

Sinnverlust, Spiritualität und Selbsttranszendenz in der Postmo- derne: Psychotherapiewissenschaftliche Perspektiven auf Karl Nowotnys Mediale Schriften

Loss of meaning, spirituality, and self-transcendence in postmod- ernism: Psychotherapeutic perspectives on Karl Nowotny's Me- diale Schriften (Medial Writings)

Iris Wenzl-Fritz ¹

¹ Stadtschlaining, Österreich

Kurzzusammenfassung

Die Postmoderne wird als Epoche eines „Verlustes von Sinn und Transzendenz“ beschrieben, in der traditionelle religiöse und spirituelle Ordnungssysteme erodieren und damit Urvertrauen, Selbst- und Weltbezug fragil werden. Diese Entwicklung führt zu ontologischer Verunsicherung und begünstigt Rückzüge in materialistisch bzw. alltagszentriert organisierte Lebenswelten, die sich klinisch in diffuser Sinnleere, chronischer Langeweile und innerer Entfremdung niederschlagen können. Als kompensatorische Strategie wird ein erlebnisorientierter Konsum identifiziert, der Glück und Sinn primär an äußere Reize bindet und intrapsychische Prozesse von Reflexion, Integration und Reifung in den Hintergrund treten lässt. Zwar ist ein wachsendes Interesse an als sinnstiftend wahrgenommenen Praktiken (z.B. Yoga, TCM, Selbsterfahrung, esoterische und szenespirituelle Angebote) zu beobachten, doch bleibt deren nachhaltige Wirksamkeit im Sinne stabiler Einstellungs-, Verhaltens- oder Strukturveränderungen fraglich. Daraus leitet der vorliegende Artikel die These ab, dass nachhaltige Sinnstiftung nicht durch die Anhäufung außergewöhnlicher Erlebnisse, sondern durch Selbstauseinandersetzung, innere Kohärenz und Ganzheit entsteht. Vor diesem Hintergrund wird eine charakteristische Doppelbewegung der Gegenwart diagnostiziert: Erosion tradiert religiöser Sinnsysteme bei gleichzeitiger

Explosion pluraler spiritueller Angebote. Dies erzeugt neue Formen von Sinnsuche und Identitätskonstruktion, aber auch neue Risiken – etwa spirituelle Überwältigung, ideologische Vereinnahmung oder Abhängigkeiten von charismatischen Autoritäten. In dieser Konstellation verortet die individualpsychologische Analyse Dr. Karl Nowotnys „Mediale Schriften“, die ein metaphysisch-spiritueller Textkorpus als Ausgangspunkt nutzt, um die psychotherapiewissenschaftliche Relevanz spiritueller Deutungsangebote für Sinnkonstruktion, Identitätsbildung und Urvertrauen zu analysieren.

Abstract

The postmodern era is described as a period of a “loss of meaning and transcendence,” in which traditional religious and spiritual systems of order erode, thereby rendering basic trust as well as one’s relation to self and world fragile. This development leads to ontological insecurity and fosters withdrawal into materialistic or everyday-centered life-worlds, which can manifest clinically in diffuse meaninglessness, chronic boredom, and inner alienation. As a compensatory strategy, an experience-oriented consumption is identified, which ties happiness and meaning primarily to external stimuli and pushes intrapsychic processes of reflection, integration, and maturation into the background. Although there is a growing interest in practices perceived as meaningful (e.g., yoga, traditional Chinese medicine, self-experience seminars, esoteric and scene-based forms of spirituality), their sustainable effectiveness in terms of enduring changes in attitudes, behavior, or personality structure remains questionable. On this basis, the present article advances the thesis that sustainable meaning-making does not arise from the accumulation of extraordinary experiences, but from engagement with the self and the experience of inner coherence and wholeness. Against this backdrop, a characteristic double movement of the present is diagnosed: the erosion of traditional religious systems of meaning alongside an explosion of plural spiritual offerings. This generates new forms of meaning-seeking and identity construction, but also new risks—such as spiritual overwhelm, ideological appropriation, or dependencies on charismatic authorities. Within this constellation, the individual-psychological analysis situates Dr. Karl Nowotny’s *Mediale Schriften*, which uses a metaphysical-spiritual corpus of texts as a starting point in order to examine the psychotherapeutic relevance of spiritual frameworks for meaning-making, identity formation, and basic trust.

Schlüsselwörter

Identität, Sinn, Postmoderne, Spiritualität, Individualpsychologie, Karl Nowotnys *Mediale Schriften*

Keywords

Identity, meaning of life, postmodernism, spirituality, individual psychology, Karl Nowotny's *medi-umistic work*

1 *Einleitung*

Die Diagnose der Postmoderne als Epoche eines „Verlustes von Sinn und Transzendenz“ (Kast, 2000, S. 41) verweist auf tiefgreifende Verschiebungen im Verhältnis von Individuum, Weltdeutung und metaphysischen Ordnungsangeboten. Dieser Prozess betrifft insbesondere den Zerfall traditioneller, spiritueller Gewissheiten – etwa des Glaubens an eine transzendente Instanz, die als übergeordnete Schutz- und Ordnungsmacht fungiert. Psychotherapiewissenschaftlich relevant ist die Frage, wie sich dieser Wandel auf Urvertrauen, Selbst- und Weltbezug sowie auf Formen der Sinnkonstruktion auswirkt.

Mit der Erosion solcher übergreifender Sinn- und Ordnungssysteme geht eine ontologische Verunsicherung einher: Die primäre Erfahrung von Geborgenheit und ein elementares Urvertrauen, das historisch häufig durch religiöse oder spirituelle Narrative vermittelt wurde, werden brüchig. Vor diesem Hintergrund ist ein Rückzug in materialistisch oder alltagszentriert organisierte Lebenswelten zu beobachten, der das Risiko einer existentiellen Reduktion in sich birgt. Diese kann sich klinisch und lebenspraktisch unter anderem in chronischer Langeweile, diffuser Sinnleere und einem Gefühl der inneren Entfremdung manifestieren.

Als kompensatorische Strategie lässt sich ein erlebnisorientierter Konsum beschreiben, der durch die Suche nach intensiven, außergewöhnlichen Reizen geprägt ist (vgl. Schulze, 2000). Psychodynamisch betrachtet verweist dies auf eine Externalisierung des Glücks- und Sinnstrebens: Subjektive Erfüllung wird primär an äußere Stimuli gebunden, während intrapsychische Prozesse der Selbstreflexion, Integration und Reifung in den Hintergrund treten.

Obwohl in den letzten Jahren ein zunehmendes Interesse an als sinnstiftend wahrgenommenen Praktiken, Philosophien und Weltanschauungen – etwa Yoga, Traditioneller Chinesischer Medizin, Selbsterfahrungsseminaren und verwandten Angeboten – zu beobachten ist und der Zugang zu entsprechenden Formaten deutlich erleichtert wurde, kann man sich fragen, ob diese Interventionen im Leben der Konsumenten zu nachweislich nachhaltigen Veränderungen im Sinne stabiler Einstellungs-, Verhaltens- oder Strukturveränderungen führen oder nicht. Aus psychotherapiewissenschaftlicher Perspektive könnte man daher fragen, unter welchen Bedingungen solche Angebote über kurzfristige Effekte hinaus zu tiefgreifender persönlicher Entwicklung und Sinnintegration beitragen können. Eine zentrale These lautet: Nachhaltige Sinnstiftung entsteht nicht durch die Akkumulation von Erlebnissen, sondern durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbst und die Erfahrung innerer Kohärenz und Ganzheit. Dabei ist nicht eine strikte Dichotomisierung „gewöhnlicher“ versus „außergewöhnlicher“ Erfahrungen entscheidend, sondern die Frage, ob Letztere eine dauerhafte psychische Resonanz und Integration ermöglichen oder lediglich als konsumierbare Ereignisse ohne vertiefende Wirkung fungieren.

Daher ist auch die Auseinandersetzung mit spirituellen Fragen – Transzendenz, Sinn, Jenseitsvorstellungen, Gefühle von Verbundenheit mit einer „höheren Ordnung“ – für die Psychotherapiewissenschaft in der Gegenwart aus mehreren Gründen sinnvoll.

Die gegenwärtige Situation ist durch eine eigentümliche Doppelbewegung gekennzeichnet:

Zum einen zeichnet sich die Erosion traditioneller religiöser Sinnsysteme ab, gleichzeitig findet sich eine Explosion pluraler spiritueller Angebote (Selbsterfahrung, Esoterik, Szenespiritualität, digitale Sinnmärkte).

Damit entstehen neue Formen von Sinnsuche und Identitätskonstruktion, neue Konflikte zwischen säkularer und religiöser Weltsicht und neue Risiken wie spirituelle Überwältigung, oder Abhängigkeiten von charismatischen Autoritäten und Ideologisierung.

Vor diesem Hintergrund entstand die Dissertation „Individualpsychologische Analysen zu Dr. Karl Nowotnys Medialen Schriften“, in welchen ein verstorbener Individualpsychologe vermeintliche Einsichten zur Beschaffenheit der Welt, des menschlichen Lebens und der Organisation des Zusammenlebens über ein Medium mit der irdischen Welt geteilt haben soll.

2 *Metaphysische Phänomene, Wirklichkeitsbegriff und wissenschaftliche Zugänglichkeit*

Die Arbeit geht von der Prämisse aus, dass es Phänomene gibt, die im Rahmen des aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstandes nicht oder noch nicht hinreichend erklärbar sind, die jedoch empirisch – etwa in subjektiven Erfahrungsberichten, kulturellen Deutungszusammenhängen oder therapeutischen Kontexten – wirksam werden. Verschiedene Elemente solcher Phänomene vorschnell Kategorien wie „Magie“ oder „Esoterik“ zuzuordnen, erscheint erkenntnistheoretisch unzureichend. Vielmehr verweisen sie auf die Komplexität einer Wirklichkeit, in der der Mensch und seine psychischen, kulturellen und existenziellen Bezüge situiert sind.

Dabei ist zu berücksichtigen, dass der Wirklichkeitsbegriff – und damit auch die Frage, welche Phänomene als „wirklich“ gelten – historisch und kulturell variabel ist. Was in einem bestimmten wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Diskurs als real, relevant und legitim angesehen wird, ist an diskursive Aushandlungsprozesse gebunden. Die Annahme, eine einzelne wissenschaftliche Disziplin könne „die Wahrheit“ in Gänze erfassen und damit abschließend bestimmen, was als unwahr und damit als nicht wissenschaftlich zu gelten habe, erweist sich vor diesem Hintergrund als verkürzt.

In diesem Zusammenhang ist auf zentrale wissenschaftsphilosophische Positionen zu verweisen, insbesondere auf den Neopositivismus des Wiener Kreises, klassische rationalistische Traditionen sowie auf Karl Poppers kritischen Rationalismus. Diese Ansätze verhandeln – jeweils auf unterschiedliche Weise – den Status von Wahrheit, die Bedingungen ihrer Annäherung und die Grenzen

wissenschaftlicher Erkenntnis. Schon hier wird deutlich, dass die Frage nach Wahrheit und Wirklichkeit nicht nur in der Auseinandersetzung mit metaphysischen oder „anomalistischen“ Phänomenen problematisch ist, sondern die Wissenschaft generell betrifft.

Vor diesem Hintergrund stellte sich für die erwähnte Dissertation die zentrale Frage, wie Einsichten wissenschaftlichen Geltungsanspruch erheben können, wenn sie aus einem Textkorpus gewonnen werden, dessen Genese – im Sinne eines medialen Ursprungs – aus Sicht der etablierten Wissenschaft nicht nachvollziehbar oder nicht reproduzierbar ist. Diese Fragestellung ist anschlussfähig an die Diskussionen im Werk „An den Grenzen der Erkenntnis. Handbuch der wissenschaftlichen Anomalistik“, in dem zahlreiche renommierte Autorinnen und Autoren sich mit epistemologisch schwer einzuordnenden Phänomenen auseinandersetzen. Dort heißt es:

„Bei den gesellschaftlichen Diskursen über anomalistische Erfahrungen und Phänomene [...] geht es meist darum, was jeweils zu seiner Zeit als ‚wirklich‘ gelten kann und was nicht. Das auf diese Frage antwortende kulturelle Wirklichkeitswissen wird immer diskursiv produziert und verbreitet, es wird legitimiert und institutionalisiert, seine Geltung durchsetzt und abgesichert. Was jeweils ganz konkret als ‚wirklich‘ gilt, ist vom Verlauf dieser Diskurse anhängig, wechselt von Kultur zu Kultur und auch zwischen verschiedenen historischen Epochen.“ (Mayer, Schetsche, Schmied-Knittel, Vaitl, 2015, S. 8)

Das Gesamtwerk „Mediale Schriften“ Nowotnys bezieht sich auf die von Nowotny postulierte „wahre Beschaffenheit“ des Menschen, verstanden als Zusammensetzung aus Körper, Geist und Seele (vgl. Nowotny, 2013). Nowotny geht dabei von einem ontologisch einheitlichen Menschenbild aus: Der Mensch ist nicht als Addition einer physischen Komponente und einer nicht-materiellen Komponente – Seele und Geist – zu verstehen, sondern als untrennbare Einheit. Diese Konzeption impliziert, dass körperliche Phänomene, psychische Prozesse und spirituelle Erfahrungen nicht isoliert analysiert werden sollten, sondern in ihrer wechselseitigen Interaktion. Aus psychotherapiewissenschaftlicher Perspektive eröffnet dies einen holistischen Zugang, in dem somatische, psychische und metaphysische Dimensionen gemeinsam als Grundlage individueller Lebensvollzüge betrachtet werden.

3 *Parallelen und Abgrenzungen zur individualpsychologischen Tradition*

Auf den ersten Blick zeigt sich eine Nähe zum individualpsychologischen, ganzheitlichen Menschenbild, das den Menschen ebenfalls durch die Dimensionen Körper, Geist und Seele charakterisiert. Sowohl in tiefenpsychologischen Therapieansätzen als auch in den Medialen Schriften Nowotnys wird der Ursprung von Krankheit – im weiten Sinn somatisch, psychisch und existentiell verstanden – im Zusammenwirken dieser Anteile verortet.

Gleichzeitig ist darauf hinzuweisen, dass die in den Medialen Schriften verwendeten Begriffe „Körper“, „Geist“ und „Seele“ nicht deckungsgleich mit den in der individualpsychologischen Psychotherapie

etablierten Definitionen sind. Auch war für eine wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Werk der Medialen Schriften eine klare Definitionstrennung der Begriffe Spiritualität und Transzendenz erforderlich. Für eine psychotherapiewissenschaftliche Rezeption ist daher eine präzise begriffliche Klärung erforderlich, um Missverständnisse und vorschnelle Parallelsetzungen zu vermeiden.

3.1 Der Körper:

Nowotny beschreibt den Körper zwar als rein materielle und vergängliche Instanz, rückt ihn aber gleichzeitig in ein Beziehungsgefüge, in dem die Seele als Bindeglied zwischen Geist und Körper fungiert und der Körper als Medium der Manifestation geistiger Inhalte verstanden wird. Damit nähert sich seine Position phänomenologischen und psychosomatischen Ansätzen an und zielt auf eine Überwindung des Körper-Seele-Dualismus.

Insgesamt wird argumentiert, dass eine solche mehrdimensionale Körperkonzeption – materiell, phänomenologisch und metaphysisch – ein erhebliches Heilungspotenzial hat und für die psychotherapeutische Theoriebildung und Praxis fruchtbar gemacht werden kann.

In der Individualpsychologie wird – an Descartes anschließbar – der Körper zunächst als ausgedehntes, materielles Objekt beschrieben, als *res externa*, das naturwissenschaftlich erfassbar ist (Heisterkamp & Kühn, 1995, S. 291).

Nowotny (2013) definiert den Körper in ähnlicher Weise als rein materielle, vergängliche Instanz, wobei er zugleich anmerkt, dass nichts „wirklich“ vergeht, sondern nur die Gestalt wechselt.

In einer weiteren, phänomenologischen Ebene wird der Körper als Korrelat subjektiver Bewusstheit und Intentionalität verstanden. Der Leib ist nicht nur Objekt, sondern Medium der Welterfahrung und „Instrumentarium, um transzendent oder ekstatisch in die Welt hinein zu handeln“ (Heisterkamp & Kühn, 1995, S. 292).

In einer dritten, radikal subjektiven Perspektive wird der Körper primär über Affekte (Freude, Schmerz, Emotionen) erschlossen. Diese Feststellung knüpft an Alfred Adlers Auffassung an, die in den Symptomen des Körpers einen „Organdialekt“ versteht (Adler 1912c/1928n), der nonverbal anzeigt, wie der Geist Situationen beurteilt und beantwortet. Hier deutet sich eine Überwindung des Körper-Seele-Dualismus an und ein psychosomatisches Verständnis von Krankheit.

Obwohl Nowotny den Körper zunächst materialistisch definiert, entwickelt er eine ganzheitliche Sicht, in der die Seele als Bindeglied zwischen Geist und Körper fungiert und dieser als Instrument verstanden wird, durch das sich das „innewohnende Geistwesen“ in der Welt erfahren kann. Nowotny sieht körperliche Ausdrücke als Manifestationen von Seele und Geist an.

Damit nähert sich sein Körperverständnis phänomenologischen und psychosomatischen Konzepten und unterstützt die Idee, dass körperliche Erkrankungen über seelische Prozesse nachhaltig beeinflusst

bzw. geheilt werden können. Gleichzeitig ist aus psychotherapeutischer Sicht eine klare Abgrenzung von Nowotnys Ansichten von Geistwesen notwendig. Die Überwindung des Körper-Seele-Dualismus und die Anerkennung des Körpers als Ausdrucks- und Vermittlungsinstanz geistig-seelischer Prozesse eröffnet allerdings therapeutisches Heilungspotenzial, das sowohl in psychosomatischen Konzepten als auch in Nowotnys Medialen Schriften zentral ist

3.2 Die Seele

In Nowotnys Medialen Schriften nimmt die Seele eine zentrale Rolle ein. Sie sei unsterblich, zwischen Geist und Körper vermittelnd, könne jedoch im Unterschied zum Geist erkranken und gilt als eigentlicher Ursprungsort sowohl psychischer als auch somatischer Störungen. Heilung – im körperlichen wie im psychischen Sinn – soll daher primär über die Seele erfolgen, damit sich eine von Beginn an „gesunde“ Persönlichkeit und ein „wahres Selbst“ im Leben und im Körper ausdrücken können. Die Seele wird somit zum privilegierten therapeutischen Zielbereich, der Körper zur Manifestation seelischer Prozesse.

Dabei finden sich zentrale Unterschiede des Seelenbegriffs zur individualpsychologischen Tradition.

Bei Nowotny wird die Seele als unsterbliche und damit als eigenständige, metaphysische Instanz dargestellt. Sie bildet das Bindeglied zwischen unsterblichem Geist und sterblichem Körper. Die Individualpsychologie nach Adler beschreibt den Begriff der Seele primär als das seelische/psychische Funktionieren des Organismus im Kontext von Bewegung, Umweltbezug und Zielgerichtetheit.

Für Alfred Adler (1927a/2015, S. 23) steht die Seele in enger Beziehung zur freien Bewegung¹: Je ausgeprägter Beweglichkeit, Vernunft und freier Wille, desto höher der Entwicklungsstand des Seelenlebens. Diesem Gedanken folgend, wird anhand der genannten Parameter die Möglichkeit zur Weiterentwicklung der eigenen Seele beschrieben. Adler betont, dass ein isoliertes Seelenleben undenkbar ist. Seelisches Leben ist immer mit der Umwelt verknüpft, nimmt Anregungen von außen auf und antwortet darauf und verfügt über Kräfte, die dem Organismus helfen, sich in und mit der Umwelt zu behaupten (Adler 1927a/2015, S 24).

Der Körper und seine Bewegungen ist für Adler die einzige Möglichkeit, wie sich die Seele in der Welt manifestiert, erfahren und entwickeln kann. Körper und Seele sind daher funktional untrennbar.

Die Seele ist für Adler immer „in Bewegung“, sie strebt – bewusst oder unbewusst – einem Ziel zu. Dieses Ziel wird individualpsychologisch über den jeweiligen Lebensstil beschrieben: ein überdauerndes, sinnorientiertes Muster des Sich-Verhaltens zur Welt.

¹ Zum Begriff der Bewegung in der Individualpsychologie: D. Geißler, 2018.

Für eine psychotherapiewissenschaftliche Auseinandersetzung mit den Medialen Schriften ist Adlers Position vor allem deshalb bedeutsam, weil sie ein ganzheitliches Menschenbild (Körper-Seele-Bezug zur Umwelt) vertritt, die Seele dabei allerdings nicht spekulativ-jenseitig, sondern immanent, relational und entwicklungsorientiert fasst und damit eine Brücke schlägt zwischen klassischen Seelenkonzepten und einem empirisch anschlussfähigen Verständnis von psychischer Entwicklung und Sinnorientierung.

Dies beeinflusst auch das Krankheitsverständnis in der Individualpsychologie und in den Medialen Schriften. Bei Nowotny geht Krankheit, somatisch wie psychisch, letztlich immer auf eine „kranke Seele“ zurück. Psychotherapie zielt hier nicht primär auf Persönlichkeitsentwicklung, sondern auf „Heilung der Seele“, damit sich eine bereits voll entwickelte, gesunde Persönlichkeit zeigen kann.

In der Individualpsychologie sind Seele und Psyche eng gekoppelt; es geht um die Entwicklung und Korrektur eines Lebensstils, um Kompensation von Minderwertigkeit und Förderung von Gemeinschaftsgefühl.

Krankheit wird nicht als Beschädigung einer metaphysischen Instanz verstanden, sondern als Ausdruck eines fehlgeleiteten Ziel- und Beziehungsmodus.

Für die psychotherapiewissenschaftliche Betrachtung der Medialen Schriften bedeutet dies zu beachten, dass Nowotnys Seelenbegriff den Fokus von einer primär psychologischen auf eine ontologisch-metaphysische Ebene verschiebt, auf der die Seele als eigenständige, unsterbliche und heilungsrelevante Instanz zwischen Geist und Körper fungiert.

Der Seelenbegriff ist in Nowotnys Medialen Schriften deutlich spirituell-metaphysisch aufgeladen, da sie eine Verbindung zur geistigen Welt beschreibt, Anfälligkeit für „geistige“ Einflüsse in sich birgt und Informationen über verschiedene Inkarnationen hinweg in sich trägt.

Die Seele wird als transzendentes Medium beschrieben, das zugleich verletzlich, aber zugleich Quelle der Lebenskraft ist.

In der Individualpsychologie ist der Seelenbegriff stärker psychologisch-anthropologisch gefasst und an das Unbewusste, an Beweglichkeit, Vernunft und freien Willen gebunden.

Spirituelle und metaphysische Dimensionen treten deutlich in den Hintergrund zugunsten eines lebensweltlich-pragmatischen Verständnisses.

3.3 Der Geist

Der Geistbegriff wird in Alltagssprache, Philosophie und Spiritualität uneinheitlich verwendet: Bewusstsein, Verstand, „Gespenst“, Seele etc. Gemeinsamer Nenner ist seine immaterielle Natur. Nowotny entwickelt in den Medialen Schriften ein spezifisches Konzept: Der Geist ist ein individuelles Geistwesen, unsterblich, unzerstörbar, zur Entwicklung bestimmt und Träger von Persönlichkeit und freiem Willen. Er bewohnt den Körper, wirkt über das Verbindungsglied der Seele und erscheint im irdischen

Denken und Handeln, ohne mit Intellekt oder Gehirn identisch zu sein. Inkarnation, Lebensumstände und Entwicklung des Geistes werden bei ihm als Ausdruck eines metaphysischen Entwicklungsplans und einer jenseitigen Ordnung verstanden.

Eine psychotherapiewissenschaftliche Arbeit grenzt sich davon ab und verwendet den Terminus „Geist“ im psychotherapiewissenschaftlichen, insbesondere individualpsychologischen Sinn (kognitive und intentionale Prozesse), während metaphysische Annahmen über Geistwesen ausdrücklich als nicht empirisch überprüfbar und damit der Psychotherapiewissenschaft entzogen markiert werden. Transzendenz wird in diesem Rahmen als heuristischer Begriff für das Überschreiten des unmittelbar Empirischen, zum Beispiel Unbewusstes, Sinnfragen, archetypische Muster, und nicht als ontologische Bestätigung von Geistern verstanden.

Bei Nowotny zeigt sich der Geist als eigenständige, nicht-physische Entität, das Geistwesen: unsterblich, unzerstörbar, jenseits der materiellen Welt existierend; es ist Träger von Persönlichkeit und freiem Willen; Intellekt und logisches Denken sind Produkte des physischen Gehirns. Sie sind Ausdrucksformen des Geistwesens, aber nicht mit diesem identisch. Der Ursprung des freien Willens liegt im nicht-physischen Geist, nicht in neuronalen Prozessen. Inkarnationen des Geistes in den Körper sind nur eine Phase eines größeren jenseitigen Lebenszusammenhangs.

In der Individualpsychologie ist der Geist kein eigenständiges metaphysisches Wesen, sondern eine Bezeichnung für psychische, kognitive und intentionale Funktionen im Rahmen eines immanenten, psychologisch verstehbaren Subjektmodells. Der Geist wird primär als Funktion des psychischen Apparats und des „Lebensstils“ verstanden; Willensentscheidungen sind im Rahmen biografischer, sozialer und psychodynamischer Bedingungen verortet, nicht in einer eigenständigen metaphysischen Instanz.

Für die psychotherapiewissenschaftliche Argumentation ist daher eine klare begriffliche Trennung erforderlich:

Der Artikel verwendet „Geist“ im individualpsychologischen Sinn (kognitive, intentionale, sinnstiftende Funktionen), während Nowotnys metaphysischer Geistbegriff nur referiert wird, wenn explizit auf sein Modell des Geistwesens eingegangen wird.

4 Historische Anschlussstellen: C.G. Jung und die geistige Dimension

Bereits vor Nowotny finden sich in der psychotherapiewissenschaftlichen und psychologischen Tradition Ansätze, die eine integrative Sicht auf körperliche, seelische und geistige Dimensionen des Menschen vertreten. Carl Gustav Jung (2021, S. 12) verweist 1933 auf die Idee,

„[...] dass der Mensch eine substanzielle Seele habe, dass sie von göttlicher Natur und darum unsterblich sei, dass es eine eigene Seelenkraft gebe, [...], dass es unkörperliche Geister gebe, mit denen die Seele verkehre, und eine geistige Welt jenseits unseres empirischen Diesseits,

aus der der Seele eine Wissenschaft um geistige Dinge zukomme, deren Ursprünge in der sichtbaren Welt nicht aufgefunden werden können.“

Diese Passage ist bedeutsam:

Sie markiert bei Jung eine explizite Öffnung von psychotherapeutischen Ansätzen für spirituelle Annahmen, ohne diese vollständig in empirische Kategorien aufzulösen.

Er berührt mit dieser Stelle zentrale Motive der Medialen Schriften, insbesondere die Vorstellung, dass die Seele mit einer übergeordneten Welt in Beziehung stehe und aus dieser eine Form von Wissen oder Orientierung erhalte, die nicht auf empirische Ursachen im sichtbaren Bereich reduzierbar ist.

Diese Vorstellung ist relevant für die psychotherapiewissenschaftliche Betrachtung von Spiritualität. Der Gedanke, dass die Seele in einem Kommunikationsverhältnis zu einer geistigen Sphäre stehe und daraus Unterstützung sowie Erkenntnis für das menschliche Leben beziehen könne, bildet einen Kernbestandteil von Nowotnys Werk. Für die Psychotherapiewissenschaft ist dies insofern relevant, als hier ein explizit spiritueller Deutungsrahmen vorgeschlagen wird, der das Verständnis von Krankheit, Heilung und Entwicklung erweitert, die Beziehung von innerpsychischen Prozessen zu transzendent verstandenen Wirkkräften wie den Begriff der Intuition thematisiert und an historisch etablierte Konzepte, wie jene von C. G. Jung, anschlussfähig bleibt.

Die nähere Analyse dieser Konzeption soll nicht die postulierte Interaktion zwischen Seele und geistiger Welt untersuchen, sondern Begriffe der Spiritualität und Transzendenz im Folgenden vertiefen und im Hinblick auf ihre theoretische Plausibilität und mögliche psychotherapeutische Relevanz diskutieren.

5 *Relevanz der Spiritualität für die Psychotherapiewissenschaft*

Ob Wissenschaft jemals in der Lage sein wird, die Gesamtheit komplexer Wirklichkeitszusammenhänge vollständig zu erfassen, ist offen. Diese epistemische Begrenztheit bedeutet jedoch nicht, dass Phänomene, die sich gegenwärtig einer erklärenden Integration in bestehende Theorierahmen entziehen, grundsätzlich vom Gegenstandsbereich seriöser Wissenschaft ausgeschlossen werden müssen. Ebenso wenig folgt daraus, dass eine verantwortliche Wissenschaft die psychische oder existentielle Wirkung solcher Phänomene auf Individuen kategorisch negiert.

Gerade aus psychotherapiewissenschaftlicher Perspektive liegt die Annahme nahe, dass Themen, die für das Erleben, die Sinnkonstruktion und die Bewältigungsstrategien von Menschen bedeutsam sind – einschließlich spiritueller oder metaphysischer Deutungsmuster –, einer reflektierten wissenschaftlichen Betrachtung zugänglich gemacht werden sollten. Eine solche Offenheit erlaubt es, potenzielle Wechselwirkungen und wechselseitige Bereicherungen zwischen spirituellen und wissenschaftlichen Denkformen zu analysieren, statt diese a priori als inkompatibel zu behandeln. Besonders im Kontext

von Heilungs- und Entwicklungsprozessen berichten zahlreiche Personen von einer subjektiven Gewinnbringung durch Konzepte, die sowohl an empirische als auch an metaphysische Deutungsangebote anschlussfähig sind.

Dieses Spannungsfeld zwischen metaphysischer Sinnsuche und rational-wissenschaftlicher Welter-schließung ist keineswegs neu, sondern etwa in der Literatur und Geistesgeschichte prominent thematisiert worden. Ein klassisches Beispiel bietet Goethes „Faust“, in dem die Spannung zwischen einer transzendent ausgerichteten Erkenntnissuche und einer auf das Irdische fokussierten Lebenspraxis modelliert wird. Safranski (1999) beschreibt diese Dynamik folgendermaßen:

„Mephisto, den wir zuerst als verneinenden Geist kennen gelernt haben, wird durch diese Wette zum produktiven Prinzip. Zwischen Faust und Mephisto gibt es genau jene polare Spannung, die zur Steigerung führt. [...] Im Zusammenspiel des Metaphysikers Faust und des Realisten Mephisto zeigt sich das Betriebsgeheimnis der Moderne. Wir werden nämlich Zeuge, wie die ehemals vertikal gerichtete Strebung in die Horizontale umgebogen und dadurch in unerhörte Spannung versetzt wird. Die Moderne will nicht mehr hinauf, sondern hinaus; sie ist nicht mehr kosmisch gesinnt, sondern global. So vollzieht sich vor unseren Augen die folgenreiche Umwandlung des metaphysischen Furors in eine Antriebskraft für die zivilisatorische Weltbemächtigung. [...]. In der Schule des Mephisto wird Faust zu einem Metaphysiker, der die Welt nicht übersteigt, sondern obsessiv in ihr aufgeht“ (Safranski, 1999, S. 4).

Diese Interpretation macht deutlich, dass die produktive Spannung zwischen metaphysischem Streben und realistischer Weltorientierung ein zentrales Strukturmoment der Moderne bildet. Übertragen auf psychotherapiewissenschaftliche Fragestellungen eröffnet sich hier ein theoretischer Rahmen, in dem metaphysische Deutungsformen nicht primär als Störung oder Irrtum, sondern auch als Ressource und Gegenstand reflexiver wissenschaftlicher Analyse erscheinen können.

6 *Metaphysische Narrative als Ressource: Nowotnys Mediale Schriften*

Vor diesem Hintergrund bieten metaphysisch orientierte Texte – wie die Medialen Schriften Karl Nowotnys – eine alternative Perspektive auf Sinn- und Identitätsbildung. Nowotny postuliert die Existenz des Göttlichen als einer Macht, die die physisch erfahrbare Wirklichkeit transzendiert, und verbindet dies mit einer Deutung des Lebenssinns, der sich in der Entwicklung des Menschen in und mit der Gemeinschaft manifestiert.

Bedeutsam ist in diesem Zusammenhang das Konzept der Berufung. Nowotny beschreibt Berufung als ein sich aus innerer Resonanz ergebendes Lebensfeld, dem sich ein Mensch mit aufrichtigem Interesse zuwendet. In dem Maße, in dem Individuen Tätigkeiten verfolgen, die ihr Inneres berühren, entsteht eine dynamische Wechselwirkung, in welcher sowohl das Individuum als auch die Gemeinschaft profitieren. Damit betont er für das Individuum die Bedeutung einer Tätigkeit oder Beschäftigung, die vom

Einzelnen als erfüllend empfunden wird für einen für die Gesundheit und das Wohlbefinden förderlichen Lebensstil.

Was gestaltet wird, wirkt auf das Selbst zurück, fördert innere Entwicklung und gewinnt dadurch an subjektiver Bedeutsamkeit (vgl. Kast, 2000, S. 42f.).

Schulze (1996, S. 35) hebt ergänzend hervor, dass Menschen ihre eigene aktive Rolle beim Erleben häufig unterschätzen: „Man wird nicht nur beeindruckt, sondern man verarbeitet.“ Damit wird deutlich, dass Erlebnisse ihren Wert erst im Kontext subjektiver Bedeutungszuschreibung und Reflexion erhalten. Diese Reflexion ist mit geistiger Arbeit verbunden und erscheint oftmals anstrengender als der fortgesetzte Konsum äußerer Reize.

In der postmodernen Konstellation zeigt sich ein paradoxes Muster: Trotz erweiterter Wahlfreiheiten und vielfältiger Optionen der Lebensgestaltung bleibt das Nachdenken über das eigene Selbst oft oberflächlich, was ein Gefühl von Leere, „Nicht-genug-Haben“ oder „Nicht-genug-Sein“ begünstigt. Potenzielle Erfahrungen von Fülle und Ganzheit, die gerade in der Konfrontation mit innerer Leere entstehen könnten, werden nach außen projiziert und in einer Vielzahl von Erlebnissen vergeblich gesucht. Innere und äußere Welt kommen dabei nur unzureichend in einen produktiven Austausch; tiefgreifende Entwicklungsschritte bleiben aus. Mit dieser Entwicklung einhergehend zeigen sich verschiedene gesellschaftliche Entwicklungen, die das Individuum des 21. Jahrhunderts vor neue Herausforderungen stellt.

6.1 *Fragmentierung und Fokusverlust*

Der Mangel an komplexer Reflexion lässt sich auch an der zunehmenden Spezialisierung innerhalb der Arbeitswelt ablesen. Wo Spezialisten ihre Expertise nicht mehr in Relation zu übergeordneten Zusammenhängen setzen, stellt sich die Frage, ob hochgradiges Fachwissen tatsächlich zur lebendigen Entfaltung menschlicher Existenz beiträgt oder eher zu Fragmentierung führt.

In dieser Perspektive entsteht soziales und individuelles Leid weniger aus einem objektiven Mangel an Sinnangeboten als aus einem Mangel an Fokus. Sinnlosigkeit kann so verstanden werden als Leiden an einer Freiheit, die prinzipiell „alles auch anders“ möglich erscheinen lässt, ohne Orientierung zu geben (Weis, 1998, S. 105). Das subjektive Leiden resultiert nicht primär aus der Vielzahl der Optionen, sondern aus der Unklarheit darüber, welcher Weg das individuelle Selbst in seinem Dasein wirklich unterstützt.

In den Medialen Schriften hebt Nowotny wiederholt die Notwendigkeit hervor, der eigenen Berufung zu folgen, um ein erfülltes Leben zu führen. Dabei wird betont, dass Berufung nicht notwendigerweise mit einer beruflichen Position identisch sein muss. Unterschiedliche Formen der Berufung – etwa in familiären Rollen, in professionellen Kontexten oder in ehrenamtlichen bzw. freizeitbezogenen Aktivitäten – sind von gleichem Wert.

Voraussetzung für die Entdeckung einer solchen Berufung ist die Fähigkeit, sich ohne übermäßige äußere Einflüsse den eigenen Interessen zuzuwenden und ihnen konzentrierte Aufmerksamkeit zu schenken. In der gegenwärtigen Gesellschaft ist diese Fähigkeit jedoch oft beeinträchtigt: Viele Menschen haben – vermittelt durch soziale Normen, mediale Leitbilder und ökonomische Anforderungen – den Kontakt zu ihren eigenen Präferenzen weitgehend verloren.

In diesem Zusammenhang wird auch die Gier thematisiert, vor der Nowotny warnt. Kast (2000, S. 44) formuliert: „Wenn es schon so viel Sinn gibt, möchte man allen Sinn haben. Dadurch kann man sich nicht mehr auf einige wenige Sinnoptionen einlassen und verpasst die Sinnerfahrungen erst recht.“ Gier lässt sich psychologisch als Reaktion auf die Angst vor dem „zu wenig Haben und Sein“ deuten. In einer Kultur, in der das Individuum als „seines Glückes Schmied“ gilt, entsteht schnell der Druck, ständig mehr leisten zu müssen, um nicht benachteiligt zu sein. Diese Dynamik kann paradoxerweise gerade davon abhalten, einer inneren Berufung zu folgen, insbesondere wenn diese mit prekären Berufswegen, geringer gesellschaftlicher Anerkennung oder unentgeltlicher Tätigkeit verbunden ist.

Die psychische Aufgabe besteht darin, aus den zahlreichen Möglichkeiten bestimmte Optionen zugunsten einer als stimmig erlebten Berufung aufzugeben. Dieser Selektionsprozess setzt ein gewisses Maß an Urvertrauen voraus: Vertrauen in die eigene Entscheidungskompetenz, in die Angemessenheit der gewählten Lebensform und in eine grundlegende Sinnhaftigkeit der eigenen Biografie.

6.2 Medien, Individualisierung und neue Formen der Standardisierung

Ein weiteres Moment der postmodernen Situation betrifft die Rolle der Medien. Diese eröffnen scheinbar unbegrenzte Möglichkeiten der Lebensgestaltung, vermitteln jedoch gleichzeitig implizite Normen dessen, was als „gelungenes“ oder „erstrebenswertes“ Leben gilt. Beck (1986, S. 210) weist darauf hin, dass dieselben Medien, die Individualisierung fördern, zugleich eine neue Standardisierung erzeugen. Diese erstreckt sich – unabhängig von spezifischen Medien – über breite Bereiche der modernen Gesellschaft und verschiedene soziale Schichten (vgl. Schulze, 1996, S. 13–21).

Mit digitalen Plattformen und sozialen Netzwerken verstärkt sich dieser Prozess: Individuelle Entscheidungen folgen zunehmend „unsichtbaren Algorithmen“, die Präferenzen formen, Trends setzen und Vergleichsmaßstäbe etablieren. Die vermeintliche Freiheit der Wahl kann so in eine selbstgewählte Normierung umschlagen. Reckwitz (2017, S. 37–38) spricht in diesem Zusammenhang von einer „Standardisierung durch Vielfalt“, während Gergen (1996, S. 127) beschreibt, wie Menschen in zunehmendem Maße zu „Imitationen“ werden, indem sie die Lebensmuster anderer in ihrem Gedächtnis tragen und nachahmen.

Aus psychotherapiewissenschaftlicher Perspektive stellt sich hier die Frage, wie diese Prozesse Selbst- und Weltbilder, Sinnkonstruktionen sowie die Fähigkeit zur Entwicklung einer eigenständigen Berufung beeinflussen. Spirituelle Konzepte können – kritisch reflektiert – einen Gegenhorizont bieten, der

nicht auf permanente Optimierung und Vergleich, sondern auf Kohärenz, Verbundenheit und Transzendenz zielt.

7 *Sinnhorizonte, Urvertrauen und Überwindung von Dualismen*

Nowotny zeigt in den Medialen Schriften verschiedene Wege, indem er sowohl die Möglichkeit der Überwindung von Leid im irdischen Dasein als auch auf metaphysischer Ebene ein jenseitiges Fortbestehen in einer „herrlichen“ Dimension betont – sodass selbst der Tod nicht als trennendes, sondern als in einen größeren Ganzheitszusammenhang eingebettetes Moment erscheint.

Was in seinen Schilderungen auffällt, ist die Entstehung von leidvollen Erfahrungen durch spannungserzeugende Polaritäten und damit einhergehend die Möglichkeit zur Überwindung von Dualismen, um Entwicklung und dabei das Gefühl eines inneren Friedens zu verspüren.

Spirituelle Überzeugungen können hier eine regulative Funktion übernehmen. Für gläubige Menschen kann der Glaube an eine höhere, ganzheitliche und wohlwollende Macht eine Form von Vertrauen ermöglichen, die von Neid und Konkurrenzdruck entlastet. Nowotny (2013, S. 279–286) betont die grundlegende Fairness Gottes und postuliert, dass es „nur einen Aufstieg“ gebe. Aus dieser Perspektive werden die Bedingungen der Geburt und die Lebensumstände nicht als willkürlich, sondern als in größere Sinnzusammenhänge eingebettet verstanden.

Auch verschiedene Formen von Religion vertreten oft solche Anschauungen.

Eine derart gestaltete Lebensauffassung kann das Gefühl reduzieren, alle Verantwortung allein tragen zu müssen, Tendenzen zu Neid und Gier abschwächen und biografische Belastungen in einen übergeordneten Sinnzusammenhang integrieren.

Damit kann Glaube – jedenfalls für religiös oder spirituell orientierte Personen – zur Stabilisierung von Urvertrauen und zur Bewältigung existentieller Krisen beitragen. Für Menschen, die Formen des religiösen Glaubens ablehnen, stellt sich hingegen eher die Frage, welche funktionalen Äquivalente, wie zum Beispiel humanistische, existenzphilosophische oder gemeinschaftsbezogene Sinnhorizonte, diese Funktionen übernehmen können.

Immer wieder scheint der menschliche Geist nach einer Möglichkeit zu suchen, Dualismen der menschlichen Wahrnehmung zu überwinden.

Religiöse, psychodynamische und spirituelle Deutungen von Leid, Schuld und Dualität spielen eine zentrale Rolle für das Verständnis menschlicher Existenz. Spannungen, die aus gegensätzlich wirkenden Kräften resultieren, führen zu menschlichem Leidensdruck. In vielerlei Hinsicht lässt sich die Tiefenpsychologie als Konflikttheorie verstehen, die innere Spannungen beschreibt, welche aus gegensätzlichen unbewussten Trieben und Wünschen hervorgehen. Dazu zählen etwa das Spannungsverhältnis zwischen Minderwertigkeitsgefühlen und Geltungsstreben ebenso wie Konflikte zwischen

widerstreitenden Impulsen des Es und den normativen Vorgaben des Über-Ichs, deren Anforderungen einander widersprechen können (vgl. Rieken, 2020; 2024).

Sigmund Freud geht davon aus, dass das sogenannte Böse als dem menschlichen Dasein inhärentes Prinzip zu verstehen ist. Vergleichbare Vorstellungen finden sich im Alten Testament, etwa in dem Psalmwort: „Siehe, ich bin als Sünder geboren, und meine Mutter hat mich in Sünden empfangen“ (Psalm 51, 7). Diese Parallelen zwischen religiösen und psychoanalytischen Menschenbildern verweisen auf die Ausbildung einer spezifisch westlichen Schuldkultur, resultierend aus schwer auflösbaren, inneren Konflikten, aus denen es zuerst einmal kein Entkommen zu geben scheint (Rieken, 2020, S. 80).

Freud (1920g/2013) beschreibt in „Jenseits des Lustprinzips“ den Wiederholungszwang: auch leidvolle Erfahrungen werden repetitiv reinszeniert. Daraus leitet er den Todestrieb ab, verstanden als Tendenz zur Spannungsreduktion und Rückkehr in einen Zustand absoluter Ruhe. Lustprinzip und Todestrieb erscheinen als gegensätzliche Pole, die letztlich auf denselben Zweck – Ruhe oder Frieden – ausgerichtet sind. Damit wird der Dualismus zwischen dem Prinzip des Lust-, und des Todestribs erstmals aufgelöst in einen spannungslösenden Zustand der Ruhe und des Friedens (Freud, 1920g/2013, 60).

Dabei können Parallelen zwischen Psychoanalyse und christlicher Tradition aufgezeigt werden: Der beschriebene Wiederholungszwang lässt sich als fraktale Entsprechung einer übergeordneten gesellschaftlichen Dynamik verstehen, die phänomenologische Parallelen zwischen mittelalterlicher Sündenlehre und tiefenpsychologischen Konflikttheorien erkennen lässt:

„Weil die christlichen Kulturen primär Schuldkulturen sind, wirkt die Sündenlehre als ‚longue durée‘ im Untergrund weiter und mutiert im Zeitalter der Säkularisierung und Individualisierung allmählich zum ‚Schuldgefühl‘. Der Unterschied gegenüber dem Sündenbegriff besteht im Fehlen des moralischen Zeigefingers, die Gemeinsamkeit ist indes, Normen tatsächlich oder vermeintlich übertreten und deswegen ein schlechtes Gewissen zu haben. Das ist den Menschen nicht unbedingt bewusst, denn Schuldgefühle sind unangenehm, weil belastend, und werden daher oftmals verdrängt – doch Mentalitätsgeschichte befasst sich auch mit diesem ‚kollektiven Unbewussten‘, [...]“ (Rieken, 2020, S. 81)

Der individuelle Wiederholungszwang erscheint damit eingebettet in eine historisch gewachsene mentalitätsgeschichtliche Struktur, in der sich religiöse Schuldsemantiken in psychische Schuldgefühle transformieren und – häufig unbewusst – weiterwirken.

Im Gegensatz zu Freuds Todestrieb betont Adler (1933a/2008, S. 46) das organisierende Streben des Lebens nach Ganzheit: „Es kann heute keinem Zweifel mehr unterliegen, daß alles, was wir als Körper bezeichnen, ein Streben zeigt, ein Ganzes zu werden. [...] Auch die Elektronen sind nie im Ruhezustand, und ein Streben danach, wie Freud es für seine Anschauungen vom Todeswunsch postuliert, kann nirgendwo in der Natur gefunden werden.“ Leid und Widrigkeiten werden als Entwicklungsanreize

verstanden. Wexberg (1987, S. 15) interpretiert Persönlichkeit als immanent zielgerichtete Einheit. Leid wird damit final – nicht kausal – gedeutet: als auf Ganzheit und Verbundenheit hin orientiert. Der Wiederholungszwang kann in diesem Verständnis eine korrigierende, kathartische Funktion haben, indem er ungelöste Konflikte erneut aufruft, um Heilung zu ermöglichen.

Die nur oberflächlich wahrgenommene Dualität der materiellen Welt ist es auch, die nach buddhistischem Verständnis Spannung erzeugt und damit Leid hervorbringt (vgl. Park, 2006, S. 71–96). Zugleich geht der Buddhismus davon aus, dass die Seele beziehungsweise der Kern des Geistes als grundsätzlich heil und unantastbar gegenüber den Krankheiten und Leiden der materiellen Welt zu betrachten ist (Borghardt & Erhart, 2016). Auch das Neue Testament lässt eine Deutung einer unversehrten Seele zu:

Das Motiv der Schuld begleitet den Menschen durch seine Geschichte, wie zuvor skizziert wurde. Im Alten Testament wird von zahlreichen Gebeten und Bußritualen berichtet, die darauf abzielen, den ursprünglichen Bruch mit der Schöpfung zu überwinden. Angesichts der Größe Gottes können jedoch menschliche Opfer und menschliche Bußleistungen – gerade, weil sie von einem begrenzten und fehlerhaften Wesen stammen – letztlich nicht ausreichen. In der Logik der biblischen Überlieferung ist es daher Gott selbst, der in Jesus Christus, wie bereits im Alten Testament angekündigt, die Lösung bringt, durch die Schuld grundsätzlich aufgehoben werden kann. Paulus formuliert dies im Römerbrief folgendermaßen:

„[...] sie sind allesamt Sünder und ermangeln des Ruhmes, den sie vor Gott haben sollen, und werden ohne Verdienst gerecht aus seiner Gnade durch die Erlösung, die durch Christus Jesus geschehen ist. Den hat Gott für den Glauben hingestellt zur Sühne in seinem Blut zum Erweis seiner Gerechtigkeit, indem er die Sünden vergibt, die früher begangen wurden [...].“ (Röm 3, 23–26).

Auch wenn es aus moderner Perspektive grausam erscheinen mag, dass der Sohn Gottes sterben musste, um die Verbindung zwischen Gott und Mensch wiederherzustellen, wird dieses Opfer innerhalb der christlichen Tradition als einzige Möglichkeit verstanden: Die Größe der Buße muss der Größe Gottes und seiner Gerechtigkeit entsprechen, da diese Eigenschaften seinem innersten Wesen zugeschrieben werden. Folglich kann nur Gott selbst die erforderliche Größe der Buße erbringen, was er – dieser Logik folgend – dadurch realisiert, dass er in Gestalt seines Sohnes Christus, zugleich Gott und Mensch, den Tod erleidet.

Darin liegt ein zentrales Moment der Befreiung des Menschen aus einer als angeboren verstandenen Schuld, das sich im mittelalterlichen Christentum jedoch nur begrenzt entfalten konnte. Zum einen zeigt sich hier die Macht eines gesellschaftlichen „Wiederholungszwangs“, der dazu führt, dass leidvolle Zustände unreflektiert tradiert und erneut durchlebt werden; zum anderen wird deutlich, dass Schuld auch eine selbstwertstabilisierende Funktion haben kann. Selbst Schuld zu tragen, impliziert nämlich, prinzipiell wirksam handeln zu können (Rieken, 2020, S. 81), während das Eingeständnis,

durch Christus gerettet worden zu sein, die Anerkennung einschließt, aus eigener Kraft dem göttlichen Anspruch niemals zu genügen.

Um die durch Christi Opfer angebotene „Lösung“ annehmen zu können, erscheint es hilfreich, Stelzners Ausführungen zum Prinzip der Zwei, des Anderen, zu betrachten (Stelzner, 2025, S. 100–127): Wenn Gott als das Sein aller Dinge verstanden wird, ist er mit Ganzheit und Einheit gleichzusetzen. Um sich selbst erfahren zu können, ist eine Art Sich-Teilen und Hervortreten notwendig, also das Eintreten in Existenz. Der Mensch, der durch seine bewusste Existenz aus der Einheit hervortritt und damit zu etwas „Anderem“ als Gott wird, ist, diesem Gedankengang folgend, zugleich Teil Gottes und damit heil. Diese Doppelstruktur wird im Christentum exemplarisch in der Figur Jesu Christi zum Ausdruck gebracht, der zugleich ewiger Gott und sterblicher Mensch ist. In ihm ist der Mensch als Teil Gottes und der göttlichen Vollkommenheit gedacht, wodurch der Makel der Erbsünde aufgehoben erscheint.

Im Galaterbrief warnt Paulus vor einer erneuten Versklavung, die auch durch ein innerlich wirksames Schuldbewusstsein hervorgerufen werden kann: „Zur Freiheit hat uns Christus befreit! So steht nun fest und lasst euch nicht wieder das Joch der Knechtschaft auferlegen!“ (Gal 5,1).

Narrative können das Selbstverständnis von Schuld, Freiheit, Ganzheit und innerer Unversehrtheit wesentlich prägen und damit sowohl Ressourcen wie Entlastung, Urvertrauen und innere Freiheit als auch Konfliktpotenziale wie rigide Schuldgefühle und Ambivalenz gegenüber Gnade für psychische Prozesse und therapeutische Arbeit darstellen.

8 *Dimensionen des ontologischen Seins*

Was sich sowohl in der Analyse der Medialen Schriften Karl Nowotnys als auch in der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit unterschiedlichen religiösen, spirituellen und transzendenten Erfahrungen immer wieder zeigt, ist die dem ontologischen Seinsbegriff inhärente Tiefe.

In den Gesundheitswissenschaften setzt sich zunehmend die Auffassung durch, dass Gesundheit ein mehrdimensionaler Prozess ist, der sich auf verschiedenen Seins-Ebenen vollzieht; damit gewinnt der Begriff Spiritualität an Bedeutung (vgl. Dorst, 2021, S. 18).

Als Reaktion darauf haben sich seit dem 21. Jahrhundert neue Fachgebiete etabliert, insbesondere transpersonale Psychologie und transpersonale Psychotherapie, die auf spirituelle und religiöse Traditionen wie zum Beispiel Zen-Buddhismus und Hinduismus zurückgreifen, um die Erfahrung des Seins zu beschreiben.

Diese Ansätze zielen auf eine Form der Wahrnehmung, in der das gesamte Sein in den Blick kommt und Gesetzmäßigkeiten relevant werden, „die gültig wären, wenn der ganze Kosmos auf einmal erfasst werden könnte“ (Fuhrmann, 2022) – im deutlichen Kontrast zur gewöhnlichen, auf einzelne Objekte fokussierten Alltagswahrnehmung.

Für die Psychotherapiewissenschaft unterstreicht dies die Relevanz, spirituelle und transpersonale Dimensionen in Konzeptualisierung und Behandlung von Gesundheit und Krankheit mitzudenken. Dieser Wandel der Psychotherapiewissenschaft hin zu einer ernsthaften Auseinandersetzung mit Spiritualität und transzendenten Erfahrungen wird auch von dem bereits verstorbenen amerikanischen Psychologen Abraham Maslow beschrieben. Er beschreibt und untersucht sogenannte Gipfelerfahrungen. Maslow weist darauf hin, dass diese Form der transzendenten Erfahrungen keine Zeichen psychischer Störung sind, sondern typischerweise bei psychisch gesunden, stabilen Personen auftreten (Maslow, 2014, S. 18).

Mit seinem Konzept der „Gipfelerfahrungen“ beschreibt Maslow transzendente, tief erfüllende Erlebnisse, geprägt von Gefühlen von tiefer Verbundenheit mit dem Universum oder einer höheren Macht, die wissenschaftlich untersucht werden können, essentielle Wahrheiten über das Leben erschließen und wesentlich zur persönlichen Entwicklung und zum psychischen Wohlbefinden beitragen (Maslow, 2014, S. 18f.).

Auch Viktor Frankl prägt mit seiner logotherapeutischen Arbeit den Begriff der Selbsttranszendenz, den er als grundlegende Dimension menschlicher Sinnerfahrung beschreibt. Unter Selbsttranszendenz versteht er „den grundlegenden anthropologischen Tatbestand, daß Menschsein immer über sich selbst hinaus auf etwas verweist, das nicht wieder es selbst ist – auf etwas oder jemanden: auf einen Sinn, den da ein Mensch erfüllt, oder auf mitmenschliches Sein, dem er da begegnet“ (Frankl, 1987, S. 201). Damit ist ein Zustand gemeint, der über das Ziel der persönlichen Selbstverwirklichung hinausgeht und auf das Bedürfnis ausgerichtet ist, Sinn sowie eine Verbindung zu übergeordneten, transzendenten Werten oder Zielen zu finden.

Diese Konzeption markiert einen paradigmatischen Wandel in der theoretischen Modellierung von Persönlichkeitsentwicklung. Während das Individuum auf der Stufe der Selbstverwirklichung primär bestrebt ist, seine intrinsischen Potenziale zu entfalten – mit der Gefahr einer Fokussierung auf Selbstoptimierung und damit einhergehender Tendenz zur Selbstzentrierung –, ist Selbsttranszendenz durch eine Dezentrierung des Ichs gekennzeichnet. Die Befriedigung eigener Bedürfnisse tritt zugunsten einer altruistischen Orientierung zurück, die sich beispielsweise in sozialem Engagement, spiritueller Hingabe oder der Einbettung in übergeordnete Sinnzusammenhänge manifestieren kann (Schnell, 2025, S. 51f.). Frankl zufolge gelangt der Mensch erst dann zu Ganzheit, das heißt zu seinem „wahren Sein“, wenn er sich selbst vergisst (Frankl, 1987, S. 213).

Auch Abraham Maslow erweitert seine ursprüngliche Konzeption der Selbstverwirklichung im Rahmen der Bedürfnishierarchie um die Dimension der Selbsttranszendenz (Schnell, 2025, S. 51) und positioniert diese als höchste Stufe seiner Überlegungen. Hier zeigt sich eine Parallele zu individualpsychologischen entwicklungspsychologischen Modellen, in denen die höchste Entwicklungsstufe als „Menschheits-Wir“ beschrieben wird (Stephenson, 2011, S. 132–135). Mit zunehmender Reifung des Bewusstseins wächst demnach das Bestreben, die Grenzen des Egos zu überschreiten und ein Gefühl der

Verbundenheit mit einer umfassenderen Ganzheit des Seins zu erleben. Während Selbstverwirklichung vor allem auf die Entfaltung eigener Potenziale und Talente zielt, impliziert Selbsttranszendenz das Streben, das individuelle Selbst zu überschreiten und sich mit etwas Größerem zu verbinden – etwa mit höheren ethischen Prinzipien, Werten, Zielen oder einer Gemeinschaft. Entsprechende Motive finden sich sowohl in Maslows Selbsttranszendenz-Konzept als auch in Nowotnys Darstellungen in den Medialen Schriften.

Selbsttranszendenz ist eng mit der Suche nach einem vertieften Lebenssinn verknüpft. Personen, die Erfahrungen der Selbsttranszendenz machen, zeigen sich häufig motiviert, über ihr eigenes Wohl hinaus zu denken und zu handeln und sich dafür einzusetzen, das Leben anderer zu verbessern oder einen positiven Beitrag zur Welt zu leisten. Ein zentrales Kennzeichen dieses Prozesses besteht in der Ausbildung empathisch-altruistischer Kompetenzen, die mit einer Erweiterung des Selbstkonzepts einhergeht. Diese äußert sich in einer intensivierten Verbundenheit mit Mitmenschen und kollektiven Systemen, wodurch die Grenzen des individuellen Ichs relativiert werden. Die damit verbundene Dekonstruktion der Ich-Zentriertheit führt zu einer erweiterten Identifikationsbasis, die über die rein körperlich-materielle Existenz hinausreicht und eine Einbettung in übergeordnete soziale wie spirituelle Kontexte ermöglicht. Maslow beschreibt Selbsttranszendenz in diesem Sinne auch als Erfahrung der Einheit mit der Welt oder dem Universum, die sich in spirituellen oder mystischen Erfahrungen niederschlagen kann, in denen sich Individuen mit etwas Größerem als sich selbst verbunden erleben.

Maslows Konzeptualisierung der Selbsttranszendenz verdeutlicht sein Anliegen, positiv-entwicklungsorientierte Aspekte menschlicher Erfahrung und das Streben nach höheren Zielen – auch im Kontext von Spiritualität – stärker in den Fokus psychologischer Forschung zu rücken. Durch die Anerkennung von Selbsttranszendenz als eigenständiger Dimension werden neue Perspektiven auf Motivation und Verhalten eröffnet, die mithilfe spiritueller Erfahrungsweisen und ihrer sinnstiftenden Funktion eine zusätzliche Bereicherung erfahren können für jene, welche diesen Phänomenen offen gegenüberstehen.

Brigitte Dorst (2021, S. 7 – 14) beschreibt parallel einen gesellschaftlichen Paradigmenwechsel, der zu einer stärkeren Öffnung der Wissenschaft für transzendente und spirituelle Themen führt; besonders Psychologie und Medizin sind von der Überwindung früherer Gegensätze zwischen Wissenschaft und Spiritualität betroffen.

Dieses erweiterte Ganzheitsverständnis ist bereits bei C. G. Jung angelegt, wird in spirituellen Texten wie den Medialen Schriften Nowotnys vorweggenommen und von späteren Psychologen wie Maslow bestätigt, die zeigen, dass Spiritualität die psychotherapiewissenschaftliche Forschung um deren Verständnis vom menschlichen Sein entscheidend bereichern kann.

9 Zusammenfassung

Aus psychotherapiewissenschaftlicher Perspektive ergibt sich vor dem Hintergrund eines ganzheitlich verstandenen Menschenbildes, wie es in den Medialen Schriften Nowotnys beschrieben wird, die Aufgabe, Personen dabei zu unterstützen, erlebte Schuld, innere Fragmentierung und Vorstellungen grundlegender Unzulänglichkeit so zu bearbeiten, dass Erfahrungen von Kohärenz, Selbstakzeptanz und innerer Ganzheit möglich werden. Psychotherapie versteht sich damit nicht als Instanz, die Vollkommenheit herstellt, sondern als professioneller Rahmen, in dem Prozesse der Integration, Versöhnung mit sich selbst und eine realistische, nicht-defizitäre Sicht auf das eigene Sein gefördert werden.

Metaphysische Narrative, wie in Nowotnys Medialen Schriften, bieten alternative Sinn- und Vertrauenshorizonte, die subjektiv stabilisierend wirken können. Die Analyse solcher Narrative kann ein vertieftes Verständnis für die Weise ermöglichen, wie manche Patienten Berufung, Freiheit, Verantwortung und Leiden deuten.

Postmoderne Phänomene des 21. Jahrhunderts wie Erlebniskonsum, Standardisierung durch Vielfalt und Identität als Imitation anderer Lebensmuster können in einen größeren transzendenten und existentiellen Kontext gestellt werden, wodurch ihnen im psychotherapeutischen Kontext begegnet werden kann.

Damit wird deutlich, dass die Auseinandersetzung mit spirituellen Konzepten kein randständiges Thema, sondern ein genuin psychotherapiewissenschaftliches Anliegen ist: Sie erlaubt es, Formen moderner Sinnsuche, beruflicher und existentieller Orientierung sowie die Rolle von Urvertrauen, Gier, Angst und Transzendenz differenziert zu erfassen und in therapeutische Theorie und Praxis zu integrieren.

Literatur

Adler, Alfred (1912c/1928n). Organdialekt. In Alfred Adler, Carl Furtmüller (Hrsg.), *Heilen und Bilden* (S. 122–130). München: Bergmann.

Adler, Alfred (1927a/2015). *Menschenkenntnis*. Studienausgabe. Bd. 5. Herausgegeben von Jörg Rüedi. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Adler, Alfred (1933a/2008). Der Sinn des Lebens (1933) Religion und Individualpsychologie (1933). In Studienausgabe, Bd. 6 (S. 7–176). Hrsg. von Reinhard Brunner, Ronald Wiegand. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Beck, Ulrich (1986). *Risikogesellschaft. Auf den Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

- Dorst, Brigitte (2021). Einleitung von Brigitte Dorst. In Brigitte Dorst (Hrsg.), *Schriften zu Spiritualität und Transzendenz* (S. 7–24). Ostfildern: Patmos, Ostfildern.
- Frankl, Viktor E. (1987). *Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Freud, Sigmund (1920g/2013). *Jenseits des Lustprinzips*. Ditzingen: Reclam.
- Fuhrmann, Jörg (2022). *Transpersonale Psychologie & Spiritualität*. <https://freiraum-institut.ch/philosophie-ethik/transpersonale-psychologie-spiritualitaet/> [22.12.2025]
- Geißler, Daniel (2018). *Bewegende Individualpsychologie. Körperliche Aktivität als gesundheitsförderndes Element in der Psychotherapie*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Gergen, Kenneth J. (1996). *Das übersättigte Selbst. Identitätsprobleme im heutigen Leben*. Heidelberg: Carl Auer.
- Heisterkamp, Günter & Kühn, Rudolf (1995). *Leib/Körper/Leiblichkeit*. In Reinhard Brunner & Michael Titze (Hrsg.), *Wörterbuch der Individualpsychologie* (S. 291–298). München: Ernst Reinhardt.
- Jung, Carl Gustav (2021). *Wirklichkeit der Seele. Die Psychologie des menschlichen Geistes*. Ostfildern: Patmos.
- Kast, Verena (2000). *Die Transzendenz der Psyche*. In Helga Egner (Hrsg.), *Psyche und Transzendenz im gesellschaftlichen Spannungsfeld heute* (S. 33–35). Düsseldorf: Walter.
- Maslow, Abraham H. (2014). *Jeder Mensch ist ein Mystiker. Impulse für die seelische Ganzwerdung*. Wuppertal: Peter Hammer.
- Mayer, Gerhard, Schetsche Michael, Schmied-Knittel, Ina & Vaitl, Dieter (Hrsg.) (2015). *An den Grenzen der Erkenntnis. Handbuch der wissenschaftlichen Anomalistik*. Stuttgart: Schattauer.
- Nowotny, Karl (2013). *Mediale Schriften. Mitteilungen eines Arztes aus dem Jenseits*. Bad Salzuflen: Bergkristall.
- Parl, Jongmate K. (2006). *Die Lehren des Gautama Buddha. Eine Einführung in den Buddhismus*. Wien: Lit.
- Reckwitz, Andreas (2017). *Die Gesellschaft der Singularitäten: Zum Strukturwandel der Moderne*. Frankfurt am Main Suhrkamp.
- Rieken, Bernd (2020). *Von der mittelalterlichen Sündenlehre zur Konflikttheorie Sigmund Freuds. Über eine Struktur von langer Dauer in der europäischen Mentalitätsgeschichte*. In *Zeitschrift für freie psychoanalytische Forschung und Individualpsychologie*, 7(1), 74–92. <https://doi.org/10.15136/2020.7.1.74-92>

Rieken, Bernd (2024). Sigmund Freud und Alfred Adler. Zur Würdigung ihres Werkes. In Zeitschrift für freie psychoanalytische Forschung und Individualpsychologie, 11(1), 48–63.
<https://doi.org/10.15136/2024.11.1.48-63>

Safranski, Rüdiger (1999). Festspiel-Dialoge 1999. Wie böse ist Mephisto wirklich? https://www.w-k.sbg.ac.at/fileadmin/Media/arts_and_festival_culture/safranski_manus_dasboese_990727.pdf [22.12.2025]

Schnell, Tatjana (2025). Psychologie des Lebenssinns. Berlin: Springer.

Schulze, Gerhard (1996). Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart. Frankfurt am Main: Campus.

Stelzner, Ruben (2025). Die Welt im Kern verstehen: Zeitlose Prinzipien für mehr Klarheit und Orientierung in einer chaotischen Welt. Berlin: Goldegg.

Stephenson, Thomas (2011). Individualpsychologische Entwicklungstheorie und Krankheitslehre. In Bernd Rieken, Brigitte Sindelar & Thomas Stephenson, Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis (S. 101–202). Wien: Springer, Wien.

Weis, Hans-Willi (1998). Exodus ins Ego. Zürich: Benzinger.

Autorin

Mag. Dr.med. Iris Wenzl-Fritz

Hauptplatz 4

7461 Stadtschlaining

Tel.: 0681/20605687

Mail: irisfritz@icloud.com

Mag. Dr.med. Iris Wenzl-Fritz, 02/2009 – 09/2016 Studium der Psychotherapiewissenschaft an der SFU Wien, anschließend Doktoratsstudium der Psychotherapiewissenschaft mit einer Dissertation über die Medialen Schriften des Individualpsychologen Karl Nowotny, 10/2016 – 06/2022 Studium der Humanmedizin an der Medizinischen Universität Wien, seit 10/2024 Masterlehrgang in Friedenspädagogik am Austrian Centre for Peace, Stadtschlaining. Seit 2019 eingetragene Psychotherapeutin (Psychoanalytisch-Psychodynamische Therapie - Individualpsychologie) in Stadtschlaining und Eisenstadt, 08/2022 – 08/2023 Ärztin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt.