

## Lebendige Götterfunken

Religiöse Erfahrung im Zusammenhang mit Psychosen

von Renate Schernus

Ist psychotisch sein an sich für Normalbürger schon befremdend genug, so gibt es darin noch etwas doppelt Befremdliches, häufig Verschwiegendes, das selbst erfahrene Psychiatriemitarbeiter so zu irritieren scheint, dass sie daran vorbeizusehen versuchen: religiöse Erfahrung im Zusammenhang mit Psychosen.

Ich lasse Sie zur Einführung in das ungewohnte Thema zunächst einige Stimmen hören:

- Der eher scheue, verschlossene Johannes sagt: Psychiater reden von Psychose, ich nicht. Ich war kein Spielball von irgendwelchen Energien, die ich selber nicht mehr unter Kontrolle gehabt hätte. Ich habe den Blick für meine Realität behalten. Allerdings habe ich mich stark zurückgenommen, habe meine Konzentration auf ganz andere Punkte geleitet. Es hat mir niemals Angst eingeflößt. Ich stand mit einem weiblichen Bewusstsein bzw. einem weiblichen Prinzip in Verbindung. Dieses Bewusstsein drückt sich auch in Form von Worten aus. Ich habe das Gefühl, dass mir dieses Bewusstsein deutlich zu machen versucht, wie sehr diese Existenz leidet und dass es Gott ist, der leidet. Es ist etwas, was außerhalb von mir steht, etwas, womit ich mich konfrontiert fühle – ... Es ist wie eine intime Kommunion. Ich bekomme von außen etwas, das hat seinen Reflex in mir. Es fällt mir schwer in Worte zu fassen."
- Die selbstbewusste Anita erzählt: „Ich habe meinen Weg gesucht. Wollen Sie das krankhaft nennen? Wenn jemand versucht, sein Bewusstsein auszuloten, zu erfassen, wie weit es reicht und welche Inhalte es enthält, soll das alles prä-psychotisch sein? Ich hatte eine Schau, die real war und die auf andere Bewusstseinsfrequenzen hinwies. Es war meine Entscheidung. Mein Wille hat mein Bewusstsein in diese spirituelle Richtung geschubst, aber da bin ich dann ganz woanders rausgekommen. Ich war verrückt, damals im August/September. Das war eine Psychose. Obwohl – auch dabei gab es Anteile, die sich richtig für mich anfühlten. Von denen habe ich nie erzählt. Vielleicht denken Sie jetzt: Man hört's, sie ist die ganze Zeit verrückt. Aber vielleicht liegt's auch an Ihnen. Vielleicht verstehen Sie nichts von Mystik, verstehen nichts von Zusammenhängen dort, wo ich sie intuitiv sehe!“
- Isabell fragt mit leiser Stimme: „Habe ich Ihnen schon von der Wolke erzählt? Die Wolke ist immer über mir, einerseits als Fabel und andererseits als Prüfung. In der Wolke spiegeln sich Polarität und Dualität. Das macht sie düster. Auch Verblendung und Verführung kommen aus der Wolke. Das drückt sich in Bewegung und Bildern, manchmal auch in Sprache aus. Psychotisches gehört auch in den Bereich der Wolke. Es ist anstrengend, sich vor dem Einfluss der Wolke zu hüten, immer wieder zu Klarheit und Harmonie zurückzufinden. Manchmal muss ich einen ganzen Tag lang weinen, um mich wieder zu reinigen. Besonders der Morgen ist schwer, da muss ich oft kämpfen, um frei zu werden von der Wolke ... Ich erlebe viel Schönes. Das Schöne lässt sich nicht festlegen. Es durchzieht viele Tätigkeiten. Wenn ich Geschirr spüle mit Intention, ist das ein lichtvoller Moment. Man kann in vielen Tätigkeiten des Alltags lichtvolle Momente haben. Ich sehe das Göttliche in vielem um mich her und auch in anderen Menschen.“
- Gregor, der nur spricht, wenn man ihn dazu auffordert, zeichnet auf ein Blatt Papier ein Kreuz und schreibt daneben: Verfolgungsangst, Irrfahrt, Jesuswahn. „Ich habe mich eine Zeit lang als Jesus gefühlt. Kurzfristig war das gut. Aber dann mehr furchtbar. Es ist schlimm, ans Kreuz geschlagen zu werden. Religiös bin ich nie gewesen, aber Jesus, das ist der Mensch, der gegen Ungerechtigkeit ist. Ich selbst bin oft gekränkt worden, bin kleingemacht worden. Ich habe mit den anderen nicht mithalten können. Dadurch, dass ich Jesus war; hatte ich Jünger. Da war ich nicht so allein.“

## Fremde Bewusstseinsweiten

Alle diese Menschen, deren Aussagen ich aus Gesamtkontexten herausgenommen und hier stellvertretend für viele religiöse Erfahrungsberichte zitiert habe, weisen Diagnosen auf wie z. B. „Zustand nach paranoid-halluzinatorischer Psychose“ oder „Hebephrenie mit Persönlichkeitsumwandlung“. Oder – etwas elaborierter – „religiöse Versponnenheit und ausgesprochene Tendenz zu Beziehungsideen, Gefühl des Bedrohtseins. Große Mühe bei dem Versuch, die äußere Fassade aufrechtzuerhalten.“ Ich widerspreche diesen Diagnosen in bestimmter Hinsicht nicht. Alle diese Menschen brauchten in Zuständen, in denen fremde Bewusstseinswelten ihre übliche Realitätswahrnehmung überfluteten, Hilfe und brauchen sie zum Teil noch. Nicht alle haben ganz zurückgefunden zu den üblicherweise geteilten Wahrnehmungen.

Johannes, den ich seit Jahren kenne und der die vorsichtig angedeuteten Geheimnisse seiner Erleuchtung äußerst ungerne preisgibt, kann in Zeiten, die sein Umfeld als psychotisch bezeichnet, völlig unansprechbar und bedrohlich werden.

Anita hat einen Job. Sie war seinerzeit dramatisch und kurz verrückt, brauchte lange Zeit, um „die Farben der Welt“, wie sie selbst formulierte, zurück zu gewinnen. Sie hat eine strahlend schöne und trotzige Selbstsicherheit auch während und nach der Psychose nie ganz verloren. Sie hofft, dass es bei dieser einzigen psychotischen Erfahrung bleiben wird.

Isabell ist im psychiatrischen Sinne keineswegs gesund. Sie kämpft Tag für Tag tapfer mit der Wolke. Selten habe ich einen Menschen erlebt, der durch Tonfall und Ausstrahlung so stark beruhigend auf mich wirkt, dies, obwohl ich ihre teils aus indischer, teils aus chinesischer Mystik stammenden Inhalte nur bedingt entschlüsseln kann. Mir scheint, dass sie sich zeitweilig durch Meditation in einem einigermaßen erträglichen Gleichgewichtszustand halten kann.

Gregor, der schon mindestens acht psychotische Episoden durchlebt hat, ist vor einem Jahr erneut in eine solche Episode geraten und der Verrückung bis jetzt noch nicht wieder entronnen. Er tritt zurzeit überall unangemeldet ein, unterbricht jedes Gespräch, zerschlägt bisweilen aus schwer erkennbaren Anlässen Scheiben, braucht ständig Begleitung.

## Tabu: religiöses Erleben

Es gibt keine Form von Verrücktsein, die prinzipiell religiöse Erfahrungen ausschließt. Im Gegenteil: Religiöse Erfahrung spielt im Zusammenhang mit psychotischen Erlebnisweisen – wenn man sorgfältig hinhört und bisweilen interessiert nachfragt – fast immer eine Rolle. Vor Gesprächspartnern mit allzu „selbstgewisser Areligiösität“ (Sölle) wird sie sorgfältig unter Verschluss gehalten. Es sei denn, ein solcher Gesprächspartner trifft auf die selbstbewusste Anita.

Nicht nur psychotische Menschen, sondern fast alle heutigen Zeitgenossen sind hinsichtlich ihrer religiösen Erfahrungen scheuer und verschwiegener als hinsichtlich ihres sexuellen Erlebens. Der Psychotherapeut Hartmut Kraft z. B. berichtet, dass er sehr erstaunt war, als in Kursen für Ärzte und Psychologen, in denen es eigentlich um Initiationsbräuche bei den Schamanen gehen sollte, nicht wenige Teilnehmer von eigenen Erlebnissen, häufig zum ersten Mal in ihrem Leben, berichteten. Erlebnissen, die sie bisher aus Angst vor Pathologisierung niemandem mitgeteilt hatten.

Sollte diese Angst vor Pathologisierung existenzieller Erlebnisweisen bei psychoseerfahrenen Menschen keine Rolle spielen? Das Gegenteil ist eher anzunehmen. Wird nicht von psychiatrischer Seite allzu schnell mit dem ganzen Bad verrückter Symptome auch das Kind klarer, stützender, unverlierbarer Erkenntnisse ausgekippt?

Selbst diejenigen, die für sich selbst nicht einem platten Vulgärmaterialismus aufsitzen, kommen häufig nicht auf den Gedanken, dass sie von den wie auch immer erschütterten Seelen in punkto religiöser Erfahrung viel lernen könnten. Eher erliegen sie dem Kurzschluss des Entweder-oder: Psychose oder mystisches Erleben. Der „alte“ Psychiater Eugen Bleuler ist da vorsichtiger. Er formuliert: Es sei schwer oder unmöglich, „vor dem Forum der Logik ... die Grenzen zwischen

persönlicher Überzeugung im Rahmen des Gesunden und einer Wahndee zu ziehen." Bleuler spricht schlicht von der „Lebenserfahrung“, die einen spüren lasse, was eher in die eine und was in die andere Richtung gehöre.

Wer nicht von vornherein dazu neigt, zu leugnen, was sich mit dem Begriffsinventarium der Wissenschaften, speziell der Naturwissenschaften, nicht fassen lässt, der ist keineswegs zu einer Entweder-oder-Entscheidung verpflichtet. Ob etwas als religiös erfahren und interpretiert wird, hängt – bei aller gesellschaftlich-sozialen und kulturellen Bedingtheit – letzten Endes von dem Erlebenden und sein Erlebnis interpretierenden und gestaltenden Subjekt ab. Objektive Bewertungsmaßstäbe für wirkliches oder nicht ganz so wirkliches religiöses Erleben dürften schwer zu finden sein. Allerdings nehmen wir unsere Mitmenschen hinsichtlich ihrer religiösen Authentizität intuitiv unterschiedlich wahr. Der eine Mensch überzeugt uns, etwa in der Weise, wie C. F. von Weizsäcker von dem indischen Mystiker Gopi Krishna überzeugt worden ist. Von Weizsäcker: „Als er ... mein Zimmer betrat, empfand ich im Bruchteil einer Sekunde: Dieser Mann ist echt.“ Einen anderen halten wir eher für einen Spinner, nehmen ihn nicht recht ernst.

Dies ist ein seltsames Phänomen. Es scheint mir zu hohen Teilen mit der Integrations- und Gestaltungskraft der jeweiligen Person, also dem, was man in der Psychoanalyse als Ich-Stärke beschreibt, zusammenzuhängen. Dem einen Menschen gelingt es, wie z. B. Gopi Krishna, nach einer Zeit, in der er von allen Schrecken des Wahnsinns geschüttelt worden ist, schließlich, ein mystisches Erleuchtungserlebnis ganz und dauerhaft in seine Persönlichkeit zu integrieren. Ein anderer, in dieser Hinsicht weniger begnadet, kommt über die vorwiegend chaotischen Zustände, die für Krishna nur Vorstufe waren, nicht hinaus und tut für seinen Teil gut daran, ein wenig Haldol in Anspruch zu nehmen, um sich nicht ganz in den Gefilden des Wahnsinns zu verirren. Neben den Kräften des Ich spielen, wie bereits angedeutet, sicher auch soziale und gesellschaftliche Variablen eine große Rolle dafür, in welcher Weise ein Mensch aus dem, was ihm als Schicksal begegnet – und sei es eine Psychose –, erleidend, gestaltend und interpretierend, das heißt sich selbst verstehend, hervorgeht.

#### Akzeptanz spiritueller Erfahrungen

Wichtig scheint es mir, auch die bruchstückhaften, manchmal etwas bizarren Ansätze zu einer religiösen Selbstinterpretation nicht durch Entwertung zu zerstören, sondern sie mit einer vorsichtigen „Hermeneutik“ zu begleiten. Vielleicht hängt ja ein Teil der so genannten Krankheitsuneinsichtigkeit mit dem Bewahrenwollen, dem Verteidigen von erfahrenen Werten zusammen. Wer tauscht schon gerne lebendige Götter gegen graue diagnostische Etikettierungen ein?

1994 formulierte Sally Clay: „Eine psychotische Episode kann den Keim zu einem geistigen Durchbruch enthalten. Die spirituellen Qualitäten extremer Bewusstseinszustände sind durchaus real und wirksam und begleiten die Qual, die Verwirrung und Gefahren des Wahnsinns wie ein Schatten. Wer diese spirituellen Aspekte entwertet oder negiert, entwertet und negiert den Menschen, der diese Erfahrung macht. Denn sie sind von der Person nicht zu trennen. Darin eben besteht das Stigma, mit dem man einen solchen Menschen versieht: Man entwertet oder negiert ihn, wenn man die Eigenschaften, die sein innerstes Wesen ausmachen, als Eigenschaften brandmarkt, für die er sich schämen muss.“

Mir scheint, dass Menschen mit Psychoseerfahrung ähnlich wie ihre – an der Psychiatrie vorbeigekommenen – mystisch begabten Schwestern und Brüder früherer oder bisweilen auch gegenwärtiger Zeiten in augenfälliger Weise „mit Hoffnungsinhalten experimentieren“ (Ernst Bloch). Mit einer ausschließlich an den Naturwissenschaften orientierten Grundhaltung können wir ihnen nicht gerecht werden und auch nicht dem eigentlichen „Intentionsgehalt“ (Bloch) solcher Erfahrungen, ein Intentionsgehalt, der über die Jahrhunderte hinweg stets in religiösen Symbolen und Metaphern zum Ausdruck gebracht worden ist. Es ist nicht logisch, einer Gruppe von Menschen das, wie Sloterdijk es nennt, „allgemeine Geburtsrecht“ des Menschen für mystische Zustände abzuerkennen, nur weil sie bisweilen in Irrungen und Wirrungen stecken bleiben oder eine unserer schönen modernen Diagnosen erhalten haben. Es spricht zu viel dafür, dass wir es dann auch Johanna von Orléans, Johannes vom Kreuz, Gopi Krishna oder gar der Visionärin Hildegard von Bingen aberkennen müssten. Auch die so genannten Heiligen unterliegen schließlich den gleichen physikalischen und chemischen Gesetzen

wie jeder normale Verrückte. Meiner Ansicht nach lassen sich manche Erfahrungen im Kontext von Psychosen durchaus mit dem mystischen Erleben religiös-genialer Menschen vergleichen, andere lassen sich zumindest von diesem her interpretieren und können als nicht ganz unbeschadet überstandene, bisweilen in äußerste Irrungen und Wirrungen führende Varianten derselben angesehen werden.

#### Der Sinn von Neuroleptika

Vielleicht wollen Sie jetzt von mir noch genauer wissen, wie ich in diesem Zusammenhang die Medikamente, speziell die Neuroleptika sehe. Nun – vielleicht werde ich mir mit meiner Haltung dazu Protest von allen Seiten zuziehen. Ich denke, um mit den Worten Michelle Micheaux' zu sprechen: „Selten sind die Wahnsinnigen, die ihrem Wahn gewachsen sind.“

Selten sind solche Menschen, die, wie der Mystiker Gopi Krishna, ohne Neuroleptika aus einer klassischen Psychose sowohl als Erleuchtete und gleichzeitig als zugewandte erdverbundene Bürger hervorgehen. Wer nicht so stark ist, kann durchaus gut daran tun, ein wenig Haldol oder besser noch eines der neuen, weniger nebenwirksamen Neuroleptika in Anspruch zu nehmen, um sich nicht ganz in den Gefilden des Wahns zu verlieren und womöglich nicht wieder herauszufinden.

Dies darf aber keinesfalls bedeuten, dass einem Menschen eine nicht von ihm akzeptierbare Definition seines Erlebens während der Psychose aufgedrängt wird, sondern sollte nach Möglichkeit Ergebnis von Verhandlungen mit dem Betroffenen sein und hängt immer auch davon ab, wie sehr jemand sich selbst oder andere im Rahmen seiner Psychose gefährdet. Ich bin jedoch sicher, dass wir mit mehr Respekt vor Kernelementen des psychotischen Erlebens manche Kränkungen vermeiden könnten, die sich unter anderem auch negativ auf die Akzeptanz einer medikamentösen Behandlung auswirken. Ich bin aber gleichzeitig sicher, dass uns die Vermeidung von Kränkungen nicht immer gelingen wird. Dies gelingt uns persönlich ja schon in unseren alltäglichen Beziehungen nicht, bei denen man noch von einer einigermaßen gemeinsam geteilten Realität ausgehen kann. Der vorhin erwähnte Johannes, mit dem ich in sehr vielen Gesprächen immer wieder um eine gemeinsame Verstehensbasis gerungen habe und bei dem es in der Tat immer wieder zu risikoreichen Abwägungen kam, was den Einsatz von Medikamenten betrifft, sagte einmal zu mir: „Sie verstehen mich nicht. Aber ich merke, dass Sie sich bemühen.“ Es ist gut, sich durch solche Sätze zur Bescheidenheit erziehen zu lassen.

Zurückkommend zu dem subjektiven Wert, den religiöse oder mystische Erfahrungen während des psychotischen Erlebens haben können, gebe ich der anfangs bereits erwähnten Anita das letzte Wort: „Natürlich weiß auch ich, dass niemand das Göttliche kennt, dass man so nicht darüber sprechen kann. Aber es gibt so eine Bewegung des Erkennens, in der selbst Erkenntnis liegt. Das Göttliche ist allem, was ist, vertraut, wenn man sich nicht künstlich dagegen wappnet. Finden Sie das verrückt?“

#### Die Autorin

Renate Schernus, geb. 1942, ist psychologische Psychotherapeutin und arbeitete dreißig Jahre in den von Bodelschwingschen Anstalten Bethel bei Bielefeld. Sie ist ausgebildete Gesprächs-, Familien- und Verhaltenstherapeutin.

aus: Werner Posner (Hg.), Religiosität und Glaube in Psychiatrie und Psychotherapie, Pabst Science Publishers, Lengerich 1999. Wir danken für die Erlaubnis der Veröffentlichung im Internet.