

# Menschliche Entfaltung und religiöse Reifung

Adolf Heimler SDB, Benediktbeuern

Folgende Ausführungen wurden auf der Fortbildungstagung des Münchner Schwestern-Instituts der VOD vom 1. 7. bis 5. 7. 1975 in Freising vorgetragen. Ursprünglich für religiöse Gemeinschaften gedacht, betreffen sie jedes christliche Leben.

Vieles ist nur thesenartig hingestellt, nicht aber ausführlich entfaltet. Um der Geschlossenheit und Vollständigkeit des Ganzen willen wurde der manchmal stenogrammhafte Charakter beibehalten. Doch die einzelnen Thesen sind aufeinander bezogen und ergänzen dadurch einiges, was an Ausführlichkeit und Begründung im Wortlaut der „Thesen“ nicht ausgeführt wurde.

Die Darstellung ist zu verstehen als Versuch, menschliche Verfaßtheit (Seinswirklichkeit) und Glaubenswirklichkeit zu integrieren, d. h. die verfügbare menschliche Verfaßtheit (Ist-Zustand) zu erschließen für eine je anders mögliche Glaubenswirklichkeit (Sollzustand).

## I. Grundeinstellung des Lebens

Menschliche Entfaltung und religiöse Reifung laufen nicht zweigleisig nebeneinander her, sondern geschehen in ein und demselben Zuge, und zwar in einer *Interaktion*, d. h. in einem wechselseitigen Prozeß. Wo sich Menschliches voll entfaltet, öffnet es sich der Dimension ur-religiöser Erfahrung; und wo religiöse Potenzen sich entwickeln, werden menschliche Vollzüge gefördert, beseelt und bereichert. Religiös-menschliche Entfaltung ist in diesem Sinne *integral* zu nennen, d. h. weder schizoid gespalten zwischen Natürlich und Übernatürlich, Kirche und Alltag, Gebetsübung und profaner Verrichtung, sondern ein ganzheitlicher, unbegrenzt-unendlicher, meditativer, unterschiedlich akzentuierter, von innen nach außen gerichteter Vorgang des *Transparentwerdens* von leiblicher, situativer und beziehender Lebenswirklichkeit. Transparentwerden meint u. a. ein Gegenwärtig- und Durchlässigwerden im Leiblichen und in der Situation des Hier und Jetzt. Bedingung für das Transparentwerden ist fürs erste von menschlicher Seite eine *meditative Lebenseinstellung*, wodurch wir im besten Sinne offen werden können für die Strahl- und Wirkkraft der schöpferischen Lebenswirklichkeit Gottes. Indem Er uns durch Begegnung mit Ihm einholt aus der symbiotischen Vergangenheitsverhaftung und die Lebensmöglichkeiten des Hier und Jetzt auf Zukunft hin sensibilisiert und

aktiviert, werden wir erst voll und ganz gegenwärtig und durchlässig für das, was im Augenblick not tut und realisierbar ist. Je mehr wir transparent werden, desto mehr kommen wir Gott nahe; denn Gott ist u. a. urpersonale Transparenz im Hier und Jetzt.

Die oben genannte meditative Lebenseinstellung umfaßt einen in der alltäglichen wie in der religiösen Verrichtung gleichermaßen realisierbaren vierteiligen Vorgang:

- erstens: Das *Sich-Loslassen* von allen Formen der Ichverhaftung des Selbstbehauptungs-, Selbstbewahrungs- oder des Wunsch- und Abwehr-Ichs;
- zweitens: Das *Sich-Hingeben* (Ganzhingabe) im Dienen und im Vertrauen, daß es einen Sinn hat und gut wird, auch wenn die bestätigende Erfahrung noch aussteht;
- drittens: Das bejahende (und liebende) *Sich-Aufgeben* in den verwandelnden Grenzerfahrungen des Lebens: das Aufgeben von erstarrten Bewußtseinsstrukturen, um hoffend neu zu werden (Sinn der Auferstehung!), das Zulassen von unabgeschlossenen Erlebnisgestalten zumal der Vergangenheit, d. h. die tägliche Auseinandersetzung mit den traumatisierenden Grundbedingungen des Menschseins, worin wir am meisten erlösungsbedürftig erscheinen;
- viertens: Die aus meditativer Gelassenheit entspringende *Bereitschaft*, *das von Stunde zu Stunde zu verwirklichen*, was jeder an seinem Platz nach seinen Fähigkeiten tun kann, und so den göttlichen Auftrag zur Welt- und Beziehungsgestaltung nicht nur meditativ wahrzunehmen, sondern in einem wirklichkeitsbezogenen Gehorsam zu befolgen. Dadurch wird eine doppelte Sackgasse vermieden: nämlich entweder weltflüchtig oder welthörig zu werden; ersteres durch Ausflippen in die Innerlichkeit, letzteres durch innerlichkeitsvergessene Flucht in die Gesellschaftsveränderung.

## II. Antwortgeben auf die Grundbedingungen des Daseins

Integrale menschliche Entfaltung geschieht prozeßhaft meditativ durch personales Antwort-geben auf die von Gott eingeschaffenen Grundbedingungen unseres menschlichen Da-seins:

- auf die wahrnehmungsbezogene Dringlichkeit des *Hier und Jetzt*<sup>1</sup>;
- auf die fortwährend uns einholenden und überholenden *Dimensionen der Zeit* (Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft), die gleich den Tier-

<sup>1</sup> Vgl. J. O. Stevens, *Die Kunst der Wahrnehmung, Übungen der Gestalttherapie*. Kaiser, München 1975.

kreiszeichen am Himmel erfüllte oder versäumte Reifungsstufen des Lebens bedeuten<sup>2</sup>;

- auf das *Schicksal*, das als überwältigende Zumutung des Hier und Jetzt in die Grenzerfahrung zwingt und sei es in Form eines belastenden Elternhauses oder als zugelassenes oder erlittenes Gewordensein;
- auf die *Leiblichkeit* mit allen damit zusammenhängenden Bedürfnissen, Anfälligkeiten und Abhängigkeiten;
- auf die *Geschlechtlichkeit* als unauslöschbares Bezogen- und Angewiesensein auf einen entsprechenden Partner;
- auf das selbstbe- und entgrenzende *Mitsein im Du* und in der Gruppe;
- auf die *Schuld* als Zurückbleiben hinter den gottgegebenen Entfaltungsmöglichkeiten der Selbstwerdung, der Beziehungs- und Weltgestaltung;
- auf das *Böse* als weggestoßenen unerlösten Schattenhorizont, mit dem wir gewöhnlich selber nichts zu tun haben wollen;
- auf den *Tod* als verhaltensrelativierendes maßgebliches Ende und zugleich als Sehnsucht nach Neubeginn, wirksam und gegenwärtig in jedem flüchtigen Augenblick neu.

Eine Grundbedingung ist nach Herzog-Dürck<sup>3</sup> das, worauf man mit dem Verstand oder dem Gefühl oder dem Willen allein nicht, sondern nur mit dem ganzen Menschen, im Grunde mit der ganzen Kraft des Gemütes und der Liebe antworten kann oder mit religiöser Reifung, weil die Grundbedingungen letztlich als die unausweichliche Zumutung des Kreuzes erscheinen und wohl nur echt in einer irgendwie gearteten Nachfolge Christi bestanden werden können.

### III. Widerstand und Reife

Integrale Reifung und Entfaltung ist nicht möglich ohne Widerstands- und Realitätserfahrung (Realität = was dem Wunsch-Ich entgegensteht), wodurch die erforderliche Ichstärke für den Eintritt (Schwellen-Widerstand) in tiefer liegende Bewußtseinsbereiche ausgebildet wird.

#### a) Verslossenheit personaler Kräfte

Das Gegenwärtig- und Durchlässigwerden wird nicht nur durch den Widerstand der Grundbedingungen begrenzt, sondern mehr noch und

<sup>2</sup> Vgl. H. Sterneder, *Tierkreis-Geheimnis und Menschenleben*. Baum-Verlag, Pfullingen 1964.

<sup>3</sup> *Menschsein als Wagnis*, Klett-Verlag, Stuttgart 1960; *Probleme menschlicher Reifung*, zitiert als PmR. *Person und Identität in der personalen Psychotherapie*. Klett-Verlag 1969; *Die Arbeit der Seele*. Furche-Verlag, Stundenbuch 107.

korrelativ dazu durch die entwicklungsbedingte Verslossenheit der personalen Antwortkräfte für die Grundbedingungen. Fünffach lassen sie sich einordnen:

– erstens: Die Verslossenheit der *sinnlichen Wahrnehmung* und des *Gefühls* (als selektierende und regulierende Reaktion auf die Wahrnehmung): Tatsachen werden übersehen (selektiv ausgeblendet), weil sie unangenehm oder angstbesetzt sind (z. B. infolge der entwicklungsbedingten Angst vor Nähe, Kontakt und körperlicher Berührung) oder sie werden infolge eines aktuellen psychischen Innendrucks (eben durch die Vorerfahrung auf der zweifachen Übertragungsebene des Gefühls und der inhaltlich bestimmten Assoziation) nur verzerrt oder einseitig wahrgenommen. Gefühl und Assoziation bestimmen Auswahl und Sichtweite der sinnlichen Wahrnehmungen. Das Gefühl selbst tritt nicht offen und differenziert in Erscheinung, sondern nur indirekt durch verbale Kommunikation (etwa als ironische Frage, als verwerfendes oder gar entwertendes Urteil oder als unterschwellige Anklage . . .) oder durch nichtsprachliches Agieren (z. B. durch Rückzug, durch desinteressiertes Schweigen . . .)<sup>3a</sup>. Bedeutung für den Glauben: Der Glaube wirkt ohne Realitätswahrnehmung illusionär, ohne Gefühlsklärung distanzierend und subjektbezogen;

– zweitens: Die Verslossenheit der *Erinnerung* d. h. der meditativen Vergegenwärtigungskraft: die Erinnerung kennt dann z. B. nur noch beziehungslose Fakten, totes religiöses Wissen, unlustbetonte religiöse Übungen, abschreckende Pflichten . . .

– drittens: Die Verslossenheit der *Phantasie* als der Schaukraft, die hinter äußerer Fassade und Abwehr die erlösungsbedürftigen Nöte und die befreienden Möglichkeiten und Chancen erspürt. Die Verslossenheit der Phantasie kann sich u. a. darin zeigen, daß sie nur das Negative der kirchlichen Entwicklung sieht oder daß sie vor jedem Wagnis des Neuen zurückschreckt, denn es könnte ja schiefgehen. Die angstbesetzte Phantasie sorgt dann auch, daß es danebengeht;

– viertens: Die Verslossenheit des *Gemüts* als beziehungschaffende und heimatgewährende Kraft des Menschen. Das geschieht etwa dort, wo man herzlos über den andern urteilt oder tagelang nicht mit ihm spricht;

– fünftens: Die Verslossenheit des *Gewissens* als ursprüngliche Unterscheidungs- und Entscheidungskraft für Echtes und Unechtes. Das Gewissen pervertiert zum bloßen Moralgewissen oder tritt im Stadium des Über-Ichs als Gebote- und Verbotegewissen in Erscheinung<sup>4</sup>. Dann wird bei-

<sup>3a</sup> Vgl. Watzlawick, *Menschliche Kommunikation*, Huber, Bern, 1971<sup>2</sup>; Mandel/Mandel, *Einübung in Partnerschaft*, Pfeiffer, München 1971.

<sup>4</sup> Vgl. A. Heimler, *Gewissensbildung* in: *Wege der Umkehr*, Kevelaer 1972, 7–24.

spielsweise eine Regel über das Menschliche gesetzt. Das Verhalten wird auf einen selbstgerechten Perfektionismus abgestellt: „Mir kann niemand etwas nachsagen. – Schuld sind die andern“. In der zwanghaften Verschllossenheit des Gewissens kann man nicht mit der Freiheit und der Schuld anfangen, d. h. man darf selber nicht schuldig werden, etwa weil man als Kind keine Vergebung erfahren hat.

### b) Verstimmungszustände

Das Transparentwerden wird des weiteren durch (strukturelle) Verstimmungszustände blockiert: durch (schizoide) Unlust, (depressive) Weltangst, (zwanghafte) Schuldgefühle, (hysterische) Langeweile. Wenn solche seelischen Zustände anhalten, signalisieren sie häufig eine strukturelle Verstimmung, die den religiösen Vollzug in der Regel äußerst beeinträchtigen und die gewöhnlich nicht ohne einen seinshaften, d. h. die menschliche Verfaßtheit miteinbeziehenden Standhaltéglauben gewendet werden können.

Strukturelle Verstimmungen sind in erster Linie entwicklungsbedingt. Es ist beängstigend und deprimierend, wie sehr die *Angst* bis in die jüngste Vergangenheit herein in der religiösen Erziehung eine Rolle gespielt hat. Durch religiöse Überforderung (z. B. zwei Messen am Sonntag selbst für Kinder und Jugendliche, so und so viele Gebete täglich!) erzeugte man *Unlust*, durch Angst (Sünde! Sünde!) *Schuldgefühle*. So kann es nicht verwundern, daß die *Langeweile* und der *Ekel* als Ausdruck des Sinnverlustes bleiben, nachdem man sich endlich von allem frei gemacht hat, aber nun nicht mehr recht weiß, wofür man frei geworden ist.

### c) Antriebshemmungen

Eine dritte Widerstandsform gegen das reifende Antwort-geben auf die Grundbedingungen des Menschlichen bilden die sogenannten Antriebs-hemmungen, die sich nach Schultz-Hencke<sup>5</sup> in den ersten sechs Lebens-jahren bis zur Einschulung durch *erzieherische Umwelteinflüsse*, sei es durch Härte oder Verwöhnung oder durch das Pendeln zwischen Härte und Verwöhnung oder nach Herzog-Dürck<sup>6</sup> durch die *Humanfelder* der Daseinsunlust, der Weltangst, der Menschensatzungen und des selbstherrlichen Ego ausprägen. Es handelt sich hier um Fehlconditionierungen oder um falsches Lernen, das unbewußt in die Vorentscheidungen und Hand-

---

<sup>5</sup> *Der gehemmte Mensch*, Stuttgart 1947; vgl. besonders A. Dürssen, *Psychogene Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen*, Göttingen 1960; ferner: Wrage/Petersen, *Seelsorger und Therapie*, Gütersloh 1971.

<sup>6</sup> Besonders in: *Probleme menschlicher Reifung*, a. a. O.

lungsweisen eingeht und lebenslange Auswirkungen z. B. auch auf die Erfüllbarkeit der religiösen Gelübde hat.

Antriebshemmungen betreffen einmal *Kontakt und Nähe*. Wenn diese Bedürfnisse mit Angst besetzt sind, beeinflussen sie negativ die zwischenmenschlichen Beziehungen, das Miteinander-Sprechen und -Umgehen und sicherlich auch die Kommunikation mit Gott, d. h. das Beten. Gott wird dann vielfach als Ersatz und Lückenbüßer gesucht für fehlenden menschlichen Kontakt und für die nicht erfüllbare Nähe und Intimität. Es gilt: Wo immer das Menschliche verkümmert erscheint, da entsteht zumindest im religiösen Menschen die Neigung, Gott als Lückenbüßer einzusetzen, d. h. sein unfassbares Geheimnis durch eine allzumenschliche entwicklungsbedingte Wunschbrille zu verzerren.

Die Antriebshemmungen des *Haben-, Behalten- und Hergebenwollens* erschweren oder blockieren in der weiteren Folge u. a. die Erfüllbarkeit des Gelübdes der Armut.

Die Hemmung kann sich in der Weise auswirken, daß man freudlos und resigniert *ohne Wünsche dahindämmert* oder *von überwertigen Wünschen überfallen* wird oder sich entsprechende Ersatzbefriedigungen verschafft, daß man entweder ein zu profanes Verhältnis zum Besitz bekommt oder überhaupt keines.

Die Antriebshemmung im Bereich der *Geltung und Anerkennung* wiederum kann den Vollzug des Gehorsams in eine Krise führen. Der Gehorsam wird in diesem Falle als Gefügigkeit mißverstanden bzw. diese als Gehorsam hochstilisiert oder ideologisiert. Dabei kann das Ordensmitglied durch seine „Bravheit“, seine (buckelige) „Demut“, „Bescheidenheit“, sein In-allen-Dingen-um-Erlaubnis-bitten den Vorgesetzten dazu verführen, delegierte Verantwortlichkeit und personale Vollzüge wahrzunehmen, die man um einer integralen christlichen Selbstwerdung willen – etwa im Sinne des Jesus-Wortes: „Seid vollkommen wie . . .“ (Mt 5, 48) – nicht delegieren darf. Auf der anderen Seite aber werden sie unter Umständen doch übernommen, etwa weil es ohne besondere psychologische Vorkenntnisse gar nicht so leicht ist, solche Vermeidungstricks personaler Selbstverwirklichung zu durchschauen oder weil sie auf das unbewußte Bedürfnis einer korrelativen ähnlichen Antriebshemmung treffen.

Die Antriebshemmung *Liebe und Sexualität* schließlich, die natürlich unmittelbar das Gelübde der Ehelosigkeit berührt und die etwa als kühle bis kalte Distanziertheit oder Gefühlsabwehr, als Befangenheit vor dem anderen Geschlecht bis zur Verschrobenheit oder im Gegensatz dazu als faszinatives oder regressives Berührtwerden in Erscheinung treten kann; eine solche Antriebshemmung wird vermutlich in einer religiösen Gemeinschaft, in der jede Gefühlsneigung gleich als Partikularfreundschaft de-

klariert oder als höchst verdächtig und gefährlich hingestellt und in die Nähe der Sünde gebracht wird, die Gefühlsarmut und die Kontaktnot weiter vermehren und im Zusammenhang damit die sexuellen Spannungen und Verspannungen, die auf dem Gefühlsstau ihre beängstigenden oder frustrierenden Wellen zu schlagen pflegen.

Es ist nicht ausgeschlossen, daß mancherorts heute noch wegen mangelnder Einsicht in die psychologischen Hintergründe durch eine übertriebene soziale Kontrolle, durch eine bestimmte Handhabung von Regeln und durch eine antriebsgehemmte Ausübung der Gelübde die Antriebshemmungen eher verstärkt als aufgelöst oder gelockert werden, so daß dadurch die kreative Quelle des Religiösen und damit ihre heute so dringlich beschworene Erfahrungsgrundlage zugeschlüsselt wird. Freudlose religiöse Pflichterfüllung und Resignation, religiöse Routine und Unlust oder andererseits Rebellion, neurotisierendes Verschweigen der schwelenden Konflikte und Ordensaustritte bei sich bietender Gelegenheit wären hier als Folgen zu nennen.

#### d) Abwehrmechanismen und Abwehrspiele

Als Widerstände gegen das Transparentwerden sollte wenigstens noch auf die *innerpsychischen* Abwehrmechanismen S. Freuds<sup>7</sup> und auf gewisse *psychosoziale* Abwehrspiele<sup>8</sup> hingewiesen werden, die insgesamt die noch ursprünglich im Kind angelegten religiösen Erfahrungsgrundlagen beeinträchtigen und die gesamt menschliche Reifung und Entfaltung behindern.

#### e) Transzendenzkräfte der Seele

Demgegenüber müssen wenigstens auch einige sogenannte Transzendenzkräfte der Seele genannt werden, wodurch andererseits die Entwicklung des Religiösen wieder gefördert und die *religiösen Erfahrungsgrundlagen* neuerdings oder erstmals eröffnet werden, obgleich allerdings gerade auch diese Kräfte, selber zum unreligiösen Bereich gehörend, von der religiösen Verschüttung und Krise mitbetroffen sind. Nach Herzog-Dürck zählen zu den Transzendenzkräften der Seele: das Vertrauen und Zutrauen, die Freude, der Humor, die Zuversicht, die Festlichkeit, der Mut und die Risikobereitschaft, die Hingabe, das Verzeihen, die Offenheit u. a. m. Wo

<sup>7</sup> Vgl. Heimler, *Tiefenpsychologie* 1975, als Vorlesungsmanuskript beim VSB Benediktbeuern erhältlich.

<sup>8</sup> Vgl. Berne, *Spiele der Erwachsenen*, Hamburg, Rowohlt TB, ferner: James/Jongeward, *Spontan leben. Übungen zur Selbstverwirklichung*, Rowohlt, Hamburg 1974.

immer solche Kräfte mobilisiert werden können, werden zugleich die religiöse Aufnahmebereitschaft geweckt und Impulse zur Entfaltung des Menschlichen gesetzt. Sie heißen Transzendenzkräfte, weil sie aus dem Ichgefängnis herausführen und dazu anregen, den unendlichen Entwicklungsweg über sich selbst hinaus zu beschreiten, an dessen Ende der unendliche Gott wartet.

#### IV. Zum psychologischen Prozeß religiöser Reife

Wie kann man trotz jener Widerstände und mit den daraus entstehenden Konflikten sein Personsein vor Gott entwickeln? Wie kann man sein *Menschsein auf Gott* hin durchlässig gestalten und wie in jene *volle Gegenwärtigkeit* gelangen, in der wir innerlich gewiß werden: Auch wenn wir da und dort menschlich zurückgeblieben sind, weil wir sowieso niemals alle Möglichkeiten entfalten können oder weil wir immer nur bedingungsweise (etwa auf Grund von Leistungen) von anderen (seit der frühen Kindheit) angenommen wurden, Er, Gott, nimmt uns bedingungslos an. Vor ihm dürfen wir so sein, wie wir sind (Ps 27, 10).

##### a) Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen

Wir müßten unsere Gemeinschaften und Bezugsgruppen so gestalten, – daß man wieder *füreinander Zeit* und *für sich selbst Muße* finden kann, indem man etwa notwendig fällige Prioritäten setzt;  
 – daß man auch Konflikte und Persönliches *offen miteinander* bereden kann, ohne Angst haben zu müssen, nicht ernst genommen, ausgelacht, mit Normen und Regeln zum Schweigen gebracht oder an die Wand gestellt zu werden;  
 – daß durch *zwischenmenschliche Beziehungen* möglichst viele Reifungs- und Transzendenzkräfte sich entfalten können;  
 – daß die *natürlichen Antriebskräfte* angenommen und in Grenzen gelebt werden können, damit Nachreifeung möglich und Antriebshemmung aufgelöst werden kann;  
 – daß *religiöse Grunderfahrung* wieder möglich wird, z. B. durch moderne Formen der Meditation und durch offene Kommunikation;  
 – daß man den einzelnen – bei allem anregenden Angebot und freundlichen Hinweis – dennoch *so sein läßt, wie er ist*; daß man ihn nicht nach vorgefaßtem Maßstab und Konzept beurteilt und ummodelt, daß man ihn seinen Weg finden, seine Entwicklungschancen entdecken und wahrnehmen läßt in dem Vertrauen und Zutrauen, daß die mitbrüderliche



oder mitschwesterliche Beziehung und die offene Kommunikation ihn – zumindest in der Krisensituation – wirksamer binden kann, als ein Jahre zurückliegendes Versprechen oder eine bloße Regel;

– daß man die *Konfrontation* mit nötigen Grenzen nicht gegen den einzelnen, sondern *in einer offenen Kommunikation* mit ihm leistet und dabei dessen Eigensein als Person respektiert.

## b) Menschliche Verfaßtheit und Glaubensvollzug

Wie muß der Glaube begriffen werden, damit er Transparenz bewirkt, damit durch ihn die entwicklungsbedingten und eingeschaften Widerstände des Menschseins leichter bewältigt, damit soziale, symptomatische, strukturelle und existentielle Angst bestanden werden können, damit menschliche Entfaltung und religiöse Reifung ineins möglich wird?<sup>9</sup>

Der Glaubensvollzug ist *abhängig* von der jeweiligen menschlichen Verfaßtheit. Von ihr um des Inhalts willen abzusehen, hieße: den Glauben seiner farbigen und blutvollen Lebendigkeit entkleiden, ihn auf einen sterilen Für-wahr-halte-Akt degradieren, der weder die menschliche Entfaltung noch die religiöse Reifung anzuregen vermöchte. Wenn man aus tiefenpsychologischer Sicht und psychotherapeutischer Praxis zunächst von Gott als dem Ermöglichungsgrund des Glaubens absieht und diesen mehr von den *menschlichen Vollzugsbedingungen* her betrachtet, könnte man den Glauben in unserem Zusammenhang versuchsweise einmal so formulieren:

„Glaube ist die entgrenzende, ichübergreifende personale Entfaltungskraft, die den Menschen geschenkt wird, sich fortschreitend von ichbezogenen Motiven des Handelns zu befreien und ohne aggressive Fremd- und Selbstzerstörung und ohne die vielen regressiven Formen der Mutterleibsehnst (z. B. der Suchtmittel, der trieb- und affektgesteuerten Ausflüchte in flüchtige sexuelle Beziehungen und in infantile Bindungen an Menschen, Gruppen, Institutionen und Ideologien) sich mit den Widerständen des Lebens, zumal mit dem unabänderlichen Kreuz des Menschseins sachlich und wirhaft auseinanderzusetzen und dadurch zumindest in seinhafter Verbundenheit mit dem Schicksal Christi über einen selbstgenügsamen Ich-, Es-, Du- und Wirbeziehungskreis hinaus auf die absolute Zukunft eines ganz anderen Du und Wir sich als Mensch so gut wie möglich zu entfalten und sei es letztlich durch das Scheitern der bloß menschlichen Identität in der totalen Gebrochenheit des Kreuzes“<sup>10</sup>. Glaube

<sup>9</sup> Vgl. *Menschliche Verfaßtheit und Glaubensvollzug*; beim VSV in Benediktbeuern; Vortrag vom 2. 1. 1974; Fulda; Verbandstag kath. Religionslehrer.

<sup>10</sup> S. Manuskript a. a. O., 6–7.

wird in diesem Sinne zur integrierenden Erfahrung des Menschseins, zur *ichübergreifenden Sinnerfahrung*, zum Ergriffensein von dem, was uns unbedingt angeht<sup>11</sup>.

### c) Strukturformen des Glaubens aus psychologischer Sicht

Nach dem vorgegebenen Glaubensverständnis kann man, ausgehend von tiefenpsychologischen Typen, etwa *folgende Glaubensformen* unterscheiden: die inflationäre (basierend auf psychischen Grenzzuständen), die sinnentfremdete<sup>12</sup>, die beziehungsferne (schizoide), die beziehungsverfälschte (depressive), die bewahrende (zwanghafte), die darstellende (hysterische). Jeder Glaubensform liegt eine je verschiedene menschliche Verfaßtheit und Erlebnisweise zugrunde mit entsprechenden Widerständen, strukturbedingten Ängsten und Vermeidungstendenzen, und zwar in der Bandbreite des Normalen und noch Gesunden bis hin zum Neurotischen (Psychotischen)<sup>13</sup>. Der Glaube erweist sich hier u. a. als Überwindung der struktureigenen Widerstände und Ängste und als Bejahung und Grundannahme des vom Schöpfergott aufgegebenen individuellen Menschseins mit allen entwicklungs- und erziehungsbedingten Belastungen und Begrenzungen, so wie sie sich unter den Anforderungen des Hier und Jetzt erlebnismäßig auswirken.

Zur Vereinfachung der Terminologie wird die jeweilig positive Glaubensform nach ihrer zu überwindenden fehlerhaften Ausgangsbasis und nicht nach der ihr innewohnenden Reifungskraft benannt.

Die *inflationäre Glaubensform* bejaht kraft der in ihr anwesenden Entwicklungshilfe Gottes (= Gnade) die inflationäre Verfaßtheit (d. h. die Überwertigkeit und Maßlosigkeit subjektiven Erlebens, die Angst vor Begrenzung durch Realitäten bis hin zur wahnhaften Wirklichkeitsverfälschung) und konfrontiert sie sowohl mit den Dringlichkeiten und Notwendigkeiten des Alltags wie auch mit dem Anderssein Gottes. Der Glaube übernimmt hier die Richtung auf menschliche Entfaltung u. a. die psychohygienisch notwendige Funktion der Selbstbegrenzung.

In der *sinnentfremdeten Glaubensform* geht es ebenso um menschliche Entfaltung und religiöse Reifung, um identifikatorische und seinshafte Annahme des belastenden Ist-Zustandes, im besonderen um die Annahme

<sup>11</sup> Vgl. P. Tillich, *Ges. Werke*, Bd. 8, 111 ff, bes. 118.

<sup>12</sup> Vgl. hierzu die menschliche Verfaßtheit der heute weit verbreiteten noogenen Neurosen, beschrieben von V. E. Frankl, z. B. in: *Der Mensch auf der Suche nach Sinn*, Herder TB 430.

<sup>13</sup> Vgl. die Skalierung bei M. Tramer, *Allgemeine Psychohygiene*, Benno Schwabe Verl., Basel 1960, 40–52, bes. 51; vgl. ferner F. Riemann, *Grundformen der Angst*, Reinhard Verl., München 1965, Vorwort, bes. S. 18.

der existentiellen Frustration oder des existentiellen Vakuums<sup>14</sup>, das u. a. dadurch entsteht, daß sich die innerpsychische wie die äußere Realität vor der Transparenz verschließt. Nur was man kreativ annimmt (aus der Kraft „von oben“ nach dem Johannes-Evangelium), wird erlöst und befreit. Der sinnentfremdete Glaubensvollzug beginnt dort wirksam zu werden, wo man an der Faktizität der Innerweltlichkeit kein Genüge mehr finden kann und in sich (und sei es vorerst auf negative Weise in Form von Ekel, Langeweile und Ängste) die Dimension der Innerlichkeit wieder oder erstmals entdeckt und die Sehnsucht, die den Betroffenen über sich selbst hinaus nach Sinnerfüllung suchen und fragen läßt.

Die *beziehungsferne Glaubensform* setzt wiederum beim strukturbedingten Widerstand an, d. h. hier beim elementaren Erleben der Bedrohung (oder Belästigung oder Störung) durch die andern, beim mehr oder minder extremen Mißtrauen vor den andern, bei der instinktiven Schutzmaßnahme der Selbst-Isolierung. Für den Beziehungsfernen ist der Glaubensvollzug der Weg von isolierter Selbstbezogenheit zum Du und zur Wir-Zugehörigkeit von ichbewahrender Autarkie zur liebenden Selbsthingabe, vom Mißtrauen zum Vertrauen, von der selbst- und fremdzerstörerischen Aggression zum selbstlosen Engagement, von der Beziehungsferne und Beziehungsnähe, von trennender rationaler Distanzierung oder Gefühlsabwehr zur fühlbaren Anteilnahme und Zuwendung, von selbstgenügsamer Sinngebung zur geschenkten Sinnfindung, von der seinschaften Verschlossenheit zur Transparenz des Göttlichen, bis durch das Medium der menschlichen Verfaßtheit Gott als Du und Wir, als erfüllte Beziehung und Zugehörigkeit erfahren wird. Der erste Schritt dahin mag sein, daß der Beziehungsferne gegen seine spontane Rückzugs- und unbeteiligte Beobachtungstendenz bewußt auf den andern zugeht und ihn als erster anspricht oder etwas Persönliches von sich sagt oder daß er sich etwas schenken läßt oder selber etwas schenkt.

Worin bestehen Widerstand und Ansatzmöglichkeit des *beziehungsverhafteten Glaubens*?

In eben der Beziehungsverhaftung: in der Trennungsangst; in der Angst, allein gelassen zu werden, wenn man eigene Wünsche äußert, wenn man nein sagt, wenn man sich behauptet und sich nicht alles gefallen läßt; in der Angst vor der Selbstwerdung, vor Konflikten; in der Abhängigkeit von Erwartungen der Umwelt; in der allumfassenden Harmonisierungstendenz; in der Neigung, sich an Menschen anzuklammern, Verantwortlichkeiten zu delegieren und symbiotische Beziehungen einzugehen; in der Sehnsucht nach Mutterleibsgeborgenheit; in der Neigung, sich von einzel-

---

<sup>14</sup> Vgl. neben der Beschreibung bei V. Frankl den nachfolgenden Punkt.

nen abhängig zu machen durch Verzicht auf Selbstwerdung (passive Form) oder andere von sich abhängig zu machen durch besondere Dienstleistungen (aktive Form) in der unbewußten ideologischen Haltung des Besserseins auf Grund der „selbstlosen und aufopferungsvollen Hingabe“. An solchen Widerständen hat sich der Beziehungsverhaftete zu bewähren. Entweder er überschreitet sich selbst an diesen Widerständen und gewinnt dadurch Ichstärke und Autonomie, oder der Glaube stirbt an der Beziehungsverhaftung. Durch Selbstüberschreitung weitet sich der anfängliche beziehungsverhaftete Glaube zum integralen Glaubensvollzug aus, der zum „Vollalter und zur Vollgestalt Jesu Christi“ (Eph 4, 13) tendiert, der Beziehungsverhaftung im Sinne Jesu (Lk 14, 26) zurückläßt und dafür eine andere, nämlich die Lebensqualität Christi gewinnt (Lk 9, 24). Im integralen Glaubensvollzug wird die symbiotische regressive Trennungsangst bestanden, die letztlich eine Angst vor der Grundbedingung des Todes ist und sich in den Tränen eines jeden Abschieds spiegelt. Zum integralen Glaubensvollzug des Beziehungsverhafteten gehört auch, daß z. B. die auf Gott projizierte Geborgenheitssehnsucht als regressives Bedürfnis entlarvt und zurückgenommen wird. Doch dem beziehungsverhafteten Glaubenden mag es fürs erste genügen, eine zaghafte Kritik oder sogar ein klares Nein zu äußern und dabei bewußt die Erwartungsangst in Kauf zu nehmen, eine Zurückweisung zu erfahren oder allein gelassen zu werden . . .

Wie erscheinen menschliche Verfaßtheit und Widerstand gegen die integrale Selbstüberschreitung in der *bewahrenden Glaubensform*?

Als starrer Selbstbehauptungswille, als Sicherheit des Besitzes und des Status-quo, als Perfektionismus des Verhaltens, als rationale Absicherung, als Streben nach absoluter Gewißheit; als absolute Leistung, absolute Reinheit, absolutes Lob für absolute Vollkommenheit, als Alternative: Alles oder nichts! als Vermeidung von Freiheit und Entscheidung; als Angst vor dem Spontanen, dem Neuen, dem Veränderlichen, dem Risiko, dem Irrationalen, Unfaßbaren, dem Schuldigwerden; als Mißtrauen gegenüber Vergebung, als kritikloser und unkritischer Gehorsam (sprich: Gefügigkeit), als unterwürfiger und fragloser Respekt vor Autoritäten und Amtsträgern, als Intoleranz gegen Andersdenkende, als Projektion des eigenen Schattens<sup>15</sup> auf Andersgläubige und „Ungläubige“. Wo die bewahrende Glaubensform sich nicht mehr der integralen Bewährung aussetzt, wo sie sich der „Ungewißheit und (dem) Wagnis“<sup>16</sup> aus Angst vor dem schmerzlichen Prozeß der Wandlung völlig verschließt, da erstarrt sie in Selbstbe-

<sup>15</sup> *Inbegriff der ungelebten und nicht zugelassenen Möglichkeiten und Lebens-Impulse*, vgl. A. Heimler, *Streben nach christlicher Vollendung heute*, in: Katech. Blätter, August 1970, 466 f.

<sup>16</sup> Vgl. gleichnamigen Buchtitel von P. Wust, Kösel-Verlag, München 1955, 5. Auflage.

wahrung und in monumentaler dogmatistischer Versteinerung. Glaube ist die prozeßhafte Überwindung des eigenen Unglaubens, der durch die an sich wesentliche Komponente der Bewahrung am dichtesten verschleiert werden kann.

Was vermeidet die *darstellende Glaubensform* von der menschlichen Verfaßtheit her spontan, wenn nicht von der verbliebenen vitalen Glaubenskraft her bewußt gegengesteuert wird?

Sie vermeidet eigenes Betroffenwerden durch Darstellung: durch übersteigerten Gefühlsausdruck, durch gespielte Begeisterung, durch Demonstration und Dramatisierung, durch Inszenierung und Show, durch Selbstdistanzierung und Rollenspiel, durch bemächtigenden Zugriff gegenüber anderen, durch Flucht nach vorn, durch triumphalistisches Pathos. Vermieden wird das Hören, Horchen und Gehorchen durch Reden. Vermieden wird Begrenzung, Verpflichtung, Verbindlichkeit aus Angst, daß dadurch der eigene Freiheitsspielraum eingeengt würde. Je ehrlicher und offener der darstellend Glaubende sich mit seinen strukturellen Widerständen und Verfaßtheiten auseinandersetzt und sich schlicht und einfach zu ihnen bekennt, desto ansprechender, echter, überzeugender und integrativer wirkt sein Glaubensvollzug. Er erreicht so am meisten, woran ihm sehr gelegen ist, nämlich auf andere positiv zu wirken; allerdings erst dann, wenn er auch die Konsequenzen trägt und diese nicht anderen aufbürdet.

#### d) Die integrale Form des Glaubens

Die integrale Glaubensform ist die Transparenz und die *Vollendung aller anderen Glaubensformen* in der Zielrichtung: „Alles zusammenzufassen in Christus, was im Himmel und auf Erden ist“ (Eph 1, 10; vgl. Kol 1, 19 f). Die Transparenz schließt hier als Widerstand und Schattenhintergrund die Gebrochenheit menschlicher Verfaßtheit oder das Kreuz mit ein, ebenso die Bejahung dieser Verfaßtheit und schließlich den Ermöglichungsgrund, nämlich die Entwicklungshilfe Gottes oder die Gnade, letzteres infolge einer zumindest seinshaften Zielrichtung (Intentionalität) auf das erlösende Kreuz Christi. Was die Entfaltung des Menschlichen betrifft, geht es dem integralen Glaubensvollzug u. a. um Selbstbegrenzung, Realitätssinn, Selbsttranszendenz, Selbstdistanz, Wille zum Sinn, soziale Beziehungs- und Bindungsfähigkeit, Kommunikation, Vertrauen, Zuversicht, emotionale Eigenständigkeit, Durchhalte- und Standhaltevermögen gegenüber Widerständen, Wagemut und Risikobereitschaft, Echtheit und Verbindlichkeit. Was die Integration des integralen Glaubensvollzugs anbelangt: Die integrale Glaubensform nimmt u. a. die wesentlichen Elemente der anderen Glaubensformen in sich auf und bringt sie in ein ausgewogenes

Verhältnis zueinander. Aus der inflationären Form bezieht sie etwa die Durchlässigkeit des Bewußtseins gegenüber den schöpferischen und religiösen Erlebnistiefen des Unbewußten mit ein; aus der sinnentfremdeten Form die Funktion des Faktischen, aus der beziehungsfernen das Selbersein in der Abgrenzung gegenüber den andern, aus der beziehungsverhafteten das Du und Wir als Sinnrichtung des Glaubens, aus der bewahrenden das Bleibende oder die Kontinuität im Wechsel und Wandelbaren, aus der darstellenden Form schließlich das Wechselhafte und geschichtlich Ablegbare in der Fluchtbewegung nach dem Ewigen und Transzendenten<sup>17</sup>.

## V. Von der Sinnkrise zur religiösen Reife

Wir stellen in unserer geschichtlichen Stunde nicht nur eine weitreichende und tiefgreifende *Krise des Menschlichen*, sondern zugleich eine *Strukturkrise des Religiösen* fest mit einem heute nicht mehr übersehbaren Strukturwandel, geboren aus der Nullpunkterfahrung der Sinnleere und Sinnlosigkeit<sup>18</sup>, die einesteils ein ungeheures Maß an Selbst- und Fremdzerstörung freisetzt und eine Epidemie von psychisch bedingten Leiden (Neurosen) und psychosomatischen Erkrankungen und die zum andern ein Umdenken, Umerleben oder eine Neubesinnung erzwingt. Wie sieht ein solcher Prozeß auf individueller Ebene beim einzelnen aus? Wie kann er aussehen? Wie können wir ein solches Transparentwerden existentiell eventuell selber erleben?

Wenn der existentielle Nullpunkt erreicht ist; wenn man darin nicht verzweifelt oder resigniert; wenn man vielmehr (in meditativer) Gelassenheit und Ergebenheit das trotzige Hadern mit den Grundbedingungen seines Menschseins, z. B. mit seinem schicksalhaften Gewordensein aufgibt; wenn man die Schuld nicht mehr auf andere schiebt (Eltern, Gesellschaft); wenn man sich demnach von der eigenen erstarrten Bewußtseinsstruktur loszulassen beginnt; wenn man den dadurch bedingten schwindelerregenden Schwebzustand und das Gefühl der Bodenlosigkeit riskiert<sup>19</sup>, – dann erst kann nach dem psychischen Gesetz der Entantiodromie oder Gegenläufigkeit (Begriff bei C. G. Jung) die im Unbewußten bereits seit langem angebahnte ausgleichende Entwicklungsströmung wie ein erfrischendes

<sup>17</sup> Vgl. zum integralen Glaubensvollzug; A. Heimler, *Identitätsfindung und Glaubensvollzug*, Katechetische Blätter, Mai 1970, bes. 266 f.

<sup>18</sup> S. Manuskript „*Tiefenpsychologie 1975*“, a. a. O., 41–43.

<sup>19</sup> Vgl. das entsprechende Symbol: Todeshodzeit auf dem Gipfel des Felsens, in „*Amor und Psyche*“ in: Apulejus: *Der goldene Esel*, Goldmann TB 176, 77–79; dazu Kommentar in: Apulejus, L., *Amor und Psyche*, mit einem Kommentar v. Erich Neumann. *Ein Beitrag zur seelischen Entwicklung des Weiblichen*. Rascher, Zürich 1952.

Bad oder wie ein Anhauch ins Bewußtsein treten und im Nu eine andere Grundstimmung erzeugen mit dem befreienden Erlebnis: Ich bin ich-selbst, jetzt in diesem Augenblick. *Vorher war ich mir selbst entfremdet*; ich stand wie unter dem Fluch einer Fremdbestimmung; ich war wie im Märchen von einer bösen Hexe (Urmutter!) verwünscht, in ein Tier, in einen Stein verwandelt; jetzt kann ich wieder fühlen; es ist, wie wenn ich aus einem bösen Traum erwache; *ich bin ganz da*; ich kann den Kopf wieder erheben und den Leuten frei in die Augen schauen; vorher war ich gebückt, in mich hinein versunken, unstet im Blick und ausweichend, wie in die Ferne verloren; ich kann Antwort geben auf das, was mich unbedingt angeht: auf die Grundbedingungen des Menschseins: auf das Du, das Mitsein in der Gruppe, auf Leiblichkeit und Geschlechtlichkeit; auf Zeit, Tod, Schuld und das Böse in der Welt; auf das Schicksal, – weil ich mich darin betroffen und zur Gestaltung aufgerufen erfahre; weil sich – o Wunder! – die Organe meiner Seele, d. h. die Erinnerung, die Phantasie, das Gemüt und das Gewissen wieder oder erstmals geöffnet haben; weil der böse Zauberschleier von ihnen weggezogen ist, so daß ich in meinem Tun und Nichttun (z. B. im Schweigen), in meinem Leben und in der gegenständlichen Wirklichkeit um mich herum die Sinnhaftigkeit erspüre bzw. erschne<sup>20</sup>.

Eine Entwicklung, wie sie soeben beschrieben wurde, ist *kein bloßes Geschenk*, auch wenn sie als Geschenk schlechthin erfahren wird. Der Erlebniswandel fällt einem nicht ohne weiteres, z. B. in einer Konflikt-Meditation zu, wie dies etwa verkürzt als personbezogene Selbsterfahrung an anderer Stelle konkret beschrieben wurde (vgl. Anm. 20, Kap. 3). Es gilt unter Umständen, in einem schmerzlichen Reifungsprozeß mit dem „Kleinen Prinzen“ auf die Realität „Erde“ zu kommen und dabei eine Sand- und Steinwüste der Isolierung und des Auf-sich-selbst-Zurückgeworfenseins zu durchschreiten<sup>21</sup>, sei es im Alleingang oder in der Zweierbeziehung einer psychotherapeutischen Behandlung<sup>22</sup>.

Das Umkippen einer sinnleeren Bewußtseinsstruktur in eine befreiende Sinn-Dimension erfolgt meist unter *starkem psychischen Druck* an einer sogenannten paradoxen *Grenzerfahrung*, wenn man in einem Verzweiflungs- und Vertrauensakt zugleich sich selbst aufgibt, nicht nur etwas, z. B. einen Wunsch oder eine trotzig starre Selbstbehauptung und Selbstbewahrungshaltung. Die wesentlichste Bedingung für einen qualitativen Be-

<sup>20</sup> A. Heimler, *Meditative Selbsterfahrung und Gruppendynamik*, in: *Türen nach Innen. Wege zur Meditation*. Christophorus-Verlag, 146–165. Und: *Wege zum Menschen*, Mai/Juni 1975, 201–212.

<sup>21</sup> Vgl. A. Heimler, *Der kleine Prinz, ein Gestaltprinzip personaler Reifung*; als Manuskript beim VSB, 1974, Fachhochschule Benediktbeuern erhältlich.

<sup>22</sup> Vgl. Herzog-Dürck, PmR, z. B. die Kristallisation: „*Der Hase im Schnee*“, 150 f. Vgl. A. Heimler, *Neue Formen der Exerzitien*, Butzon/Bercker, 135–171.

wußtseinssprung ist demnach, daß man als Betroffener die existentiellen Konfliktspannungen *aushält und durchhält* und nicht vorzeitig auf eine vordergründige Bedürfnisbefriedigung ausweicht. Der „elektrische Funke“ des Sinnbewußtseins zündet erst, wenn hinreichende Spannungs- und Lösungskräfte konstellierte oder bereitgestellt werden. Existentielle Konfliktspannungen zeigen sich dann, wenn das in Sicht kommt, was uns bedingt angeht, was uns in der menschlichen Grundsituation betrifft, und wenn kein anderer machbarer Ausweg als Lösung gefunden werden kann als die Gelassenheit: Ich schicke mich darein; ich lasse es zu; ich vertraue, daß es von selbst gut wird, wenn ich es in mir geschehen lasse, wenn ich mich einer inneren Führung anvertraue. Es bleibt mir auch gar nichts anderes übrig. Ich hätte gar nicht mehr die Kraft, mich dagegen zu wehren. In solcher Not wird die bedrängende Anwesenheit von prägenden Humanfeldern der frühen Kindheit, wodurch die Sinnerfahrung verstellt wird, durchlässig. Es werden sozusagen die Übertragung konstellierenden Beziehungsmuster der ersten Lebensjahre „eingeschmolzen“, so daß der Bedingungs Zusammenhang: Kindheitserfahrung – aktuelles Verhalten (Erleben) seine determinierende Wirkkraft verliert und kreative Erfahrungen wieder möglich werden.

Wie man sieht, stehen menschliche Entfaltung und religiöse Reifung unter der *Konfliktspannung des Kreuzes*. Das war immer so und wird auch in Zukunft nach dem religiösen Strukturwandel so bleiben. Jesus Christus, der wie kein anderer unser Thema realisiert und erfüllt hat, hat uns ebenso modellhaft vorgelebt, in scheinbar auswegloser Nullpunkterfahrung dennoch zu hoffen, daß es weitergeht, daß eine Neuwerdung, ein neuer Anfang bevorsteht. Durch die Nullpunkterfahrung des Kreuzes wird somit das Humanum relativiert und gleichzeitig das Absolute, nämlich das Religiöse, freigesetzt. Am Kreuz erfüllt Gott die Begrenzung des Menschlichen und vollendet so menschliche Entfaltung und religiöse Reifung.