

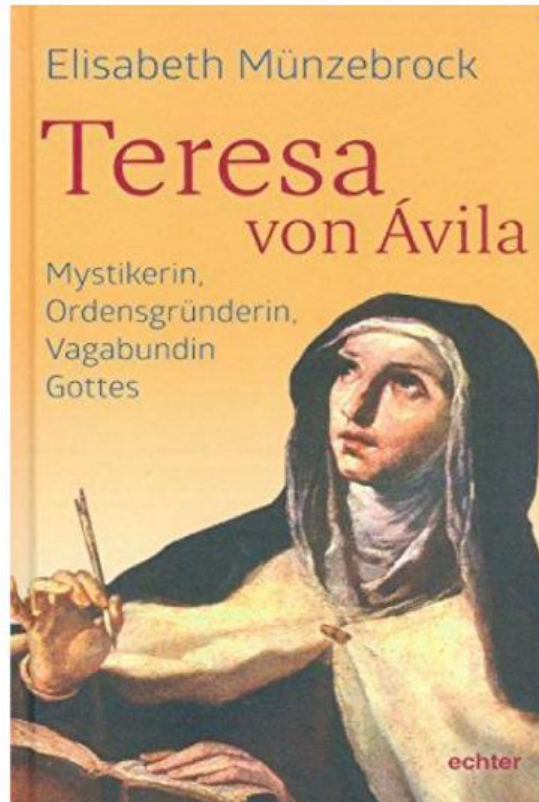


Mystisches Erleben – ein kurzer Überblick

Prof. Dr. med. Samuel Pfeifer

The background is a composite image. The lower half shows a field of colorful flowers (red, yellow, purple) with a single tree in the distance. The upper half is a dark, atmospheric scene with a golden chalice in the center, surrounded by several lit candles. The overall color palette is dark with warm, golden, and purple tones.

Beispiel Theresa von Avila (1515 – 1582)



- „Als ich einmal im Gebet verweilte, sah oder genauer gesagt fühlte ich neben mir etwas, das ich weder mit den Augen des Körpers noch der Seele wahrnehmen konnte; und doch war es mir, als stünde Christus neben mir, und ich wurde mir bewusst, dass Er es war, der mit mir sprach.
- Anfangs jagte mir diese Vision einen großen Schrecken ein, da ich gar nicht wusste, dass es so etwas überhaupt geben konnte. (...) Mir war, als befände sich Jesus Christus immer an meiner Seite; doch da es keine bildhafte Vision war, konnte ich nicht feststellen, in welcher Form dies geschah.

2

Beispiel 27-j. säkularer jüdischer Künstler



Ein 27-jähriger säkularer jüdischer Künstler berichtet:

«Ich kam von der Arbeit nach Hause und begann wie gewohnt die Zeitung zu lesen. Aber ich hatte keinen inneren Frieden, legte die Zeitung auf den Tisch und machte mir wieder Gedanken darüber, dass ich Jude bin und was das bedeuten solle. ...

Mitten im Wälzen meiner Gedanken hatte ich ganz plötzlich den Eindruck, ich sei nicht allein. Ich sah zwar niemanden, aber ich spürte eine Gegenwart im Raum, eine Gegenwart, nicht von dieser Welt. Es war ein Erlebnis von Reinheit, Licht und etwas ganz Herrlichem. Ich erschrak zutiefst, weil ich niemals in meinem Leben etwas Ähnliches erfahren hatte. Ich war kein Mystiker, sondern ein sehr rationaler Mensch, hatte mich zu dieser Zeit überhaupt nicht mit Religionen oder geistlichen Dingen befasst und erschrak deshalb umso mehr.

Etwas später empfand ich, wie mir jemand ganz nahekam und mit einem Schlüssel eine Tür in meinem Herzen öffnete – und dann floss diese Gegenwart, diese Liebe einfach in mein Herz hinein. Ich sass da – und begann zu weinen, ohne zu begreifen warum. Dann habe ich ganz deutlich die Stimme Gottes gehört. ... Ein solches Erlebnis hatte ich noch nie gehabt.»

Charismatisches Erleben



- Religiöse Erfahrungen vom Alltäglichen (Ergriffenheit im Lobpreis, bei einem treffenden Bibelwort) bis zu ekstatischen und enthusiastischen Erfahrungen
- Hörendes Gebet, Visionen, Prophetie⁴, Heilungswunder, Befreiung von dämonischen Mächten, geistliche Kampfführung.

Christliche Mystik



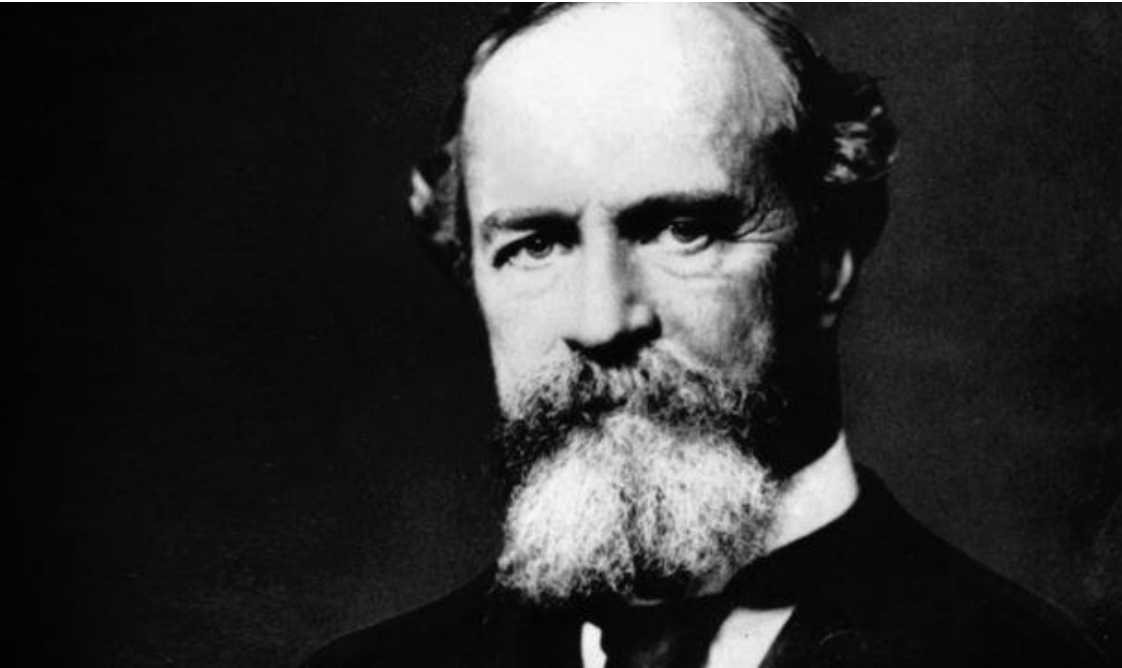
Grund christlicher Mystik ist das lebendige Vertrauensverhältnis zu dem Gott, der sich in Christus offenbart hat, dessen Wahrheit unsere Erkenntnismöglichkeit aber als der „immer noch Größere“ übersteigt und umfasst.

Mystik, die sich diesem Geheimnis öffnet, lässt sich von ihm erfüllen und bestimmen. Das Wagnis, dabei den eigenen Glauben zu verlieren, „ist identisch mit dem des Glaubens an Gott“

5

Josef Sudbrack (1925 – 2010) katholischer Theologe

Vier Kriterien nach William James



- 1) Ineffability
(Unbeschreiblichkeit,
Unaussprechlichkeit)**
- 2) Noetic quality (sinnstiftend)**
- 3) Transiency (vorübergehend) ⁶**
- 4) Passivity (passives Erleben)**

William James (1902): The varieties of religious experience,

S. 330 - 331

PSYCHOTHERAPIE, PSYCHIATRIE
& SPIRITUALITÄT

Kognitionspsychologische Deutungen

Zensor im Schläfenlappen

Die Entstehung von Illusionen

1 Wahrnehmung über Sinnesorgane Über Auge, Ohr, Nase, Tast- und Geschmacksorgane dringen Sinnesreize ins Gehirn.

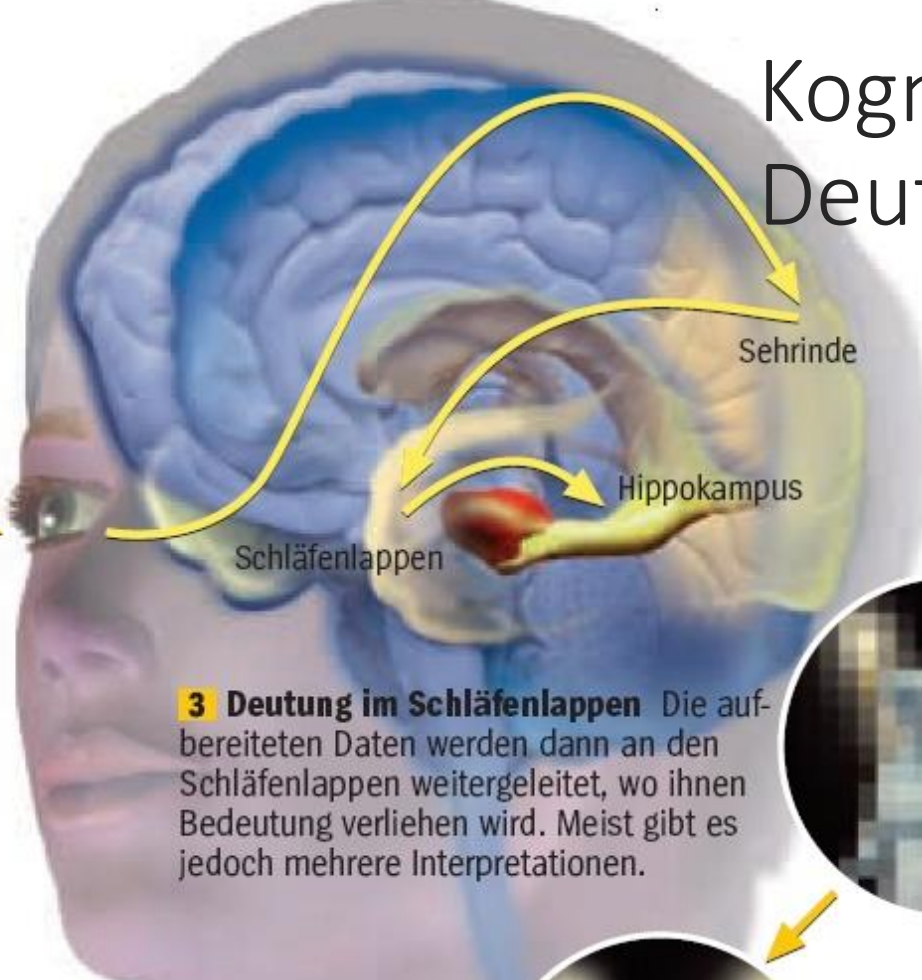
3 Deutung im Schläfenlappen Die aufbereiteten Daten werden dann an den Schläfenlappen weitergeleitet, wo ihnen Bedeutung verliehen wird. Meist gibt es jedoch mehrere Interpretationen.

4 Filter im Hippokampus Der Hippokampus wählt eine dieser Deutungen aus; nur sie dringt bis ins Bewusstsein vor. Meist entscheidet sich der Hippokampus für die Interpretation, die den Erwartungen des Gehirns am nächsten kommt.

2 Verarbeitung in den sensorischen Sinnesarealen

Viele Areale des Großhirns sind damit befasst, diese Wahrnehmungen zu analysieren. Visuelle Reize zum Beispiel werden in der Sehrinde im Hinterkopf verarbeitet.

5 Illusionen durch Abschwächung der Filterfunktion Wird der Zensor im Hippokampus, etwa durch Drogen, Trance oder Schlafentzug, geschwächt, so lässt er auch weniger wahrscheinliche Deutungen passieren, die dann ins Bewusstsein gelangen. Auf diese Weise könnte es zu Visionen kommen.



Religionspsychologische Mechanismen

- Ergriffensein vom «Numinosen», «Faszinosum», «Tremendum» (William James, Rudolf Otto)
- Eine Wahrnehmung dient als «Trigger», um religiöses Erleben in Gang zu setzen.
- Steigerung der emotionalen Reaktionsbereitschaft durch Anbetungszeit mit Liedern, Wiederholungen, Klangteppich, metaphorische Sprache, Bilder und Symbole, die Tiefenschichten ansprechen
- «Altered States of Consciousness» (auch unter Drogen erfahrbar)
- Kulturabhängigkeit von Visionen: Christus, Maria, Fegefeuer, Krishna

8

Ergriffenheit / Anfechtung / Dissoziation

- Dissoziatives Erleben von Emotionen
- Unfreiwillige Erfahrungen des Beherrschtwerdens von Gottes Geist mit Ekstase / Gossolalie
- bei negativen Emotionen «Angefochtenwerden» durch böse Mächte
- Dissoziatives Erleben ist zeitlich begrenzt, greift nicht auf das Alltagsleben über, wird nicht dysfunktional
- Enthusiastische Ergriffenheitserfahrungen sind keine pathologischen Zwangshandlungen, sondern nur unter aktiver Beteiligung durch die Person / durch bewusste Anteile des Ichs möglich.

9

Definition Mystik (EZW)



Mystische Erfahrung ist ... nicht per se religiös oder christlich, sondern eine menschliche Möglichkeit. Sie formt sich im jeweiligen religiösen Kontext

- als personale oder apersonale Mystik,
- als Kontemplation oder Versenkung, 10
- ekstatisches Hingerissenwerden oder
- meditative Innigkeit.

Sie tritt spontan ein, meist vorbereitet durch ein methodisches Vorgehen unter Einsatz von asketischen oder meditativen Techniken.



Hinleitung zur Mystik

PSYCHOTHERAPIE, PSYCHIATRIE
& SPIRITUALITÄT

In der Regel wird ein mehrstufiger ... Weg vorausgesetzt, der durch einen spirituellen Lehrer (Mystagoge, Seelenführer, z. B. Guru, Roshi, Pir) angeleitet wird.

Als Ziel wird die Schau, das Entwerden oder eine andere Vollkommenheit, etwa durch Läuterung und Erleuchtung, in Aussicht gestellt.

(Friedmann Eissler, EZW 2019)

Wiederholungsfragen

Wiederholungsfragen

- Welches sind die vier Kriterien nach William James?
- Wer war William James?
- Welche äußeren Umstände, Trigger, innere Seelenzustände begünstigen eine mystische Erfahrung?
- Wie kann man mystische Erfahrungen erlernen?
- DISKUSSION: Wo ist die Grenze zu pathologischen Seelenzuständen / spirituellen Krisen? (Wann würden Sie sich Sorgen um einen Menschen machen, der eine mystische Erfahrung hatte?)

13