner menschlichen Situation gegeben, damit hat er bewusst oder unbewusst einen religiösen Bezug:

„Religion ist der Zustand, in dem wir von der Macht des Seins selbst ergriffen sind. In einigen Fällen ist die religiöse Wurzel sorgfältig verdeckt, in anderen wird sie leidenschaftlich geleugnet, bei manchen Menschen liegt sie in der Tiefe, bei anderen an der Oberfläche. Aber niemals fehlt sie gänzlich; denn alles, was ist, partizipiert am Sein-Selbst, und jeder hat ein gewisses Bewußtsein von dieser Partizipation, besonders in Augenblicken, in denen er sich vom Nichtsein bedroht weiß“ (ebd., S. 108).

Die Möglichkeiten der mystischen Partizipation, welche die Angst vor Isolation besiegt, sind zu differenzieren. Tillich arbeitete die wesentliche Voraussetzung heilsamer, zur Selbst-Zentriertheit verhelfender Mystik heraus. Er vermerkte, dass die östliche Mystik, welche sich unmittelbar in den Grund des Seins versenkt, ohne die existierende, endliche Welt zu integrieren, das

Konkrete und den Zweifel nicht ernst genug nimmt und eine einseitige und ungesunde Betonung der Partizipation darstellt. Dagegen ist die westliche Mystik, welche es erlaubt, die Sorgen, Zweifel und Widrigkeiten der realen Existenz zu integrieren ein Weg, der die Abwertung der endlichen Welt und deren Sinngehalte vermeidet und stattdessen den Zweifel in den Glauben integriert (vgl. ebd., S. 126 ff.).

Eine einseitige und ungesunde Betonung der Individuation dagegen zeigt das Beispiel von Nietzsche. Dessen nihilistische Weltsicht führte ihn dazu, das Leben nicht anzunehmen. Er wich dem Mut zum Sein aus und verlor so letztlich seinen Lebenswillen (vgl. ebd., S. 101).

Die Integration beider Pole im Glauben ist möglich durch das Vertrauen auf Gott und das Bewusstsein, von ihm bejaht zu sein. Die Gnade der Vergebung und die Versöhnung in Christus schaffen die Voraussetzungen dafür, in einer Ich-Du-Beziehung zu Gott zu sein und gleichzeitig weder sich selbst noch den eigenen Bezug zur Welt zu verlieren. Dieser Mut des Vertrauens, das von Luther so stark gelebte Prinzip „sola fide“ („Allein durch Glauben“) bejaht den Mut zur Individuation wie zur Partizipation und begegnet damit der existenziellen Isolation (vgl. ebd., S. 112 f.).

2.3.2.3.4 Sinn als existenzielle Gegebenheit

Tillich ordnete die Angst vor Leere und Sinnlosigkeit der Moderne zu. Die Rolle der Theologie beschrieb er in Beziehung zur Philosophie so: „Theologie handelt existentiell von dem Sinn des Seins, Philosophie handelt theoretisch von der Struktur des Seins“ (Tillich 2017a, S. 236).

Wie Frankl, dessen Dimensionalontologie in vielen Aspekten mit Tillichs Arbeiten übereinstimmt, betonte Tillich die Bedingtheit und Gebrochenheit des menschlichen Seins. Die Begrenztheit des Menschen, die Essenz, bzw. absolute Realität ganz zu begreifen, führt dazu, dass der Sinn des individuellen persönlichen Lebens nicht klar zu erkennen ist und eine gesunde Balance zwischen Sinneterminismus und Sinnkonstruktivismus gefunden werden muss. Jedoch war für Tillich der Grund allen Seins (Gott) nicht der Sinngeber im Sinne konkreter Aufgabenstellung, sondern der Sinngeber im Sinne der absoluten Annahme. Am Beispiel von Luther beschrieb Tillich

einen Menschen, dessen Weltanschauung, Lebensgestaltung und Sinngehalte durch Zweifel bedroht wurden. Ausgehend von der Frage der Schuld geriet Luthers gesamtes theologisches Gebäude, sein Deutungsmuster der Wirklichkeit ins Wanken. Die Versuche von Staupitz, ihn mit vorhandenen seelsorgerlichen Mitteln zu beruhigen, schlugen fehl. Luther ließ sich nicht beruhigen, weder durch Ablasshandel noch durch Bußgebete, noch durch den Sprung in eine dogmatische Gewissheit, sondern er wählte den Weg, sich seinen Zweifeln radikal zu stellen (vgl. Tillich 2015, S. 120 ff.).

„Der Glaube ist nicht die theoretische Annahme von etwas, das erkenntnismäßig zweifelhaft ist, sondern er ist die existentielle Bejahung [...] Er ist keine Meinung, sondern ein Zustand“ (ebd., S. 118).

Luther verzichtete auf die psychologische Stütze seiner religiösen Ausbildung. In der Abwendung von der katholischen Kirche ging seine bisherige Weltanschauung zusammen mit seiner beruflichen Identität verloren. Er bewegte sich durch den Zweifel zu einer Erfahrung der Sinnlosigkeit, die radikaler als die Mystik ist. Sein Glaube integrierte das Element der Skepsis, das in der herkömmlichen Vorstellung der Mystik fehlt. In diesem Sinn transzendierte er die mystische Erfahrung und begründete eine Form der Partizipation am Grund des Seins, die nur im absoluten Glauben möglich ist und deren Voraussetzung keine konkreten Inhalte sind (vgl. ebd., S. 121).

„Der Glaube, der den Mut erzeugt, sie [Zweifel und Sinnlosigkeit] in sich hineinzunehmen, hat keinen besonderen Inhalt. Er ist einfach Glaube – ohne auf etwas Bestimmtes gerichtet zu sein, absoluter Glaube“ (ebd., S. 120).

Verallgemeinert drückte Tillich aus: Da, wo wir zulassen, uns der Angst vor der Leere und Sinnlosigkeit zu stellen und wie Luther radikal am Sinn verzweifeln, gerade da zeigt sich der Sinn im Akt des Zweifelns und Glaubens. Er besteht darin, diese zu akzeptieren und zu transzendieren und sich so in der Bejahung des Seins-Selbst gegründet zu erleben (vgl. ebd., S. 120 ff.).

2.3.3 Kritische Würdigung

Auch Tillich ging davon aus, dass es zur menschlichen Reife gehört, sich der existenziellen Angst zu stellen und somit Antwort auf die existenziellen Gegebenheiten des Menschseins zu geben. Durch die theologische Antwort füllte er den transzendenten Raum, den Frankl dem Priester überlies. Er benannte

klar die dysfunktionalen Arten des Glaubens, die von Yalom zu Recht als fromme Verdrängung kritisiert werden. Doch die Theologie Tillichs gibt nicht nur Antworten von der Transzendenz her denkend, sondern transzendiert auch die existenzielle Angst selbst. Es geht nicht nur um die Angst vor dem menschlichen Tod, sondern ebenso um die ontologische Angst vor der absoluten Nicht-Existenz. Die damit verbundene hohe Abstraktheit seines Denkens setzt bei seinen Rezipienten kognitive Fähigkeiten voraus, die nicht jedem gegeben sind und einem Großteil gläubiger Menschen damit schwer zugänglich erscheinen.

Doch Tillichs große Stärke war die Bereitschaft zum Dialog und eine herausragende Fähigkeit zum Perspektivenwechsel in Verbindung mit menschlicher Nähe. Sie drückte sich nicht zuletzt darin aus, dass er für die Darlegung seiner systematischen Theologie eine abstrakte philosophische Sprache wählte, für die religiösen Reden dagegen auf jede Abstrahierung verzichtet und eine religiöse, bzw. prophetische Sprache sprach, die auch den „Mann auf der Straße“ erreichen konnte. Seelsorgerlich-priesterlich behutsam führte er vor allem in den religiösen Reden seine Hörer zur Grenzerfahrung hin, deckte menschliche Ausweichmechanismen Schicht um Schicht auf, nahm sie ernst als Ausweg aus dem menschlichen Dilemma, gestand jedoch unbedingte Ernsthaftigkeit allein dem Menschen zu, der seine gesamte Existenz von der Grenzsituation her deutet und gestaltet und so auf Sicherung – auch auf sakramentale, religiöse Sicherung – verzichtet.

In der Ermutigung zu menschlicher Reife ging er wesentlich weiter als Yalom und Frankl, indem er ausdrücklich zum „Leben auf der Grenze“ im ständigen Bewusstsein der ontologischen Dimension einlud. Aus seiner Darstellung der Beziehung zwischen Mensch und Gott lässt sich das besondere Moment seelsorgerlichen Handelns im Bereich der Tiefendimension des Geistes ableiten.

Seine Ausführungen zur Mystik verhelfen zu einer psychologisch gesunden Realistik und passen in Verbindung mit seiner Definition von Glauben als dem Ergriffensein vom Sein-Selbst zur Aussage des katholischen Theologen Karl Rahner: „Der Fromme von morgen wird ein `Mystiker´ sein, einer, der etwas `erfahren´ hat, oder er wird nicht mehr sein“ (Rahner 1966, zitiert nach Zimmerling 2015, S. 31).

Die Ergriffenheit, das absolute Betroffensein, die Partizipation an dem Sein-Selbst ist laut Tillich die Antwort des Glaubens auf die existenzielle Situation des Menschen in Bezug auf Tod, Freiheit, Isolation und Sinn. Sie wird möglich in Jesus als dem Christus, der in einem Kairos der Geschichte essentielles und existenzielles Sein vereinte und so die existenzielle Entfremdung überwunden hat.

2.4 Auswertung

In der folgenden Auswertung wird zunächst eine zusammenfassende Gegenüberstellung der drei beschriebenen Ansätze vorgenommen. Anschließend werden Möglichkeiten und Grenzen der unterschiedlichen Ansätze anhand eines auf Jürgen Habermas' Werken basierenden Prüfschemas zu Glauben und Wissen analysiert. Im Sinne eines hermeneutischen Zirkels werden zutage tretende neue Sichtweisen als Basis für die weitere Erörterung genutzt. Auf der dritten Auswertungsebene wird das Verhältnis von Psychotherapie und Seelsorge im Hinblick auf die religiöse Dimension betrachtet und auf der vierten Auswertungsebene die Bedeutung der Mystik als besonderes Moment des Glaubens untersucht.

2.4.1 Zusammenfassende Gegenüberstellung

2.4.1.1 Grundlagen

2.4.1.1.1 Therapeutischer, bzw. theologischer Ansatz

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Die Angst vor dem Tod kann als eine Hauptursache für viele psychische Erkrankung gelten. Sie durchzieht das ganze Leben und kann sich in verschiedensten Pathologien manifestieren.</p> <p>Die Angst muss bewusstgemacht und bearbeitet werden.</p> <p>Existenzielle Therapie konzentriert sich auf die existenziellen Gegebenheiten des Individuums.</p>	<p>Viele psychische Erkrankungen entstehen aufgrund frustrieren oder falsch erfüllten Sinns.</p> <p>Aufgabe der Logotherapie ist es, Beistand zu leisten bei der Sinnfindung unter Berücksichtigung der geistigen Dimension des Menschen.</p> <p>Leben aus der geistigen Dimension führt zu Reife und Erfüllung.</p>	<p>Psychische Erkrankungen vor dem Hintergrund existenzieller Angst rühren von der Entfremdung des Menschen von seinem Seins-Grund. Sie zeigt sich in dem „unruhigen Fragen“ des Herzens und kommt nur im Glauben zur Ruhe.</p> <p>Seelsorge leistet Hilfe in dieser Dimension des Unbedingten.</p> <p>Leben aus der Tiefe führt zu Reife und schöpferischem Leben.</p>

2.4.1.1.2 Anthropologie

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Der Mensch ist zwei-dimensional (Körper, Psyche) und ohne spirituellen Transzendenzbezug.</p> <p>Er ist auf zwischenmenschliche Beziehung angelegt.</p> <p>Der Mensch existiert nur zwischen Geburt und Tod.</p>	<p>Der Mensch ist drei-dimensional (Körper, Psyche, Geist).</p> <p>Er reicht als geistiges Wesen in eine höhere, vertikale Dimension hinein.</p> <p>Der Mensch ist auf Transzendenz angelegt. Er ist leidensfähig (homo patiens) und religiös (homo religiosus).</p> <p>Der menschliche Geist überdauert den physischen Tod.</p>	<p>Der Mensch ist drei-dimensional (Körper, Psyche, Geist).</p> <p>Seine eigentliche Natur ist das potenziell Vollkommene (Essenz), welches sich im Leben nur teilweise aktualisiert (Existenz).</p> <p>Die essentielle Natur des Menschen weist auf die transzendente Wirklichkeit, das Sein-Selbst. Das Sein überdauert den physischen Tod.</p>

2.4.1.1.3 Dimensionalität

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Leben vollzieht sich rein innerweltlich ohne jenseitigen Bezug.</p>	<p>Es gibt Welt und Überwelt, wobei die immanente Wirklichkeit von der transzendenten Realität umgeben wird.</p>	<p>Die Transzendenz durchzieht das ganze Leben. Durch Glauben, bzw. Spiritualität geschieht eine Selbsttranszendierung des Lebens, die durch Religion und Theologie sprachfähig und damit strukturiert wird.</p>

2.4.1.1.4 Bezug von Psychotherapie und Religion

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Religiöse Inhalte sind rein immanent, psychologisch zu interpretieren.</p> <p>Jedoch ist religiöse, spirituell transzendenzbezogene Lebensdeutung als ggf. stabilisierendes Element zu respektieren.</p> <p>Dabei sind eine Milchstraßenperspektive sowie pathologische Weltflucht zu vermeiden.</p>	<p>Die Psychotherapie ist dem Prinzip der Innerweltlichkeit verpflichtet (horizontale Ebene).</p> <p>Sie muss jedoch die „Tür zur Transzendenz“ offenlassen.</p> <p>Das Zimmer der Transzendenz einzurichten ist dagegen der Religion zu überlassen (vertikale Ebene).</p> <p>Religion und priesterliche Hilfe spielen sich in einer höheren, umfassenderen Dimension ab als Psychotherapie.</p> <p>Diese Dimension ist nicht durch Wissen, sondern durch Glauben zu erreichen.</p> <p>Ärztliche Seelsorge findet nicht in dieser höheren Dimension statt, sondern innerhalb der Immanenz.</p>	<p>Die Theologie hat für die transzendente Dimension ein Deutungssystem zu bieten und damit auf philosophische Fragen korrelativ zu antworten.</p> <p>Glaube ist kein Gefühl, Denkkonstrukt oder dogmatisches System, sondern ein Zustand des Erlebens, bzw. Ergriffenseins von dem Unbedingten, Letztgültigen.</p> <p>Durch seelsorgerliche Hilfe in der Dimension des Geistes geschieht Rückbindung (Religio) an den Seins-Grund.</p>

2.4.1.2 Existenzielle Gegebenheiten

2.4.1.2.1 Tod

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Existenzielle Angst ist v.a. die Angst vor dem Tod. Dabei kann verdrängte Todesangst Quelle zahlreicher Pathologien sein.</p> <p>Das Bewusstsein des Todes durchzieht das ganze Leben und führt bei gesunder Reflexion zu verstärkter Integration und Reife.</p> <p>Der Tod zeigt das Leben aus einer anderen Perspektive und kann zum Katalysator gelungenen Lebens werden.</p> <p>Reifer Umgang mit dem Tod führt dazu, das Leben aktiv zu gestalten. So gelebtes Leben zeichnet sich durch Intensität und Kreativität aus. Der Tod wird bewusst durch Krisen, aber auch durch strukturierte Übungen.</p>	<p>Die Angst vor dem Tod kann sich bei dem Versuch, ein Objekt der Angst zu finden und so Angst zur Furcht zu wandeln, zur hypochondrischen Phobie verdichten und sich u.a. in neurotischer Angst manifestieren.</p> <p>Der Tod ist das Ende des physischen und psychischen Ichs, wobei das geistige Selbst nach dem Tode bleibt.</p> <p>Mit dem Tod wird das „Sein und Haben“ zum reinen Sein.</p> <p>Der Tod macht das Leben erst sinnvoll und ist zugleich Schutzfaktor gelebten Lebens.</p>	<p>Die Angst vor dem Tod ist die „Ur-Angst“, aus der alle anderen Formen von Angst herrühren. Sie lässt uns die Entfremdung am deutlichsten spüren und verweist auf das Sein-Selbst.</p> <p>Da vor dem Tod das menschliche Gestaltungspotential versagt, hat der Mensch Angst, der neuen Situation nicht gewachsen zu sein. Die Angst kann durch menschliche Nähe gelindert, aber nicht aufgelöst werden.</p> <p>Sie kann nur mutig akzeptiert werden durch den „Mut zum Sein“.</p> <p>Der Tod motiviert für die Aktualisierung von Potentialitäten und ist so Katalysator für das gelebte Leben.</p>

2.4.1.2.2 Freiheit

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Die Angst vor der Freiheit steht in Beziehung zur Bereitschaft, Verantwortung und Urheberschaft für das eigene Leben zu übernehmen.</p> <p>Sie ist die Angst der Moderne, die mit dem zunehmenden individuellen Gestaltungsspielraum aufgrund schwindender allgemeingültiger Normen einhergeht.</p>	<p>Freiheit ist die Voraussetzung für Verantwortungsübernahme. Letzte Freiheit bleibt auch bei tiefem Leiden erhalten und zeigt sich in der Möglichkeit zur Einstellungsmodulation.</p> <p>Der Wegfall allgemeingültiger Werte führt zu einem neuen Verantwortungsgefühl für das eigene Leben aber auch für die Welt als Ganzes.</p>	<p>Die Freiheit ist vor ontologischem Hintergrund und der Frage von Determinismus und Indeterminismus zu betrachten.</p> <p>Das Schicksal bietet den Rahmen der Freiheit und wird seinerseits durch die Freiheit zur Erwägung, Entscheidung und Verantwortungsübernahme (um-) gestaltet.</p> <p>Eng verbunden mit der Verantwortung ist das Element der Schuld.</p> <p>Die Differenz von Sein und Sollen kann im Blick auf Gnade und Vergebung transzendiert und angenommen werden.</p> <p>Auch in den Begrenzungen von Raum und Zeit kann der Mensch den Mut zur Selbstbejahung trotz Einschränkungen leben.</p>

2.4.1.2.3 Isolation

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Isolation ist Ausdrucksform des Todes i.S. völligen, unüberbrückbaren Getrenntseins. Vor der Folie einer säkularen Weltanschauung ist Isolation auf interpersonaler und intrapersonaler Ebene beziehungsweise zu begegnen. Dabei entfaltet v.a. die vertrauensvolle, selbstlose Ich-Du-Beziehung heilsame Wirkung.</p>	<p>Die Verankerung in der Transzendenz, im Absoluten bietet eine Geborgenheit, die anders nicht gefunden werden kann und ist damit eine Antwort auf die Isolation. Innerweltlich ist über soziale Verbundenheit, auch i.S. eines Monanthropismus der Isolation auf der Beziehungsebene zu begegnen.</p>	<p>Isolation als Ausdruck des Gefühls letztgültigen Getrenntseins wird bewusst, wo die endliche (menschliche) Bejahung ausbleibt. Ihr kann durch zwischenmenschliche Beziehung begegnet werden. Abschließend wird sie jedoch nur durch die Annahme durch das Sein-Selbst befriedigt. Hierzu wird Mut sowohl zur Individuation als auch zur Partizipation benötigt. Durch Partizipation an der unendlichen geistigen Liebe Gottes wird es dem Menschen möglich, sich selbst anzunehmen trotz seiner Unannehmbarkeit.</p>

2.4.1.2.4 Sinnlosigkeit, bzw. Sinn

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Sinnlosigkeit ist die existenzielle Gegebenheit in einem absurden Universum.</p> <p>Da es keinen kosmischen, spirituellen Sinn gibt, ist die Sinnfrage anders als die anderen existenziellen Gegebenheiten nicht direkt anzugehen.</p> <p>Sondern von der Sinnlosigkeit ist wegzuschauen und i.S. eines Sinnkonstruktivismus durch Altruismus, Hingabe an eine Sache und Kreativität dem Leben Sinn zu verleihen.</p> <p>Eine spirituelle Sicht i.S. eines transzendenten Sinngebers ist abzulehnen und stattdessen Engagement zu fördern.</p>	<p>Nicht Sinnlosigkeit, sondern Sinn ist das Zentrum der Logotherapie. Die Suche nach Sinn trotz der tragischen Trias von Leid, Schuld und Tod ist der treibende Faktor des menschlichen Daseins.</p> <p>Im Sinne der Dimensionalontologie kann Sinnkonstruktivismus und Sinndeterminismus verbunden werden.</p> <p>Der kosmische Sinn setzt nicht notwendig einen spirituellen Sinngeber voraus, sondern kann sich in den Fragen ausdrücken, die das Leben an den Menschen stellt. Die Sinnfrage scheitert, sobald sie auf den Grund zielt, dies liegt daran, dass der Grund keinen Sinn mehr hat, sondern selbst der Sinn ist.</p>	<p>Theologie handelt existenziell vom Sinn des Seins. Die Bedingtheit und Gebrochenheit des menschlichen Seins verhindert, dass der Mensch den Sinn des Seins in Klarheit erkennen kann.</p> <p>Es ist eine gesunde Balance zwischen Sinnkonstruktivismus und Sinndeterminismus zu finden.</p> <p>Zweifel und Verzweiflung angesichts nicht erkennbaren Sinns wird im Akt des Glaubens aufgenommen.</p> <p>Der Sinn entsteht nicht durch verstandesmäßige Erkenntnis, sondern durch die Annahme durch das Sein-Selbst.</p>

2.4.1.3 Auswertung: Gegenüberstellung der drei Ansätze

Für existenzielle Therapie typisch findet die personenzentrierte Ausrichtung in Bezug auf die Stellung des Klienten zu sich selbst, zu Anderen und der Welt im Ganzen statt (vgl. van Deurzen/Arnold-Baker 2018, S. 75 ff.).

Vor allem Frankl und Tillich arbeiteten intensiv an der zugrundeliegenden Anthropologie, welche jeder existenziellen Beratung vorangehen muss (vgl. May 2011, S. 44 ff.). Doch auch Yalom therapiert auf dem Boden eines erkennbar ausgestalteten Menschenbildes und legt seine Ideologie offen.

Alle drei Ansätze setzen die authentische Analyse der ontologischen Dimension i.S. existenzieller Philosophie um (vgl. May 1969, S. 83). Damit ver helfen sie zum authentischen Sein, ohne die Bedeutung psychologischer Dynamik und Verhaltensmodifikation zu verneinen (vgl. May 1983, S. 86 ff.).

Der Seinsanalyse wird jedoch in der existenziellen Therapie der Vorrang vor therapeutischen Techniken eingeräumt (vgl. May 1990, S. 142 ff.).

Pathologien werden von allen drei Ansätzen übereinstimmend vor dem Hintergrund existenzieller Angst interpretiert und als Symptom gedeutet.

Dabei verdeckt das Symptom die zugrundeliegende Angst und verhindert Wachstum auf einer tieferen Ebene. Alle drei Ansätze betonen die Wichtigkeit, existenzielle Angst zu thematisieren und setzen sich aktiv und konstruktiv mit transdisziplinären Fragen auseinander. Alle drei befassen sich ausführlich mit den Folgen verdrängter Angst und verweisen auf die positiven Auswirkungen konfrontierter Angst. Dort, wo Angst als existenzielle Gegebenheit akzeptiert wird, fördert sie menschliche Reife, kreative Lebensgestaltung und Intensität zufriedenstellend gelebten Lebens.

Auch die Rolle des Helfenden als „Mit-Mensch“, welche zentraler Ausgangspunkt humanistischer Psychologie sowie christlicher Theologie ist, wird durch alle drei Ansätze umgesetzt, wenn auch im Stil verschieden: „Rollo May schlägt das griechische Wort *agape* oder das lateinische Wort *caritas* vor – eine Liebe, die dem Wohlergehen des anderen gilt“ (Rollo May, zitiert nach Yalom 2010, S. 480)

Die vorgestellten existenziellen Therapieansätze von Yalom und Frankl nennen Möglichkeiten, wie das individuelle Selbst die Angst vor dem Nichtsein auf sich nehmen, ihr mutig ins Auge schauen und zu ihr Stellung nehmen kann. Beide liefern durchdachte und empirisch überprüfte wirksame

Möglichkeiten, dies innerweltlich zu tun. Beide weisen auf das Spannungsfeld zwischen Individuation und Partizipation hin und warnen vor leerer Selbstbezogenheit. Irvin Yalom ist aufgrund seiner atheistischen Grundeinstellung auf die immanente Wirklichkeit bezogen, aber auch Viktor Frankl, dessen Dimensionalontologie durchaus die Tür zu einem wie auch immer gearteten Gottesglauben aufflässt, betreibt seine Logotherapie bewusst rein innerweltlich. Der Philosoph und Theologe Tillich befasst sich darüber hinaus v.a. mit der ontologischen Angst, welche nicht nur das immanente Nicht-Sein ins Auge fasst, sondern auch die transzendente Bedrohung des Nicht-Seins. Die „Trotzmacht des Geistes“ (Frankl) wird sowohl von Frankl als auch von Tillich als paradoxe Annahme des Seins unter den bruchstückhaften Bedingungen der diesseitigen Existenz gedacht. Dabei wird das transzendente Sein unter eschatologischen Bedingungen durch das „trotzdem“ des Glaubens kontrafaktisch angenommen. Die Gottesbeziehung, bei Frankl angedeutet und durch Tillich theologisch ausgearbeitet, akzeptiert das Element der Unverfügbarkeit und transzendiert es. Sowohl Frankl als auch Tillich verstehen das Leben als eine „Anrede-Antwort-Struktur“. Der Mensch antwortet auf die Fragen, die das Leben ihm stellt (Frankl), bzw. auf das Ergriffensein durch das Sein-Selbst (Tillich). Die Gottesbeziehung hat somit einen medio-passiven Charakter. Der (Über-) Sinn ist das verbindende Element und Fluchtpunkt, auf den der Mensch ausgerichtet ist (vgl. Korsch/Richter 2018, S. 59 ff.).

Dabei kann Sinn als kohärente Deutung verstanden (Yalom/Frankl) oder weiterführend als beziehungsorientiertes Geschehen (Tillich) interpretiert werden, das auf der absoluten Annahme durch das Sein-Selbst basiert und daraus seine Sinnhaftigkeit begründet.

Wo bei Yalom das Moment der Humanität und Mitmenschlichkeit zentral ist, gehen Frankl und Tillich über die immanente Wirklichkeit hinaus und betonen den existenziellen, leidenschaftlichen Charakter der Religiosität. Frankl zitiert Tillich: „Religiös sein heißt, leidenschaftlich die Frage nach dem Sinn unserer Existenz zu stellen“ (Frankl 2014, S. 64). Obwohl Tillich als Theologe dem religiösen Erleben eine Sprache, Kultus und Ritus zuweist, lehnt er ebenso wie Frankl eine konfessionelle oder dogmatische Engführung ab.

Beide betonen eine personale, zutiefst persönliche Religiosität (vgl. Korsch/Richter 2018, S. 71).

Insgesamt ist ein Muster erkennbar: Je tiefer sich der existenziellen Angst gestellt wird, je weniger darauf verzichtet wird, ein Element auszublenden, desto deutlicher tritt die Frage der Religion und Transzendenz auf, desto intensiver geschieht die Beschäftigung mit der Anthropologie des Menschen und es gerät die religiöse Dimension in den Fokus (vgl. Haendler 1953, S. 79; Benner 2015, S. 218 ff.).

2.4.2 Prüfschema: Glauben und Wissen

Zur genaueren Betrachtung der religiösen Dimension werden Gedanken von Jürgen Habermas zum Verhältnis von Glauben und Wissen skizziert, um als Verständnishilfe und Prüfschema zu dienen.

2.4.2.1 Zur Person

Jürgen Habermas, geb. 1929, gehört zur Frankfurter Schule und gilt als der bedeutendste deutschsprachige Philosoph der Gegenwart. Er selbst bezeichnet sich als „religiös unmusikalisch“, hat sich aber nach dem 11. September 2001 verstärkt religiösen Themen zugewandt und die gemeinsame Genealogie von Glauben und Wissen sowie ihren Beitrag zur Entstehungsgeschichte der säkularen Vernunft thematisiert (vgl. Müller-Dohm 2008; Horster 2010).

„[...]Es] gehören beide Modi, Glauben und Wissen, mit ihren in Jerusalem und Athen basierten Überlieferungen zur Entstehungsgeschichte der säkularen Vernunft [...] Diese moderne Vernunft wird sich selbst nur verstehen lernen, wenn sie ihre Stellung zum zeitgenössischen, reflexiv gewordenen religiösen Bewußtsein klärt, indem sie den gemeinsamen Ursprung der beiden komplementären Gestalten des Geistes aus jenem kognitiven Schub der Achsenzeit begreift. Indem ich von komplementären Gestalten des Geistes spreche, wende ich mich gegen zwei Positionen – einerseits gegen die bornierte, über sich selbst unaufgeklärte Aufklärung, die der Religion jeden vernünftigen Gehalt abstreitet, aber auch gegen Hegel, für den die Religion sehr wohl eine erinnerungswürdige Gestalt des Geistes darstellt, aber nur in der Art eines der Philosophie untergeordneten „vorstellenden Denkens“. Der Glaube behält für das Wissen etwas Opakes, das weder verleugnet noch bloß hingenommen werden darf“ (Habermas, zitiert nach Reder 2008, S. 29).

Demnach stellen Glauben und Wissen jeweils eigenständige Gestalten des Geistes dar und bedürfen des Diskurses sowie der gegenseitigen Ergänzung. Die Vertreter von Glauben und Wissen sind aufgefordert, diesen Diskurs zu suchen und in gegenseitigem Respekt auf Augenhöhe auszutragen. Nicht zuletzt im Dialog mit Joseph Ratzinger zur „Dialektik der Säkularisierung – Über Vernunft und Religion“ 2004 bringt Habermas sich selbst in den persönlichen Diskurs ein (vgl. Habermas/Ratzinger 2011).

„Es geht nicht um einen schwiemelligen Kompromiß zwischen Unvereinbarem. Wir dürfen uns um die Alternative zwischen anthropozentrischer Blickrichtung und dem Blick aus der Ferne des theo- oder kosmozentrischen Denkens nicht herumdrücken. Aber es macht einen Unterschied, ob man miteinander spricht oder nur übereinander. Dafür müssen zwei Voraussetzungen erfüllt sein: Die religiöse Seite muß die Autorität der

„natürlichen“ Vernunft als die fehlbaren Ergebnisse der institutionalisierten Wissenschaften und die Grundsätze eines universalistischen Egalitarismus in Recht und Moral anerkennen. Umgekehrt darf sich die säkulare Vernunft nicht zum Richter über Glaubenswahrheiten aufwerfen, auch wenn sie im Ergebnis nur das, was sie in ihre eigenen, im Prinzip allgemein zugänglichen Diskurse übersetzen kann, als vernünftig akzeptiert. Sowenig die eine Voraussetzung aus theologischer Sicht trivial ist, sowenig ist es die andere aus philosophischer Sicht“ (Habermas, zitiert nach Reder, 2008, S. 27).

Motivation für diesen Diskurs über Glauben und Wissen ist u.a. die immer wiederkehrende Denkfigur des Ursprungs der Vernunft aus einem Anderen, sobald die Vernunft sich auf ihren tiefsten Grund reflektiert (vgl. Habermas 2013, S. 113).

Er benennt vor allem fünf Bereiche, in denen die Ergänzung der säkularen Vernunft durch Religion sinnvoll ist. Diese sind Solidarität, Moral, Sprache, existenzielle Themen und Transzendenz. In seiner jüngsten Arbeit „Auch eine Geschichte der Philosophie“, erschienen 2019, macht er deutlich, dass der korrelative Bezug keine Frage der Wahl, sondern aufgrund der gemeinsamen Geschichte eine Gegebenheit ist. Sehr feingliedrig beschreibt er die Übersetzungsarbeit, welche die säkulare Vernunft nach der Achsenzeit und ganz besonders im Gefolge der Aufklärung leistet, mahnt jedoch an, dass die Religion nach wie vor vitale Elemente zu bieten hat, die bislang noch nicht ins Säkulare übersetzt wurden. Diese Elemente gelte es weiter im wechselseitigen Diskurs aufzunehmen, um deren semantische Gehalte zu retten (vgl. Habermas 2019, S. 78).

Auch thematisiert er die von Hans Blumenberg eingeführte Kritik eines Zirkelschlusses: „Könnten sich die theoretischen Weichenstellungen zum nachmetaphysischen Denken, auf die sie jeweils die Krise der Gegenwart zurückführen, nicht vielleicht als Ergebnisse intrinsisch überzeugender Lernprozesse durchgesetzt haben“ (Blumenberg, zitiert nach Habermas 2019, S. 38)?

2.4.2.2 Prüfschema

Das folgende Prüfschema entlehnt die Kriterien für die religiösen Inhalte meiner Studienarbeit, die sich mit der religionsphilosophischen Stellung Habermas befasst. Dabei werden auf der vertikalen Achse die aus Texten von Habermas extrahierten Thesen aufgeführt und auf der horizontalen Achse die drei Bereiche, die sich mit dem Bezug zur Vernunft befassen.

Hierbei wird auf das weitgehend auch umgangssprachlich akzeptierte Verständnis zurückgegriffen, wonach Vernunft beschrieben wird als „die Fähigkeit, Informationen zu verarbeiten u. sein Handeln daraus abzuleiten; Erkenntnis- u. Urteilsbildungsvermögen des Menschen“ (Bünting 1996, S. 1258).

Wesentlich in Bezug auf die Forschungsfrage ist die Frage der säkularisierten Elemente, der noch nicht säkularisierten Elemente und den – im Wesen der Sache liegend – nicht säkularisierbaren, bzw. „opaken“ Elemente des Glaubens. Der säkularen Vernunft werden hier u.a. naturwissenschaftliche, säkular-philosophische und psychologische Themen und Ideologien zugeordnet, der religiösen Vernunft spezifisch religiöse Inhalte und Dogmatik.

	Säkulare Vernunft	Religiöse Vernunft	Kein Gegenstand der Vernunft
Tod			
Religion bietet angemessene Rituale, z.B. für Tod und Abschied	x	x	
Religion bietet Hoffnung in der Unbegreiflichkeit menschlichen Lebens	x	x	
Religion bietet Hoffnung in der Unabgeschlossenheit menschlichen Lebens	(x)	x	

Angemessene Rituale können ohne weiteres säkularisiert werden und werden z.B. durch Yalom entsprechend verwandt. Auch ein Deutungsangebot für die Unbegreiflichkeit des menschlichen Lebens kann durch die säkulare Vernunft gegeben werden. In Bezug auf die Unabgeschlossenheit wird dies für die säkulare Vernunft schwieriger, jedoch hilft für Yalom der Bezug auf Epikur, der von einer Abgeschlossenheit des menschlichen Lebens ausgeht.

Religiöse Vernunft bietet hier einen Deutungshorizont i.S. der Unabgeschlossenheit menschlichen Lebens. Dieser kann, muss aber nicht als hilfreicher empfunden werden.

	Säkulare Vernunft	Religiöse Vernunft	Kein Gegenstand der Vernunft
Freiheit			
Religion liefert Begründungen für Moral und Recht in einer „entgleisenden Moderne“	x	x	
Religion bietet einen Schutz gegen den „Defätismus, der in der modernen Vernunft brütet“	x	x	
Religion hat die motivierende Kraft guter Gründe	x	x	
Religion gibt Antwort auf den Umgang mit Schuld	x	x	
Religion bezieht ihre normative Kraft jenseits der säkularen Vernunft		x	
Religion schärft den Blick für soziale Pathologien, die innerhalb der säkularen Vernunft als Zirkelschluss nicht aufzudecken sind		x	

Tatsächlich entstand gerade im Zuge der Aufklärung und aufkommendem Humanismus die Hoffnung, sich der als bevormundend empfundenen moralischen Forderungen der Religion zu entledigen und Moral auf der Basis säkularer Vernunft zu etablieren. Darüber hinaus ließ sich nachmetaphysisch der Offenbarungsanspruch der Religion und die damit verbundene Autorität in normativen Fragen nicht mehr halten. Auch Habermas hat in seinen Arbeiten zur Gesellschaftstheorie die Vision einer besseren Gesellschaft gezeichnet, welche ihre normative Kraft innerhalb der säkularen Vernunft

bezieht. Die historische Entwicklung hat jedoch gezeigt, dass diese Hoffnung, wenn auch nicht reine Utopie so doch als eine Sache längerfristiger Entwicklung zu sehen ist. Mit zunehmendem Lebensalter weist Habermas verstärkt darauf hin, dass die Abkehr vom Dialog mit den Religionen nicht zu rasch erfolgen sollte, sondern die wichtigen Elemente der Religion, gerade in Bezug auf Freiheit und Verantwortung, auf Moral und Schuld sorgfältig in die säkulare Vernunft zu übertragen sind. Angewandt auf die drei vorgestellten Ansätze wird dieses Thema v.a. von Tillich aufgenommen, der die existenzielle Gegebenheit der Freiheit nicht nur vor dem Hintergrund der damit verbundenen Verantwortung behandelt, sondern sich der Thematik von Schuld, Vergebung und Gnade stellt, somit einen religiösen Deutungsrahmen offeriert und einen religiösen Beitrag zum Diskurs leistet.

	Säkulare Vernunft	Religiöse Vernunft	Kein Gegenstand der Vernunft
Isolation			
Religion fördert Solidarität durch kollektiv verbindliche Ideale	x	x	
Religion fördert Gemeinschaftssinn, da sie ihrem Wesen nach in der Gemeinschaft stattfindet	x	x	
Religion kann eine Vorbildfunktion bei der Integration von Minderheiten einnehmen	x	x	
Religion bezieht sich auf ein Äußeres und überschreitet die der Vernunft innewohnende Grenze zur Transzendenz			x

Gerade im Bereich der Behandlung von Isolation i.S. der ersten drei Punkte entfaltet die Therapie Yaloms ihre besondere Stärke. Durch seine Ideologie

und starke Betonung der therapeutischen Authentizität, Nähe und Selbstöffnungsbereitschaft bringt er heilsame Elemente ein, die durchaus durch konsequente, rein säkulare Beobachtung und Analyse allein entstehen können. So fördert gerade sein innerweltlicher Ansatz den Bezug zum Mitmenschen und damit die Überbrückung von Isolation. Auch der säkulare Ansatz der Logotherapie benötigt für die ersten drei der genannten Kriterien keine religiöse Vernunft, sondern auch bei Frankl ist die Betonung der heilsamen menschlichen Gemeinschaft stimmig nachvollziehbar und zeigt sich nicht zuletzt in seiner Forderung eines Monanthropismus. In der Natur der Sache liegend kann die säkulare Vernunft jedoch nicht die Grenze zur Transzendenz überschreiten. Im Sinne der Forschungsfrage interessant ist allerdings die Beobachtung, dass die religiöse „Vernunft“ dies ebenso wenig kann. Nach Tillich ist die Beziehung zur Transzendenz erkenntnistheoretisch nämlich keine Frage von vernünftigem Denken, sondern der Zustand des Ergriffenseins durch das Sein-Selbst.

	Säkulare Vernunft	Religiöse Vernunft	Kein Gegenstand der Vernunft
Sinn			
Religion wirkt sinnstiftend	x	x	
Religion füllt existenzielle Leere			x

Die unterschiedlichen Positionen zu Sinnobjektivismus und Sinnkonstruktivismus wurden in den drei vorgestellten Ansätzen ausführlich erörtert. Es zeigte sich, dass eine dysfunktionale Nutzung religiöser Vernunft i.S. eines strikt vorgegebenen Sinnes zu Pathologien oder mindestens zu fehlender Verantwortungsbereitschaft und Reife führen kann (Yalom). Jedoch bedeutet dies nicht notwendigerweise, dass der Gedanke an einen Sinnstifter generell schädlich ist, sondern ebenso kann eine fruchtbare Kombination aus Sinnobjektivismus und Sinnkonstruktivismus entstehen (Frankl).

Tillich weist am Beispiel Luthers darauf hin, dass für das Finden von Sinn weder säkulare noch religiöse Vernunft benötigt, sondern Sinn im Erleben der Annahme durch das Sein-Selbst gefunden wird. Diese Annahme basiert nicht auf säkularen oder religiösen dogmatischen Sätzen, sondern ist jenseits des Vernunftzirkels ein Zustand des Ergriffen- und Betroffenseins.

Mit Tillich könnte man sagen, Religion i.S. von dogmatischen Inhalten und Ideologien kann sinnstiftend sein, ebenso wie Psychotherapie i.S. von säkularen humanistisch-dogmatischen Inhalten; jedoch kann die existenzielle Leere nicht durch vernünftige Erkenntnis ausgefüllt werden.

2.4.2.3 Auswertung: Glauben und Wissen

Zusammenfassend lässt sich nachweisen, dass es die betrachteten existenziellen säkularen Therapien eine beachtliche „Übersetzungsarbeit“ leisten und sorgfältig religiöse Elemente von säkularen Elementen abgrenzen, freilich bei unterschiedlicher Wertung. Bei den meisten von Habermas geforderten Punkten, welche die Religion der säkularen Vernunft beisteuern soll, ist eine Säkularisierung entweder vollzogen oder zumindest machbar. So kann der humanistische Glaube als Religion der Moderne gelten (vgl. Durkheim, zitiert nach Joas 2004, S. 149).

Ausnahmen sind die beiden Aspekte: „Religion bezieht sich auf ein Äußeres und überschreitet die der Vernunft innewohnende Grenze zur Transzendenz“ sowie „Religion füllt existenzielle Leere“. Das Äußere, auf das sich die Religion bezieht, ist naturgemäß nicht säkularisierbar. Problematisch bleibt auch, dass die Oberflächenstruktur von Sprache, auch von bildhafter Sprache und Ritualen notwendigerweise immer eine reduzierte Wiedergabe des in der Tiefenstruktur des Sprechers Gemeinten darstellt. Es bleiben daher Inhalte, die sich ggf. durch Sprechakte nicht zutreffend wiedergeben lassen. Somit behält der Glaube „etwas Opakes“ (Habermas), er steht unter „eschatologischem Vorbehalt“ (Tillich). Erkenntnistheoretisch spielt in der Theologie Tillichs nicht nur das Deutungsangebot der Religion, sondern v.a. das Erleben des Ergriffenseins durch das Sein-Selbst eine entscheidende Rolle. Dieses bietet nicht nur einen „vernünftigen“ Deutungsrahmen für die existenzielle Leere, sondern es füllt sie.

2.4.3 Prüfschema: Psychotherapie und Seelsorge

2.4.3.1 Christliche Seelsorge

Seelsorge, die „cura animarum“ kann beschrieben werden „... als die Unterstützung und Wiederherstellung des Wohlergehens von Personen in ihrer Tiefe und Ganzheit mit besonderem Augenmerk auf ihr inneres Leben [...]. Ziel [... ist die] Förderung des psychospirituellen Wachstums und Wohlergehens [...]“ (Benner 2014, S. 25).

Die gemeinsame Genealogie von Glauben und Wissen spiegelt sich auch in der gemeinsamen Genealogie von Psychotherapie und Seelsorge wider. Der Dialog als formales Element, die Anleitung durch weise Vorbilder sind Erbe sowohl jüdischen als auch griechischen Denkens und werden ergänzt durch die spirituelle Dimension (vgl. ebd., S. 40 ff.).

Moderne Seelsorge zeichnet sich durch eine intensive Integration psychologischer und neurobiologischer Erkenntnisse aus:

- Humanistisch orientierte, klientenzentrierte Seelsorge findet sich als die Muttersprache geistlicher Begleitung in fast jedem modernen Seelsorgekonzept (vgl. Bäumer/Plattig 2012).
- Psychoanalyse und Tiefenpsychologie wurde u.a. von Oskar Pfister, Otto Haendler, Joachim Scharfenberg und Dietrich Stollberg rezipiert und im Rahmen der Pastoralpsychologie, bzw. der klinischen Seelsorgeausbildung aufgenommen (vgl. Ziemer 2015). In Bezug auf existenzielle Angst ist hier v.a. Eugen Drewermann zu nennen (vgl. Drewermann 2013, 2018; Drewermann/Jeziorowski 1992).
- Kognitiv-Behavioral orientierte Seelsorge wird u.a. von der Biblisch-Therapeutischen Seelsorge angewandt (vgl. Dieterich 1995), (vgl. Dieterich 2015), die sich insgesamt jedoch durch Methodenvielfalt auszeichnet und zusätzlich gesprächstherapeutische und tiefenpsychologische Therapieansätze integriert (vgl. Ziemer 2015, S. 104 ff.).
- Systemische Seelsorge wird u.a. von Michael Herbst (vgl. Herbst 2013), Christoph Morgenthaler (vgl. Morgenthaler 2017), Sabine Schröder (vgl. Schröder 2015) und Götzelmann (vgl. Götzelmann 2008) ausformuliert.

Bei aller Integration psychologischer Elemente ist jedoch entscheidendes Kriterium der Seelsorge, dass sie sich bewusst im Transzendenzbezug vollzieht (vgl. Morgenthaler 2017, S. 24).

Dabei kann die Religion Sprache und Symbole zur Angstbewältigung zur Verfügung stellen: „Es geht in der seelsorgerlichen Lebensdeutung darum, zur `Angstfähigkeit im Horizont des Glaubens´ und damit zu einer Sprachfähigkeit für die Angst beizutragen“ (Klessmann 2015, S. 227 ff.).

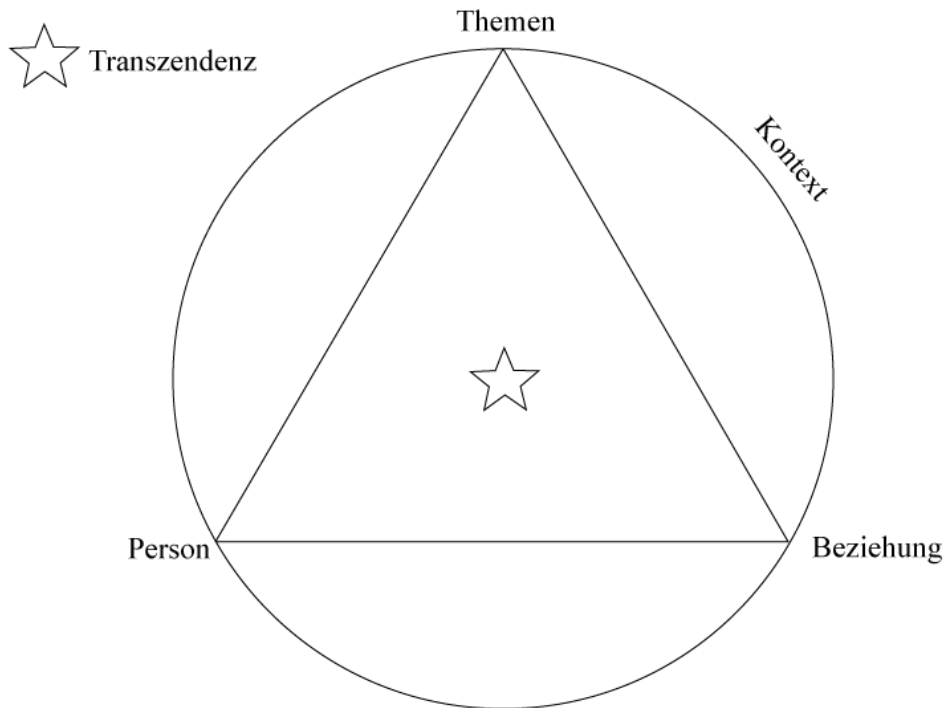


Abbildung 7: Dimensionen der Seelsorge (ebd., S. 24)

Kernelement christlicher Erlösungslehre ist die Möglichkeit, das Fragmentarische des menschlichen Lebens, das notwendig Schuldhaftes durch Vergebung auflösen zu können. Gerade dort, wo menschliche Möglichkeiten versagen, weder schöpferische noch Erlebniswerte gelebt werden können und selbst die Modifikation von Einstellungswerten misslingt, leuchtet die Kraft der christlichen Verkündigung von Gnade und Vergebung auf, macht das Geschenk des neuen Seins Sinn (vgl. Eschmann 2000, S. 113 ff.).

Unter anderem Griffith und Griffith haben herausgearbeitet, wie sich spirituelle Themen in Form von Identitätsfragen, Fragen nach Ziel und Sinn, nach Werten und Beziehungen ausdrücken. Sie werden in Redewendungen, Geschichten, Metaphern, Ritualen, ethischen Handlungen uvm. präsentiert und es gehört zur spirituell-sensiblen Beratung sowohl in Psychotherapie als auch in Seelsorge, sie wahrzunehmen und auf der ihnen entsprechenden Ebene zu begegnen (vgl. Griffith 2013, S. 86 ff.).

2.4.3.2 Prüfschema

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Yalom zeigt sich als höchst sensibel in der Bearbeitung existenzieller Themen auch ohne selbst einen Transzendenzbezug zu bejahen.</p> <p>I.S.Tillichs und Frankls könnte man ihn als einen der Menschen charakterisieren, welche die religiöse Wurzel zwar verneinen, aber durchaus, wenn auch unbewusst, spirituell handeln.</p> <p>Auch i.S. von Griffith weist die Ausrichtung seiner Therapie eine spirituelle Tönung auf.</p> <p>Der Unterschied zur Seelsorge besteht im fehlenden, bzw. unbewussten Transzendenzbezug sowie fehlender religiöser Deutung existenzieller Themen.</p>	<p>Auch Frankl nimmt die o.g. spirituellen Fragen sensibel wahr und geht in seiner bewussten Auseinandersetzung mit der Transzendenz einen Schritt weiter als Yalom.</p> <p>Damit rückt er in die Nähe seelsorgerlichen Handelns, was sich folgerichtig in seiner Ausformulierung der „ärztlichen Seelsorge“ ausdrückt.</p> <p>Er ist i.S. Tillichs ein bewusst religiöser Mensch und im eigenen Sinne ein „homo religiosus“.</p> <p>Im Unterschied zum Seelsorger verzichtet er auf religiöse Deutungen und überlässt dies dem Priester.</p>	<p>Tillich nimmt die spirituelle Dimension bewusst wahr und reagiert sensibel auf die spirituellen Fragen seiner Zeit. Als Theologe nimmt er eine religiöse Deutung vor, stellt einen Erlebnisraum für Transzendenz her und bietet gleichzeitig ein Erklärungsmodell der Wirklichkeit, welches auf die spirituellen Fragen antwortet.</p> <p>Die religiöse Dimension steht für Tillich im Zentrum der menschlichen Frage und er deutet das Leben von der spirituellen (Grenz-) Situation her.</p> <p>Auf die fragmentarische Situation des Menschen und die Schuldfrage antwortet er mit Vergebung und Gnade. Tillich ist damit Seelsorger im engeren Sinne.</p>

2.4.3.3 Auswertung: Psychotherapie und Seelsorge

Alle drei vorgestellten Ansätze zeichnen sich nach der eher weit gefassten Definition von Griffith durch intensiven spirituellen Bezug aus, auch wenn dieser nicht explizit in der Therapie benannt wird (Frankl) oder verneint wird (Yalom).

Religiös i.S. von leidenschaftlicher Frage nach dem Sinn sind Tillich und Frankl. Seelsorger im eingangs dieses Abschnitts erwähnten Sinne ist Tillich, da er sowohl Erfahrungs- als auch Deutungsrahmen der spirituellen Dimension anbietet, den Vergebungs- und Erlösungsaspekt der christlichen Botschaft thematisiert sowie den Transzendenzbezug betont.

Voraussetzung zur Bewältigung existenzieller Angst im Rahmen von säkularer Psychotherapie ist das Angebot eines Deutungs- und Erklärungsrahmens in Verbindung mit liebevoller Akzeptanz und authentischer Ich-Du-Begegnung. Analog ist die Voraussetzung zur Bewältigung existenzieller Angst im Rahmen von Seelsorge das Angebot eines Deutungs- und Erklärungsrahmens sowie das Eröffnen eines Erlebnisraums der liebevollen Akzeptanz durch das Sein-Selbst („Gott“).

Wesentlich ist v.a. die klare Diagnostik: Wenn für einen Menschen die ontologische Angst das eigentliche Problem ist, aufgrund der Diagnostik jedoch an der Todesangst gearbeitet wird oder an einer konkreten Phobie, dann zielt die Therapie aufgrund unzutreffender Diagnostik an eben diesem Menschen vorbei. Er wird entweder die Therapie ohne nennenswerte positive Auswirkungen erdulden oder sich – da er sie als unpassend empfindet – dagegen wehren. Im ersten Fall kann er zum Drehtürpatienten werden, im zweiten Fall eine weitere Diagnose „erwerben“, die sich auf seine Abwehr von leitliniengerechten Methoden bezieht, aber für ihn nachvollziehbar zu kurz greift.

Dagegen wird eine spirituell-sensible Beratung z.B. i.S. der PSI-Theorie Julius Kuhls diese Abwehr nicht als Pathologie, sondern womöglich gerade als gesunde spirituelle Intelligenz werten (vgl. Kuhl 2015, S. 287 ff.).

Jenseits der vorgestellten existenziellen Ansätze gibt es inzwischen viele weitere Variationen spirituell sensibler Psychotherapie. Zu differenzieren ist jedoch zwischen den Begrifflichkeiten und der Sache an sich. Zwar macht es

keinen Unterschied, ob der spirituell sensible Begleiter das Erleben mit „Andacht“ (vgl. Moser 2003, S. 32 f.) oder als „spirituelle Intelligenz“ (vgl. Kuhl 2015, S. 287 ff.) bezeichnet. Ebenso gut können die Arbeiten Tillichs im Zuge moderner Emotionsforschung genutzt werden wie Sabine Joy Ihben-Bahl in ihrer Dissertation herausarbeitet (vgl. Ihben-Bahl 2020, S. 331 ff.).

Doch die Sache an sich, um die es Tillich geht, ist die persönliche Ergriffenheit und Betroffenheit. Diese schafft Geborgenheit und das Bewusstsein des (An-) Gefragt Werdens. Erkenntnistheoretisch ist dieses Element nicht durch Wissen, sondern nur durch Glauben i.S. mystischen Erlebens nachvollziehbar. Dieses originär geistliche Element ist nicht übersetzbar und scheint doch unverzichtbar. Denn es ist das mystische Element, welches der absoluten Angst auf Augenhöhe begegnen kann.

2.4.4 Prüfschema: Mystik

2.4.4.1 Christliche Mystik

Jenseits des religiösen Deutungsangebotes kann gerade die Mystik als das eigentliche sperrige Element bezeichnet werden, welches in die Gegenwart hineinragt. Zugleich zeigt sich in ihr am deutlichsten der spezielle Transzendenzbezug der christlichen Seelsorge in ihrer Ausrichtung auf die Tiefendimension des Geistes:

„Bei der Mystik geht es um die erfahrungsbezogene Seite der Theologie, um die `cognitio dei experimentalis`, um das `erfahrende Wahrnehmen Gottes`. Erfahrungsbezogen meint: Nicht die gedachte, sondern die gelebte Dimension des Glaubens steht im Vordergrund. [... Die Mystik] ist im Kern weniger am intellektuell geprägten Nachdenken über Gott interessiert, sondern existenziell-erfahrungsbezogen. In ihrem Zentrum steht nicht Wissen, sondern Glauben, nicht eruditio, sondern pietas, nicht der Kopf, sondern das Herz“ (Zimmerling 2015, S. 13).

Quer durch alle christlichen Denominationen und durch die Geschichte werden mystische Erfahrungen erlebt und thematisiert. Der katholische Theologe Karl Rahner versteht unter Mystik ausdrücklich nicht seltsame parapsychologische Phänomene, sondern die Erfahrung Gottes als authentisches, aus der Mitte der Existenz kommendes Geschehen. In der „unio mystica“, der Vereinigung der Seele mit Gott, bzw. der Einwohnung des göttlichen Geistes im Menschen nimmt der Mensch teil an Gottes Kraft und Wesen (vgl. ebd., S. 156). Zur Mystik gehört jedoch eine Eigenschaft, die im Rahmen psychologischer Forschung Schwierigkeiten bereitet: Sie ist aufgrund ihres pneumatologischen Charakters nicht mit wissenschaftlichen, d.h. rationalen Methoden überprüfbar, kann aber – zumindest in ihren dysfunktionalen Ausprägungen – Anlass psychotherapeutischer Behandlung sein. Die mystische Erfahrung muss jedoch theologisch gedeutet werden, um nicht pathologisiert zu werden oder sich in der Beliebigkeit zu verlieren (vgl. Utsch/Bonelli/ Pfeifer 2014, S. 73 ff.).

Umgekehrt spielt das religiöse Vorverständnis eine Rolle. So drückt sich die Mystik der Wüstenväter anders aus als die katholische Spiritualität des Mittelalters, die nachreformatorische evangelische Mystik oder die neureligiöse charismatische Spiritualität (vgl. Zimmerling 2018, S. 29 ff.).

Wo immer das mystische Erleben versprachlicht werden soll, stellt dies für den Sprecher eine besondere Herausforderung dar, da es sich seinem

Wesen nach der Versprachlichung und Konzeptualisierung entzieht (vgl. Zimmerling 2015, S. 14).

Theresa von Avila etwa, die Gründerin der „Unbeschuhten Karmeliten“ und erste Kirchenlehrerin der Geschichte, findet in ihren beiden bekanntesten Werken, ihrer „Vida“ sowie der „Inneren Burg“ Formulierungen und sprachliche Bilder für ihr mystisches Erleben, die ihre Werke zu Klassikern der spanischen Literatur machten. Dennoch beklagt sie fortwährend die Unmöglichkeit, ihr Erleben in Wort zu fassen (vgl. Avila 2018, S. 12 ff.).

Dabei zeigt die Fülle spiritueller Literatur, dass es offensichtlich ein menschliches Bedürfnis zum Mit-Teilen der mystischen Erfahrung gibt. Die Liste bekannter Mystiker ist lang und reicht von den frühen Wüstenvätern wie Evagrius Ponticus (ca. 345–399) über Augustinus (354–430), Bernhard von Clairvaux (1090–1153), Meister Eckart (ca. 1260–1326), Ignatius von Loyola (1491–1556), Teresa von Avila (1515–1582), Johannes vom Kreuz (1542–1591), Paul Gerhardt (1607–1676), Pierre Teilhard de Chardin (1881–1955) bis zu Edith Stein (1891–1942), Karl Rahner (1904–1984), Thomas Merton (1915–1958) und Henri J. M. Nouwen (1932–1996) im 20. Jahrhundert (vgl. Plattig 2010).

Gerade der Aspekt der Geborgenheit durch mystisches Erleben wird auch durch Mystiker der Gegenwart beschrieben. Hier sind vor allem Richard Rohr (vgl. Rohr 2018, S. 69 ff.), Franz Jalics (vgl. Jalics 2016, S. 21 ff.) oder Pierre Stutz (vgl. Stutz 2018, S. 238 ff.) zu nennen.

Im protestantischen Bereich wird Martin Luther von Tillich als Beispiel für gelungene Individuation und Partizipation und für mystisches Erleben genannt; auch Peter Zimmerling nennt ihn in seiner Darstellung evangelischer Mystiker, wenngleich mit Hinweis auf Luthers Ambivalenz zur Mystik.

Daneben führt Zimmerling für protestantische Mystik Namen wie Philipp Nicolai, Dag Hammarskjöld, Paul Gerhardt, Gerhard Tersteegen, Nikolaus Ludwig von Zinzendorf und Dietrich Bonhoeffer an (vgl. Zimmerling 2015, S. 37 ff.). Nicht zuletzt Gerhard Tersteegen hat die Mystik als Beziehungserfahrung i.S. Bubers Beschreibung einer Ich-Du-Beziehung interpretiert (vgl. ebd., S. 131).

Das Erleben der Ich-Du-Beziehung zum Sein-Selbst verändert den Zustand existenzieller Angst in den Zustand der Geborgenheit und Annahme. Diese

Annahme bietet eine Gegenerfahrung zur Angst, die auch dann noch trägt, wenn Dogmatik i.S. religiöser Deutungsmuster oder säkularer Psychoedukation zu Angstbewältigungsstrategien nicht mehr ausreichen (vgl. ebd., S. 226).

Neben den individuellen Protagonisten mystischer Erfahrung beschreibt Zimmerling die historischen Umgebungsvariablen und weist nach, dass praktisch bei jeder größeren Erweckungsbewegung der Kirchengeschichte die Mystik eine zentrale Rolle gespielt hat. Die wachsende Offenheit der Gegenwart für spirituelle Sichtweisen nach dem theologischen Rationalismus des 18. Jahrhunderts geht nicht zuletzt auf Karl Rahner zurück, der sich für eine stärkere Rückbesinnung auf die geistliche Dimension des Glaubens einsetzte (Rahner, 2015). Sie zieht weite Kreise in die protestantische Theologie und Seelsorge und wird u.a. von Jürgen Moltmann ausgeführt (vgl. Zimmerling 2015, S. 31 ff.).

Theologisch fundiert ist die pneumatologische Bedeutung in der biblischen Rede von der „Gabe des Geistes“. Was sich in Christus in einem Kairos der Geschichte manifestierte, lebt in jedem Gläubigen weiter: „Insofern ein Leben vom Geist Neubestimmt wird, partizipiert es am Anfang des guten Endes der Heilsgeschichte, hat es schon Teil am Auferstehungsleben Jesus Christi. Zugleich steht dieses neue Leben unter einem eschatologischen Vorbehalt“ (Pent-Keller 2010, S. 30).

Vor allem der weltweit am schnellsten wachsende Zweig der christlichen Religion, die charismatische Bewegung, die sowohl innerhalb als auch außerhalb der großen Volkskirchen enormen Zuwachs verzeichnet, ist ausdrücklich pneumatologisch orientiert (vgl. Zimmerling 2018, S. 29 ff.). Einen eher energetischen Ansatz zeigt Manfred Josuttis auf, welcher die biblische Terminologie von Mächten und Gewalten in atmosphärische Mächte und Kraftfelder übersetzt (vgl. Josuttis 2000, S. 196 ff.).

Mystik umfasst jedoch nicht nur das Erleben der Gottesnähe und damit verbundener Geborgenheit, sondern auch das Erleben von Leere, Dunkelheit und Gottesferne. Johannes vom Kreuz etwa beschreibt in „Die Dunkle Nacht“ die Auswirkungen der Kontemplation als Leere und Aufhebung aller seelischen Stützen, ein beängstigender Schmerz, der wie aufzehrendes Feuer wirkt (vgl. Kreuz 2013, S. 110 ff.).

Ohne theologische Deutung wird dieses geistliche Phänomen psychologisch eher der Depression oder auch Angststörung zugeordnet werden, so dass für hochreligiöse Menschen ein beträchtliches Konfliktpotential entstehen kann (vgl. Utsch/Bonelli/Peifer 2014, S. 123 ff.).

2.4.4.2 Prüfschema

Yalom	Frankl	Tillich
<p>Yalom kann das mystische Erleben persönlich zwar nicht nachvollziehen, respektiert Spiritualität jedoch als Deutungsrahmen.</p> <p>Um wahrhaft religiös zu sein bedarf es laut Yalom allerdings des Mutes zur Einsamkeit, andernfalls handelt es sich eher um Flucht vor der Angst.</p>	<p>Für Frankl bietet die Mystik durch ihre Verankerung in der Transzendenz, im Absoluten eine Geborgenheit, die anders nicht erreicht werden kann.</p>	<p>Für Tillich kann absolute Angst nur ontologisch aufgelöst werden durch die (mystische) Partizipation am Sein-Selbst. Dabei sind Partizipation und Individuation auszubalancieren.</p> <p>Ein unmittelbares Versenken in das Sein-Selbst birgt die Gefahr einer Weltflucht und kann Dissoziation fördern.</p> <p>Dem ist die Integration der irdischen Welt mit ihren Sorgen und Nöten in die Mystik vorzuziehen.</p>

2.4.4.3 Auswertung: Mystik

Alle drei Ansätze bieten säkulare Angebote zur Überwindung von Isolation und zeigen Gefahren ungesunder Mystik in Form von Weltflucht und Verlust der Ich-Grenzen auf. Yalom nimmt die Mystik als Form von Spiritualität hin und Frankl verweist auf die einzigartige Geborgenheit, die von ihr ausgeht.

Für Tillichs theologisches Denken schließlich ist Mystik elementar und zentral. Sie ist für ihn gerade kein Sonderkonzept einiger weniger, sondern tragendes Element des menschlichen Seins und damit Grundkonstante des Glaubens (vgl. Leppin 2007, S. 12). Dennoch oder vielleicht gerade deshalb gibt er zahlreiche konkrete „Handlungsempfehlungen“ zum gesunden Umgang mit Mystik vor theologischem Hintergrund. Die von ihm betonte gleichzeitige personhafte Erfahrung und Integration von Zweifel und Leid statt reiner Versenkung hält die Balance zur Realität und schützt vor ungesunder Verschmelzung. Tillichs Mystik- und Glaubensverständnis schützt ebenso vor unrealistischer Erwartung garantierter und immerwährender Geborgenheit in der Transzendenz, sondern integriert auch die angstbehafteten Aspekte des Glaubens. Glaube umfasst somit die Bereitschaft, sich der existenziellen Angst zu stellen im Vertrauen – trotz des Wissens um die Unverfügbarkeit der Antwort.

Darüber hinaus erweisen sich Tillichs Gedanken zur spirituellen, statt psychologischen Deutung der menschlichen Tiefe als anschlussfähig und kulturübergreifend wirksam. Die spirituelle Suchbewegung der Gegenwart kann in diesem Sinne als Veto der Wirklichkeit interpretiert, als Ausdruck intuitiven Weltwissens gedeutet (vgl. Habermas 2008, S. 31) oder als spirituelle Intelligenz gewertet werden (vgl. Kuhl 2015, S. 287 ff.). Für die Anthropologie bedeutet es, dass von Spiritualität als einer der universellen Struktur menschlicher Existenz zugehörigen Dimension ausgegangen werden muss (vgl. Armbruster/Petersen/ Ratzke 2013, S. 230).

Religiös gedeutet ist das Vorhandensein ontologischer Angst ein Hinweis auf das unbedingte Gewollt sein ohne Vorleistung. In der Mystik wird die ontologische Angst transzendiert, in ihr ist die Beziehung zum Sein-Selbst unmittelbar. Dazwischen stehen i.S. von Bubers Ich-Du-Beziehung keine Begrifflichkeiten, kein Vorwissen und keine Phantasie, kein Zweck, keine Gier und keine Vorwegnahme. Da wo alles Mittel wegfällt, geschieht die Begegnung. Voraussetzung ist jedoch die Bereitschaft, auf Mittel, Stützen und Deutungsmuster zu verzichten, um die „unio mystica“ zu erfahren. Dies erfordert Mut, ermöglicht aber eine Intensität der Geborgenheit, die anders nicht möglich ist.

Zur Behandlung der absoluten, ontologischen Angst ist beides wichtig: Der Deutungsrahmen (Vernunft) sowie das Erleben der absoluten, ontologischen Annahme und die (mystische) Partizipation am Sein-Selbst. Für den „homo religiosus“ kann die existenzielle, absolute Angst daher nur im Glauben aufgehen i.S. des Ergriffenseins durch das Absolute, durch Partizipation an dem Sein-Selbst. In diesem Sinne schafft Glaube keinen religiösen Deutungsrahmen, sondern einen neuen Zustand.

3 Schluss

3.1 Fazit

Im Hinblick auf die Forschungsfrage ist festzuhalten: Die Unterscheidung zwischen ärztlich-psychotherapeutischer und priesterlich-seelsorgerlicher Hilfe ist grundsätzlich nach wie vor aktuell, weil sich trotz Aufklärung, Religionskritik und Kirchenmüdigkeit das spirituelle Bedürfnis des Menschen weiter in den Suchbewegungen der Gegenwart ausdrückt. Jedoch sind in den vergangenen fünf bis sechs Jahrzehnten existenzielle säkulare Therapien entstanden, die einen großen Teil vormals priesterlicher Hilfe ersetzen können, die sowohl mit-menschliche Nähe als auch hilfreiche Deutungsmuster zu existenziellen Fragen anbieten und somit das frühere Alleinstellungsmerkmal von Religion zu Recht in Frage stellen. Der weit verbreiteten intuitiven Deutung von Spiritualität als etwas von der Psyche Separatem wird insofern Rechnung getragen, dass die Spiritualität angenommen und als ein Eigenes respektiert wird (vgl. Punkt 2.4.1).

Der spirituelle Dimension, das entscheidende Kriterium priesterlich-seelsorgerlicher Hilfe, ist naturgemäß nicht säkularisierbar (vgl. Punkt 2.4.2). Auch kann in Bezug auf existenzielle Angst die umfangreiche religiöse Sprache und Kultur kaum übersetzt werden, ohne die Grundlage des Glaubens zu wahren. Auch das Thema der Schuld, die empfangende Natur des Glaubens und die gebende Natur der Gnade entziehen sich der Übertragung. Hier bietet die Religion Inhalte, die sowohl der Sache nach, aber auch aufgrund intensiver, historischer Auseinandersetzung mit existenziellen Themen schwerlich ohne Verluste ersetzbar sind (vgl. Punkt 2.4.3).

Entscheidend für die abschließende Bewertung jedoch ist das „Veto der Wirklichkeit“: Die „cognitio dei experimentalis“, die von Tillich als „Ergriffen-sein durch das Sein-Selbst“ bezeichnete Erfahrung des Glaubens ist weder verstandesmäßig bewertbar noch psychologisch deutbar. Die damit verbundene Geborgenheit ist nicht anders als mystisch erfahrbar. Man kann sagen: Das Deutungsangebot von Religion ist säkularisierbar, die Erlebnisqualität nicht (vgl. Punkt 2.4.4).

Daher scheint es insbesondere für spirituelle oder spirituell suchende Menschen nach wie vor sinnvoll, der pathologischen Angst mit ärztlicher Hilfe, der existenziellen Angst mit priesterlicher Hilfe zu begegnen.

3.2 Ausblick und weiterführende Fragen

3.2.1 Psychospirituelle Gesundheit

In Anlehnung an die Gesundheitsdefinition der WHO ist psychospirituelle Gesundheit zu fördern und konsequenterweise wäre das bio-psycho-soziale Modell der Internationalen Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF) um die spirituelle Dimension zu erweitern.

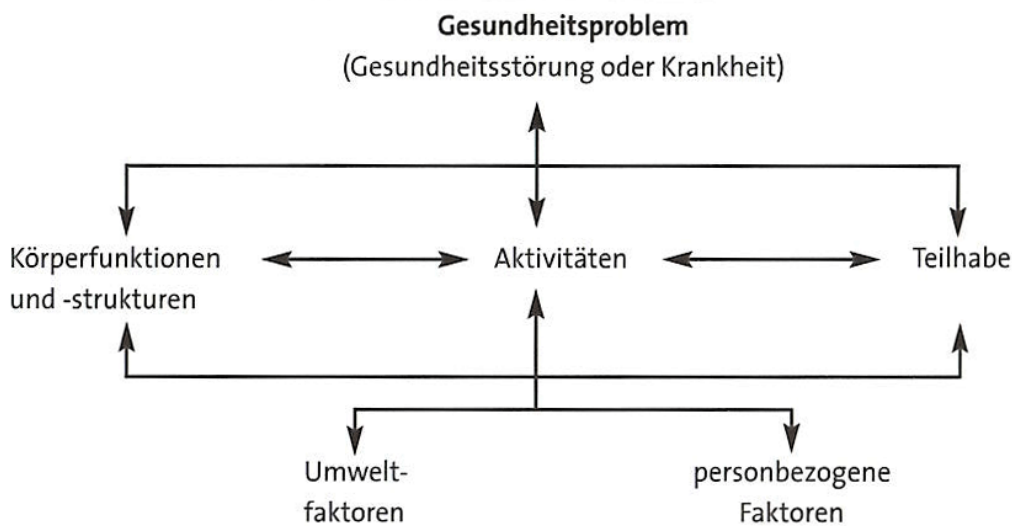


Abbildung 8: Das bio-psycho-soziale Modell der ICF (Abderhalden et al., 2005, S. 16)

Da bei allem Bemühen, die spirituelle Dimension stärker zu berücksichtigen und im Rahmen von Psychotherapie zu würdigen, das originär spirituelle Element des mystischen Erlebens nach wie vor unterrepräsentiert erscheint, ist die Ausbildung in spirituell sensibler Therapie um geeignete Curricula zu ergänzen. Im Rahmen der psychotherapeutischen Regelversorgung bietet sich ein pragmatischer Zugang an: Der spirituell Suchende ist bei seiner Suche zu unterstützen, vorzugsweise durch Weiterleitung an spirituell erfahrene Personen oder alternativ in Form des Trialogs (vgl. Armbruster/Petersen/Ratzke 2013, S. 233 ff.). Dabei ist zu bedenken, dass es bei ontologischer Angst gerade nicht um Krankheit, sondern um eine existenzielle menschliche Gegebenheit geht. Beruflich und abrechnungstechnisch gehört sie nicht in den Kontext von Psychotherapie, welche als Teilgebiet der Klinischen Psychologie auf psychische Störungen und psychische Aspekte somatischer Störungen begrenzt ist (vgl. Wittchen/Hoyer 2011, S. 4). Denkbar wäre die Integration von Spiritual Care als zusätzliches Element der Gesundheitsversorgung und des Teilhaberechts.

3.2.2 Spiritual Care in der postsäkularen Gesellschaft

Spiritual Care wird oft im Zusammenhang mit Hospizbegleitung genutzt, ist aber i.S. psychospiritueller Gesundheit sinnvollerweise nicht nur auf das Lebensende begrenzt. Nicht zuletzt die religionspädagogische Forschung zu spiritueller Entwicklung (Fowler, 1989) und zu Glaubensstilen (Schweitzer, 2016) zeigt, dass sich die Spiritualität eines Menschen im Laufe seines Lebens wandelt, spirituelle Reifeprozesse durchlaufen kann und in der postsäkularen Gesellschaft auch häufig jenseits etablierter Religion entfaltet. Das Bewusstsein um die Tiefendimension des Geistes kann den Blick öffnen für eine transzendente Realität, die durch Rituale und Symbole repräsentiert, doch nur in der Erfahrung realisiert wird und neben der Wahrnehmung der Reflexion und Gestaltung bedarf (vgl. Roser 2017). Dies kann durch spezifische Religion unterstützt werden, um sich nicht in Beliebigkeit zu verlieren (vgl. Nauer 2014, S. 342 ff.), muss aber in der modernen Gesellschaft auch Antworten für diejenigen bieten, die sich keinem gängigen Religionssystem zugehörig fühlen.

Doch Spiritual Care ist nicht nur präventiv sinnvoll, sondern ebenso rehabilitativ im Blick auf entstandene Schäden. Für den leider viel zu großen Bereich von Menschen, die im spirituellen Kontext Missbrauchserfahrungen machten, reicht eine rein psychologische Behandlung oft nicht aus. Sondern der für diese Menschen wichtigen spirituellen Dimension ist Rechnung zu tragen durch eine spirituelle Begleitung, welche Hilfe beim Zusammenbruch bisheriger religiöser Deutungssysteme bietet. Gerade für diese Personengruppe „muss der [Berater] darauf vorbereitet sein, dem [Klienten auch spirituell] überallhin zu folgen, und alles tun, was nötig ist, um stetig wachsendes Vertrauen und ein Gefühl der Sicherheit zu schaffen“ (Yalom 2010a, S. 48). Und nicht zuletzt für diese Gruppe ist der Ausbau von professionellen und v.a. unabhängigen Spiritual Care-Angeboten wünschenswert.

Hier bietet der Zugang Tillichs mit seiner Integration von Zweifel und Verzweiflung in den Glauben sowie mit seiner Weite des glaubenden Denkens und denkenden Glaubens wertvolle Anregungen.

3.2.3 Überwindung des objektivistischen Paradigmas

Das nachvollziehbare menschliche Bemühen, die Welt zu vermessen, kommt bei der Beurteilung religiösen Erlebens an seine Grenzen. Der von Habermas erwähnte Zirkulus in Form eines kognitiven Bias kann differentialdiagnostisch zu Problemen führen (Juckel/Hoffmann/Walach 2018, S. 295) und ist durch die Überwindung des objektivistischen Paradigmas weiter aufzulösen. Die anthropologische Grundlage therapeutischer Behandlung ist daher i.S. der Tiefendimension des Geistes postsäkular erneut und fortlaufend weiter zu durchdenken (vgl. Bucher 2014, S. 20 ff.). In Bezug auf spirituelles Erleben ist die Aufklärung weiterzuführen, wie Harald Walach so treffend formuliert (vgl. Walach 2015, S. 155). Nicht zuletzt könnte die Erfahrung der „unio mystica“, das Erleben unbedingter Annahme ein Modell und Katalysator gelingender zwischenmenschlicher Beziehungen sein und Impulse in sozialer Arbeit und Pädagogik geben. Hier geben die Ausführungen Tillichs zur Mystik und zu deren Risiken und Nebenwirkungen Anregung zur vertieften Auseinandersetzung und Integration von Elementen moderner Mystik-Forschung in spirituell-sensible Therapie und Beratung.

3.2.4 Leid und Reife in Psychotherapie und Beratung

Auch im Zusammenhang mit Leid sind religiöse Potentiale noch weitgehend unausgeschöpft und bedürfen weiterer säkularer Übersetzung. Zwar werden spirituelle Elemente wie Achtsamkeit, Meditation usw. genutzt, um Leid und Stress zu lindern, jedoch finden Elemente, welche zur Läuterung und Reife beitragen, bislang weniger Beachtung. Doch die Realität des Lebens ist unweigerlich mit Leiden behaftet und erkennbar reichen Kategorien von Erfolg und Misserfolg nicht aus, um das Leben zu begreifen. Dies ist umso aktueller vor dem Hintergrund zu erwartender Folgen der Corona-Pandemie. Arbeitsplatzverlust, die Notwendigkeit geänderter Lebensplanung oder Traumata erfordern tiefgreifende Neugestaltung und Überarbeitung von Sinnentwürfen auch z.B. in modernem, sinnzentriertem Beruf coaching. Dabei ist Weisheit gefragt, um zu ändern, was änderbar ist und zu akzeptieren was nicht geändert werden kann sowie die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden (vgl. Schell 2016, S. 151 ff.). Die sinnzentrierte Logotherapie Frankls gibt hier wichtige Anregungen.

3.3 Kritische Würdigung

Der Wunsch, den eingangs zitierten Satz von Tillich zu verstehen, zu begreifen, warum der Philosoph und Theologe ihn so und nicht anders formuliert hat, führte zur Forschungsfrage. Die Idee, das Thema über Falsifikation und Verifikation anzugehen, lag nahe. Doch im Laufe der Arbeit geriet das Unternehmen immer mehr zu einer Art archäologischen Grabung und die stets mitlaufende Frage war: Was ist der entscheidende Unterschied? Was ist das Element, das Tillich für unverzichtbar hielt? Ein Denker auf der Grenze, der seine eigene Religion sehr kritisch hinterfragte, dem plumpe Gottesbilder und träges Verbleiben in eingefahrenen Bahnen zutiefst zuwiderliefen, hielt an dieser recht sperrigen These fest. Der rote Faden, an dem entlang die Antwort gesucht wurde, führte zu den vier Prüfschemata der Auswertung. Wie bei einer Grabung blieb vieles nach kurzer Kenntnisnahme wieder unbeachtet liegen und allein die wesentlichen Fundstücke wurden weiteruntersucht. Nur so war es möglich, trotz der großen Menge an Material zu einem Fazit zu kommen und in der „cognitio dei experimentalis“ eine Antwort auf die mitlaufende Frage und damit auch auf die Forschungsfrage zu finden. In der Natur der Sache liegend kann es keine ultimative Antwort auf existenzielle Angst geben. Auch kann im recht begrenzten Rahmen einer Masterarbeit das jeweilige Lebenswerk von Tillich, Frankl und Yalom nicht einmal ansatzweise erschöpfend dargestellt werden. Ebenso wenig kann der gemeinsamen Genealogie von Glauben und Wissen sowie Psychotherapie und Seelsorge oder der Komplexität von Mystik Genüge getan werden. Doch es kann sehr wohl in diesem Rahmen ein Gedankengang entsponnen werden, den zu vertiefen sich lohnt und den zu vernachlässigen vor allem für den spirituell Interessierten von Nachteil wäre.

Die von allen drei vorgestellten Ansätzen betonte Wichtigkeit, sich existenzieller Angst zu stellen, ist insgesamt zwar keine „Anleitung zum Glücklichen“, wohl aber eine „Anleitung zur Reife“ und regt dazu an, sich dem Leben auf einer tieferen Ebene zu stellen. Hierzu bietet der theologisch-philosophische Ansatz Tillichs mit seiner spirituellen Deutung der Tiefendimension des Geistes umfangreiches Ausgangsmaterial, das zur vertieften Exploration einlädt – den Mut zur Angst vorausgesetzt.

4 Verzeichnisse

4.1 Abkürzungsverzeichnis

ICF International Classification of Functioning, Disability and Health
zu Deutsch: Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit,
Behinderung und Gesundheit

i.S. im Sinne

m.E. meines Erachtens

s. siehe

S. Seite

vgl. vergleiche

u.a. unter anderem

u.ä. und ähnliches

usw. und so weiter

uvm. und vieles mehr

WHO World Health Organization, zu Deutsch: Weltgesundheitsorganisation

z.B. zum Beispiel

z.T. zum Teil

4.2 Literaturverzeichnis

- Abderhalden, C., Allolio, O., Arolt, V., Assion, H.-J., Bandelow, B. & Baumann, A. et al. (2005). *Rehabilitation und Teilhabe – Wegweiser für Ärzte und andere Fachkräfte der Rehabilitation*. Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.
- Armbruster, J., Petersen, P. & Ratzke, K. (2013). *Spiritualität und seelische Gesundheit*. Köln: Psychiatrie Verlag.
- Avila, T. (2018). *Gott zum Freund haben*. Würzburg: Echter Verlag.
- Bäumer, R., & Plattig, M. (2012). *Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele – Geistliche Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und der personzentrierte Ansatz nach Carl R. Rogers - eine Seelenverwandtschaft?!* Würzburg: Echter Verlag.
- Benner, D. (2014). *Kraftvolle Seelsorge – Die wichtigsten Wege, um Gott zu erfahren und Menschen zu begleiten*. Basel: Brunnen Verlag.
- Benner, D. (2015). *The Gift of Being Yourself – The Sacred Call to Self-Discovery*. Downers Grove, IL 60515: InterVarsity Press.
- Breul, M. & Langenfeld, A. (2017). *Kleine Philosophiegeschichte – Eine Einführung für das Theologiestudium*. Paderborn: Verlag Ferdinand Schöningh, Brill Deutschland.
- Buber, M. (2017). *Das dialogische Prinzip*. München: Random House.
- Bucher, A. (2014). *Psychologie der Spiritualität*. Weinheim/Basel: Beltz Verlag.
- Bünting, K.-D. (1996). *Deutsches Wörterbuch*. Chur/Schweiz: Isis Verlag.
- Camus, A. (2019). *Der Mythos des Sisyphos*. Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Cooper, T. (2006). *Paul Tillich and Psychology*. Macon, USA: Mercer University Press MUP.
- Danz, C. (2017). *Paul Tillichs >Systematische Theologie< Ein Werk- und problemgeschichtlicher Kommentar*. Berlin/Boston: Walter de Gruyter.
- Deurzen, E. & Arnold-Baker, C. (2018). *Existential Therapy, Distinctive Features*. New York: Routledge.
- Dieterich, M. (1995). *Psychologie und Seelsorge*. Wuppertal und Zürich: R. Brockhaus Verlag.

- Dieterich, M. (2015). *Einführung in die Allgemeine Psychotherapie und Seelsorge*. Witten: SCM-Verlag.
- Dietz, T. (2009). *Der Begriff der Furcht bei Luther*. Tübingen: Mohr Siebeck GmbH & Co. KG.
- Drewermann, E. (2013). *Heilende Religion – Überwindung der Angst*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Drewermann, J. & Jeziorowski, E. (1992). *Gespräche über die Angst*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus Mohn.
- EKD (2011,06. August). *Denker auf der Grenze*. abgerufen am 02.05.2020 von <https://archiv.ekd.de/aktuell/77710.html>
- Eschmann, H. (2000). *Theologie der Seelsorge – Grundlagen, Konkretionen, Perspektiven*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlag.
- Fowler, J. (1989). *Glaubensentwicklung – Perspektiven für Seelsorge und kirchliche Bildungsarbeit*. Mnchen: Chr. Kaiser Verlag.
- Frankl, V. (2007a). *Ärztliche Seelsorge, Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. München: dtv Verlagsgesellschaft.
- Frankl, V. (2007b). *Theorie und Therapie der Neurosen*. München: Ernst Reinhardt.
- Frankl, V. (2008). *Trotzdem Ja zum Leben sagen, ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. München: dtv Verlag.
- Frankl, V. (2014a). *Der unbewusste Gott, Psychotherapie und Religion*. München: dtv Verlag.
- Frankl, V. (2014b). *Was nicht in meinen Büchern steht*. Weinheim/Basel: Beltz Verlag.
- Frankl, V. (2016). *Der Wille zum Sinn*. Bern: Hogrefe Verlag.
- Frankl, V. (2018). *Der leidende Mensch – Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Bern: Hogrefe Verlag.
- Frankl, V. & Lapide, P. (2020). *Gottsuche und Sinnfrage*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Götzelmann, A. (2008). *Seelsorge systemisch gestalten – Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas*. Norderstedt: BoD, Arnd Götzelmann.

- Griffith, J. (2013). *Religion hilft, Religion schadet – Wie der Glaube unsere Gesundheit beeinflusst*. Darmstadt: WBG Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Habermas, J. (2008). *Ein Bewußtsein von dem, was fehlt*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Habermas, J. (2013). *Zwischen Naturalismus und Religion*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Habermas, J. (2019). *Auch eine Geschichte der Philosophie*. Berlin: Suhrkamp Verlag.
- Habermas, J. & Ratzinger, J. (2011). *Dialektik der Säkularisierung – Über Vernunft und Religion*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Haendler, O. (1953). *Angst und Glaube*. Berlin: Evangelische Verlagsanstalt.
- Herbst, M. (2013). *Beziehungsweise – Grundlagen und Praxisfelder evangelischer Seelsorge*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft.
- Horster, D. (2010). *Jürgen Habermas – Eine Einführung*. Darmstadt: WBG, Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Ihben-Bahl, S. (2020). *Angst und die eine Wirklichkeit*. Tübingen: Mohr Siebeck.
- Jalics, F. (2016). *Kontemplative Exerzitien*. Würzburg: Echter Verlag.
- Jaspers, K. (2011). *Nietzsche und das Christentum*. Düsseldorf: Onomato Verlag.
- Joas, H. (2004). *Braucht der Mensch Religion? Über Erfahrungen der Selbsttranszendenz*. Breisgau: Verlag Herder.
- Josuttis, M. (2000). *Segenskräfte – Potentiale einer energetischen Seelsorge*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Juckel, G., Hoffmann, K. & Walach, H. (2018). *Spiritualität in Psychiatrie & Psychotherapie*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Kierkegaard, S. (2017). *Die Krankheit zum Tode, Furcht und Zittern, Die Wiederholung, Der Begriff der Angst*. München: dtv Verlagsgesellschaft.
- Klein, Polke, Wendtke (2009). *Hauptwerke der systematischen Theologie*. Tübingen: UTB.

- Klessmann, M. (2015). *Seelsorge – Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft.
- Korsch, D. & Richter, C. (2018). *Die heilende Kraft des Sinns – Viktor E. Frankl in philosophischer, theologischer und therapeutischer Betrachtung*. Stuttgart: W. Kohlhammer.
- Kreuz, J. (2013). *Die Dunkle Nacht*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Kuhl, J. (2015). *Spirituelle Intelligenz – Glaube zwischen Ich und Selbst*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Leppin, V. (2007). *Die christliche Mystik*. München: C. H. Beck.
- Lukas, E. (2019). *Frankl und Gott – Erkenntnisse und Bekenntnisse eines Psychiaters*. München: Neue Stadt.
- Lukas, E. & Schönfeld, H. (2016). *Sinnzentrierte Psychotherapie, Die Logotherapie von Viktor E. Frankl in Theorie und Praxis*. München, Wien: Profil Verlag.
- May, R. (1969). *Existential Psychology*. New York/Toronto: Random House, Inc.
- May, R. (1974). *Paulus – a personal portrait of Paul Tillich*. London: Collins.
- May, R. (1977). *The meaning of anxiety*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- May, R. (1983). *The Discovery of Being*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- May, R. (1984). *Antwort auf die Angst – Leben mit einer verdrängten Dimension*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- May, R. (1990). *Sich selbst entdecken – Seinserfahrung in den Grenzen der Welt*. München: dtv Verlag.
- May, R. (2011). *The Art of Counseling – How to Gain and Give Mental Health*. Fabri Press.
- Morgenthaler, C. (2017). *Seelsorge*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Moser, T. (2003). *Von der Gottesvergiftung zu einem erträglichen Gott*. Stuttgart: Kreuz Verlag.
- Müller-Dohm, S. (2008). *Jürgen Habermas – Leben, Werk, Wirkung*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

- Nauer, D. (2014). *Seelsorge – Sorge um die Seele*. Stuttgart: W. Kohlhammer.
- Nietzsche, F. (2012). *Gesammelte Werke*. Köln: Anaconda.
- Noyon, A. & Heidenreich, T. (2012). *Existenzielle Perspektiven in Psychotherapie und Beratung*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Otto, R. (2014). *Das Heilige – Über das Irrationale in der Idee des Göttlichen und sein Verhältnis zum Rationalen*. München: C.H. Beck.
- Pent-Keller, S. (2010). *Einführung in die Theologie der Spiritualität*. Darmstadt: WBG (Wissenschaftliche Buchgesellschaft).
- Plattig, M. (2010). *Kanon der spirituellen Literatur*. Münsterschwarzbach: Vier-Türme-Verlag.
- Rahner, K. (2015). *Löscht den Geist nicht aus!* Freiburg im Breisgau 2015: Verlag Herder.
- Reder, M. (2008). *Ein Bewußtsein von dem, was fehlt*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Rohr, R. (2018). *Ganz da*. München: Claudius Verlag.
- Roser, T. (2017). *Spiritual Care – Der Beitrag von Seelsorge zum Gesundheitswesen*. Stuttgart: W. Kohlhammer Verlag.
- Scheerer, R. (2014). *Logotherapie und Existenzanalyse – Viktor E. Frankl, Elisabeth Lukas und Alfred Länge*. Norderstedt: BoD - Books on Demand, Institut für Seelsorgeausbildung (ISA).
- Schell, T. (2016). *Psychologie des Lebenssinns*. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Schröder, S. (2015). *Systemische Seelsorge praktisch – Im Spannungsfeld zwischen sichtbarer und unsichtbarer Wirklichkeit*. Marburg an der Lahn: Francke-Buchhandlung.
- Schüßler, W. (2008). *Wie lässt sich über Gott sprechen? Von der negativen Theologie Plotins bis zum religiösen Sprachspiel Wittgensteins*. Darmstadt: WBG (Wissenschaftliche Buchgesellschaft).
- Schüssler, W. & Sturm, E. (2007). *Paul Tillich: Leben – Werk – Wirkung*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft (WBG).
- Schweitzer, F. (2016). *Lebensgeschichte und Religion*. Gütersloh: Güthersloher Verlagshaus.

- Stutz, P. (2018). *Geborgen und frei – Mystik als Lebensstil*. München: Kösel-Verlag.
- Tillich, P. (1962a). *Auf der Grenze*. München und Hamburg: Siebenstern Taschenbuch Verlag.
- Tillich, P. (1962b). *Die verlorene Dimension – Not und Hoffnung unserer Zeit (Stundenbuch)*. Stuttgart: Evangelisches Verlagswerk.
- Tillich, P. (1966). *Gegenwart des Göttlichen Geistes – Auswahl der religiösen Reden*. Stuttgart: Evangelische Buchgemeinde.
- Tillich, P. (1986). *Religiöse Reden: Das Ewige im Jetzt*. Berlin: De Gruyter.
- Tillich, P. (2015). *Der Mut zum Sein*. Berlin/München/Boston: De Gruyter.
- Tillich, P. (2017a). *Systematische Theologie I – II*. Berlin/Boston: Walter de Gruyter.
- Tillich, P. (2017b). *Systematische Theologie III*. Berlin/Boston: Walter de Gruyter.
- Tillich, P. (2020). *Dynamik des Glaubens*. Berlin/Boston: Walter de Gruyter.
- Tillich, P., et al. (1967). *Werk und Wirken Paul Tillichs – Ein Gedenkbuch*. Stuttgart: Evangelisches Verlagswerk.
- Utsch, M., Bonelli, R. M. & Peifer, S. (2014). *Psychotherapie und Spiritualität – Mit existenziellen Konflikten und Transzendenzfragen professionell umgehen*. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Walach, H. (2015). *Spiritualität – Warum wir die Aufklärung weiterführen müssen*. Klein Jasedow: Drachen Verlag.
- Wittchen, H.-U. & Hoyer, J. (2011). *Klinische Psychologie und Psychotherapie*. Heidelberg: Springer Verlag.
- Yalom, I. (2004). *Liebe, Hoffnung, Psychotherapie*. München: Random House.
- Yalom, I. (2010a). *Der Panama-Hut: oder Was einen guten Therapeuten ausmacht*. München: Wilhelm Goldmann Verlag.
- Yalom, I. (2010b). *Existenzielle Psychotherapie*. Bergisch Gladbach: Verlag Andreas Kohlhaage.
- Yalom, I. (2010c). *In die Sonne schauen – Wie man die Angst vor dem Tod überwindet*. München: Random House.
- Ziemer, J. (2015). *Seelsorgelehre*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Zimmerling, P. (2015). *Evangelische Mystik*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Zimmerling, P. (2018). *Charismatische Bewegungen*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

4.3 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Lebensdaten wichtiger Existenzphilosophen (Noyon, A. & Heidenreich, T. 2012, S. 26)	4
Abbildung 2: Das erste Gesetz der Dimensionalontologie (Frankl V. 2016, S. 116)	32
Abbildung 3: Das zweite Gesetz der Dimensionalontologie (Frankl V. 2016, S. 116)	32
Abbildung 4: Projektionen Figure 1 und 4 (Frankl V. 2016, S. 196 f.)	33
Abbildung 5: Kurvenschnittpunkt (Frankl V. 2016, S. 135)	33
Abbildung 6: Spirale der Angst (Frankl V. 2016, S. 198)	35
Abbildung 7: Dimensionen der Seelsorge (Morgenthaler 2017, S. 24)	87
Abbildung 8: Das bio-psycho-soziale Modell der ICF (Abderhalden, C., Allolio, O., Arolt, V., Assion, H.-J., Bandelow, B. & Baumann, A. et al. 2005, S. 16)	98

Persönliche Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbständig erarbeitet habe. Dabei habe ich nur die im Literaturverzeichnis aufgeführten Bücher und Hilfsmittel verwendet. Die Arbeit hat einen Umfang von 199.889 Zeichen inklusive der Leerzeilen, exklusive der Titelei und Verzeichnisse. Ich bin damit einverstanden, dass die vorliegende Arbeit durch die Bibliothek der Ev. Hochschule TABOR öffentlich zugänglich gemacht wird.

Köln, den 21.06.2020

Manuela Herden