

Monika Renz

Grenzerfahrung Gott

Dem Geheimnis nahe in
Leid und Krankheit

HERDER 

FREIBURG · BASEL · W



MIX
Papier aus verantwor-
tungsvollen Quellen
FSC® C014496

Vollständig überarbeitete Neuausgabe 2022

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2003

Alle Rechte vorbehalten

www.herder.de

Umschlaggestaltung: Verlag Herder GmbH

Umschlagmotiv: 1971yes/iStock

Satz: ZeroSoft, Timisoara

Herstellung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-451-03322-3

ISBN E-Book 978-3-451-82685-6

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
1. Gotteserfahrung – Erfahrung von Gnade .	15
1.1 Ist Gott erfahrbar?	15
1.2 Ein Phänomen – verschiedene Namen	18
1.3 Merkmale spiritueller Erfahrung	21
2. Zwischen zwei Welten: der Grenzbereich und seine Gesetzmäßigkeiten	27
2.1 Drei Erfahrungsberichte	27
2.2 Was kennzeichnet den Grenzbereich?	30
2.3 Musik und Schwingung prägen den Grenzbereich	36
2.4 Aushalten lernen	38
3. Dunkelbereich und Kampf als Phänomene des Grenzbereiches	41
3.1 Im Grenzbereich scheiden sich die Geister ...	41
3.2 Ort geistiger Kämpfe	43
4. Wer oder was hilft im Durchschreiten der dunklen Nacht?	51
4.1 Wege der Gottsuche heute	51
4.2 Den Gott, den wir suchen, finden wir nicht vor	52
4.3 Loslassen, anheimgeben, finden – Liebe bewirkt	54
4.4 Stellvertretendes Hoffen	57

4.5 Die dunkle Nacht: Erfahrung heutiger Menschen, Erfahrung von Mystikern?	58
5. Die Chance des Grenzbereichs Gott heißt Wandlung	63
5.1 Berührt, ergriffen, bewegt: wovon?	63
5.2 Sehnsucht nach Heil-sein inmitten von Unheil	66
5.3 Vom Heimweh nach dem Absoluten.	68
5.4 Umkreisung der einen Mitte	71
5.5 Topographie des Unbewussten	72
5.6 „Ich war außerhalb aller Angst“	76
5.7 Im Rundum von Gott geschieht Wandlung: Vom Mangel zur Erfahrung von Fülle.	80
5.8 Wandlung: Schuld, die zur Wahrheit findet ..	82
5.9 Wandlung: Wunden können verheilen	88
6. Ein Rückblick auf eine Studie, deren Fragen und Zahlen	93
6.1 Transzendenzerfahrung bewirkt	93
6.2 Sind Transzendenzerfahrungen abhängig von der religiösen Einstellung?	95
6.3 Realitätsprüfung: „Wie weiß ich, dass es eine spirituelle Erfahrung war?“	97
6.4 Frage der Sakramentalität	99
6.5 ‚Es‘ findet statt im Außergewöhnlichen, im Alltäg- lichen, im kognitiven oder kreativen Durchbruch	99
6.6 Kann man Erfahrungsinhalte kategorisieren? .	102

7. Fünf Erfahrungsweisen des Einen, Heiligen Ganzen – zwei Erfahrungsweisen am Rande	107
7.1 Engel und heilige Atmosphäre	107
7.2 Verlorenheit, Dunkelerfahrungen	110
7.3 Einheits- und Seinserfahrung	113
7.4 Gegenüber-Erfahrung	117
7.5 Der väterlich-mütterliche Gott	126
7.6 Der ‚Gott inmitten‘ – Erfahrung von Präsenz, Christus	132
7.7 Geist-Erfahrung	145
8. Religionsdialog: Ist Gott „Sein“ oder „Beziehung“?	155
8.1 Gefragt sind vorerst die Fragen	155
8.2 Religionen sind existenzielle Antwort – doch worauf? Kriterium ‚Prägung‘	156
8.3 Loslassen und Finden – Kriterium ‚Beziehungsfähigkeit‘	159
8.4 Sein sowie Beziehung – Kriterium ‚Gnade‘	165
8.5 Anfrage an das Gottesbild – Kriterium Sinnhaftigkeit	167
8.6 Wiederannäherung an die Kultur und Religion der Herkunft	169
8.7 Gottesbilder im Werden – das Kulturspezifische ist auch Potential	173
8.8 Gotteserfahrungen von Vollendung, Integration und Ziel	175

9. Spirituelle Begleitung: Beruf und Berufung	
179	
9.1 Spiritual Care	179
9.2 Seelsorge oder Psychotherapie am Krankenbett?	
180	
9.3 Umgang mit schwierigen Situationen –	
Ideenkartei	183
9.4 Spirituelle Begleitung auf dem Prüfstand	186
9.5 „Ich sehe das Leiden – ich glaube die Liebe“	
(Sölle, 1995)	189
Literaturverzeichnis	195
Anmerkungen.	207

Einleitung

Wer ist der „Gott von gestern“ (Bundschuh-Schramm, C., 2020) Und gibt es den Gott von morgen? Gott ist kein Gott der Vergangenheit, den man nur zu biblischen Zeiten wirklich hätte erfahren können. Er ist auch nicht der, der erst noch kommen wird.

Gott ist, der „da“ ist, wie zu Mose Zeiten: der „Ich-bin-der-ich-bin-da“. Damals, jetzt, immer. Das ist die Verheißung der Mystiker zu allen Zeiten. Und es ist Erfahrung auch heute, über die Schranken von Religionen hinaus. Gotteserfahrung geschieht und dies vornehmlich an einer äußersten oder innersten Grenze. Das lehrten mich viele Patienten und Patientinnen. Dorthin wagen wir uns meist nicht von alleine vor. Wir werden dorthin gespült, etwa in Krankheit und schweren Krisen, oder wenn Gott uns sachte mitten im Leben ruft. Gott hat uns etwas zu sagen. Von der Grenze aus können wir ihn hören, uns angerufen erfahren und neu ins Leben zurückkehren oder getrost dem Sterben entgegensehen. Im Folgenden achte ich auf das, was Menschen unserer Tage mit Gott – oder als Gott – erfahren und vermissen. Dabei habe ich kranke und leidgeprüfte Menschen vor Augen, aber auch andere, die mitten im Leben eine wegweisende Gotteserfahrung machen durften.

In vielen Gesprächen im Anschluss an Vorträge wurde ich gefragt, ob denn spirituelle Erfahrung – und darum geht es in der Gotteserfahrung – nur eine Sache von Sterbenden sei. Oder ob sie sich nur ereigne zu Beginn des Lebens, im Mutterleib, in den ersten Kindermonaten, in Momenten des unbegreiflichen Glücks. Nein, Gott ist immer gegenwärtig, selbst in seinem Schweigen. Die Erfahrung mit oder von Gott ist immer möglich. Doch der Mensch rückt bisweilen weit weg von ihm und damit auch vom Ort, wo das Unaussprechliche sich ereignet. Spirit heißt vom Wort her „Geist“, „Pneuma“. Der Begriff kommt von „atmen“, „wehen“, „riechen“. Spirituell heißt „geistgewirkt“. Spirituelle Erfahrungen werden uns bisweilen auch mitten im Leben geschenkt. Gleichgültig, ob man dem dabei erfahrenen Einen, Heiligen, Ganzen „Gott“ sagt oder anderswie.

Das vorliegende Buch erzählt solche Erfahrungen und beschreibt, wie und unter welchen Gesetzmäßigkeiten es dazu kommt, im Kranksein und auch in tiefen Grenzerfahrungen mitten im Leben. Das Buch versucht zu zeigen, um welche Grenze es da geht, und in welcher Sprache da vornehmlich gesprochen oder besser erlebt wird. Träume und Märchen lehren uns einiges dazu, die Wüstenväter sowie kundige Seelenführer unserer Tage desgleichen. Menschen also, die sich zugleich vor dem äußersten Geheimnis noch fürchten und doch die Engelsbotschaft „Fürchte Dich nicht“ leben, weil sie Gott, dem Göttlichen oder Absoluten trauen.

Das hier vorliegende Buch durchlief mehrere Etappen. Ursprünglich entstand es aus der Nähe zu vielen Patienten

und Patientinnen in ihren eindrücklichen Leidenswegen und auch aus einem Forschungsprojekt mit dem Namen: „Spirituelle Erfahrungen in Leid und Krankheit“. Darin, wie auch im Bekenntnis zu Gott, bewegte es. Allein schon die dort erstmals dargelegte Erfahrungskategorie vom „Gott Inmitten“ löste in der Leserschaft Wogen aus. Diese Erfahrungskategorie umschreibt das Unsagbare, welches sich häufig einstellt, wo Menschen eine herausragende menschliche Liebe erfahren durften. Sie schließen daraus auf etwas Grundsätzliches. Ich habe auf keines meiner Bücher so viele Reaktionen erhalten wie auf dieses. Von kirchlichen ebenso wie von kirchenfernen Kreisen. Von Menschen, die Gott erfahren hatten, wie von solchen, die ihn vermissten oder gar abgeschrieben hatten. Von leidenden, wütenden und gelassenen Menschen, von Kranken wie Gesunden.

Diese Neuauflage ist vollständig neu durchgearbeitet. Mitte des Buches sind, wie schon bei der ersten Auflage, die fünf Erfahrungsweisen des Einen, Heiligen, Ganzen (Kap. 7.3–7.7). Aber auch das „Durchschreiten der „dunklen Nacht“ blieb unvermindert bedeutsam (Kap. 4.1–5). Mehr Gewicht als in früheren Auflagen wurde der Grenze als „Grenze“ gegeben: Sie ist Chance größtmöglicher Wandlung (Kap. 2–7.2). Die Brisanz der spirituellen Erfahrungen heutiger Menschen für den Dialog über Mystik und über die Religionen versuchte ich schärfer herauszuschälen (Kap. 8). Der spirituellen Begleitung wurde ein eigenes Kapitel gewidmet (Kap. 9). Für Seelsorger und Therapeuten im Speziellen hilfreich kann die Ideenkartei sein (Kap. 9.3.). Die Frage der spirituellen

Begleitung ist ähnlich und anders angedacht als im Buch „Hoffnung und Gnade“, welches einst aus demselben Patientenmaterial entstand, nachdem „Grenzerfahrung Gott“ nicht mehr aufgelegt wurde. In der vorliegenden Ausgabe stärker entfaltet wird die Bedeutung zwischenmenschlicher Liebe. Liebe bewirkt, doch welche Liebe? Anderes – vieles – wurde gekürzt. Auch in Beispielen. Wenn die Menschen, die hinter diesen eindrucksvollen Beispielen standen, mir nach all den Jahren noch gegenwärtig waren, verwendete ich manch ein Beispiel nochmals, nur dann. Neue Beispiele kamen hinzu. Auch eine Darstellung zur Topografie des menschlichen Unbewussten wird hier, in Anlehnung an das Buch „Angst verstehen“, gebracht. Dies in der Hoffnung, dass das Phänomen der „Grenzerfahrung Gott“ so besser verstanden werde.

Ich selbst bin in all diesen Jahren vielleicht ein wenig gelassener und zugleich radikaler geworden. Ich brauche heute auch persönlich nicht weniger, sondern noch mehr Gott: GOTT. Gott aber anders. Wer, was, wie dieses äußerste Geheimnis sei, wird hier ganz aus der Erfahrung heraus erahnt. So braucht es meines Erachtens auch kein Zurücknehmen von uns selbst in unserer Religiosität, es braucht keine religionslose Religion. Es ist ein Glauben aus Erfahrung. Und eine solche steht für sich und macht ergriffen, vor Urzeiten wie heute. Die Art und Weise, wie heutige Menschen dieses ewige Geheimnis erfahren, scheint bisweilen traditionellen Gottesbildern erstaunlich zu entsprechen und dann wieder nicht. Möge das Buch begeistern, trösten und uns im Umgang mit unseren eigenen spirituellen Erfahrungen ein Stück weit begleiten.

Mein erster Dank geht an Herrn Simon Biallowons vom Verlag, der den Mut hatte, das vergriffene Buch nochmals neu aufzulegen. Ich danke meinen Mitstreitern im Religiösen: Roman Siebenrock, Adrian Schenker, Roman Giger, Paul Zulehner, Regina Stillhart, Helen Renz, Patrick Renz. Ich danke den mit mir Verbündeten im Beruf, im Leiden und im Leben: Peter Fenwick, David Lorimer, meinem Mitarbeiter Claudio Gloggnier, meiner Mitarbeiterin Anne Duveen, meiner früheren Forschungsassistentin Miriam Schütt Mao. Mein großer Dank geht an die vielen Patienten und Patientinnen sowie an Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen. Sie liehen mir ihre kostbaren Erfahrungen. Mein letzter Dank geht an meine Nächsten, meine Mutter, meinen verstorbenen Vater, an meine Geschwister und meinen Mann Jürg.

November 2021

1. Gotteserfahrung – Erfahrung von Gnade

1.1 Ist Gott erfahrbar?

Ob es Gott gibt oder nicht, diese Frage erhitzt die Gemüter nicht mehr. Die Meinungen sind weitgehend gemacht, zumindest in Westeuropa. Gott ist weder beweisbar noch widerlegbar. Unter den Nägeln brennt die Frage nach Spiritualität und der Erfahrung. Ist Gott, ist das Göttliche *erfahrbar*? Kann man solchen Erfahrungen Glauben schenken? Haben sie einen Einfluss auf unser Leben? Immer wieder werde ich von kranken wie gesunden Menschen im Nachgang einer vielleicht eindrücklichen oder gar fast nebensächlichen Erfahrung oder eines Traumes gefragt: „War das eine Erfahrung von Präsenz, von Transzendenz, von Gott“? Es folgen drei Beispiele:

Ein Erlebnis wurde mir persönlich vor Jahren zum Initialzündler im Thema Gottnähe und Spiritualität. Es begann mit folgendem Traum: „Ich sitze in einem kleinen Auto. Es ist mein Wagen und doch sieht er anders aus. Plötzlich steht daneben ein riesiger Bär, zehn Meter groß. Er ist im Begriff, mich mitsamt dem Auto zu verschlingen. Es gelingt ihm nicht. Dreimal dasselbe Geschehen, der-

selbe Schreck. Haarscharf am Tod vorbei, bin ich schlussendlich gerettet. Neben mir steht das zerstörte, glänzend gewordene Auto. Ich sage resolut: „Jetzt ergreife ich das Steuer“. – Tags darauf fliege ich zu einem Kongress, Thema: Spiritualität. Im Anschluss an meinen Vortrag werde ich, wie nie zuvor, mit Fragen bestürmt: Ob ich persönlich an die Möglichkeit von Gotteserfahrung glaube? Ob das, was Menschen dann erleben, wirklich Gott sei? Nach dem Kongress werde ich in einem kleinen Auto auf der dreispurigen Autobahn im Abendverkehr zum Wiener Flughafen chauffiert. Plötzlich fährt bei Höchstgeschwindigkeit rechts neben uns ein anderes Auto auf uns zu. Schleudern – nach links, nach rechts, nach links ... dann ist nur noch Licht, blendendes Licht da. Endlich kommt das Auto zum Stehen, halbwegs quer zur Fahrbahn. Ein Bus donnert auf uns zu und vermag gerade noch zu bremsen. Unser Auto ist noch fahrtauglich. Ich steige vom Rücksitz aus und sage: „Jetzt fahre ‚ich‘.“ Wie ich mich am Flughafen verabschiede, schaue ich nochmals zum Auto zurück und erschrecke: So ähnlich hatte das Auto im Traum ausgesehen. – War das eine Erfahrung mit Gott? Was soll ich damit anfangen? Wie kann ich meinen Traum im Vorfeld dieses Ereignisses verstehen? Mich schauderte über Tage. Eines weiß ich seither: Spiritualität hat mit einem in menschlichen Ordnungen nicht fassbar „Großen“ (Traumbild riesiger Bär) zu tun. Und der Umgang damit setzt vonseiten des Menschen Autonomie (Traumbild Auto) und ein steuerungstüchtiges Ich voraus. Und ich überlege: Ich wäre töricht oder eine verbissene Atheistin, würde ich nicht an meine Erfahrung und an Gott dahinter glauben.

Umgekehrt wäre ich sektiererisch, würde ich mir nicht auch meine Zweifel und eine nüchterne Distanz erlauben.

Norbert Noth, ein Sterbender Mitte 50, weiß nicht, ob er sich selbst als Christ oder als Buddhist verstehen soll. Er hat sich von allen verabschiedet und stirbt doch nicht. Zwei Wochen ist er da, einfach um da zu sein, wie er einmal sagt. Monochordklänge berühren ihn. Er begreife nicht, was ihm da geschehe. Eigentlich sei da ja nichts als Ton. Aber dieser Ton habe ihn erschüttert wie Meereswogen. Er habe Musik sonst nie so sinnlich einfach gehört. Es war die Musik und doch viel mehr: „Mit der Musik war etwas da. Wie wenn ich die Atmosphäre schwingen höre.“ – „War eine Präsenz spürbar?“, frage ich vorsichtig. Tage studiert er dieser Frage nach und versinkt immer mehr in einen anderen Bewusstseinszustand, ist manchmal kaum erreichbar. Ein zweites Mal berührt ihn diese Musik. Kommentar: „Die Töne mit den Obertönen sind wie ein Himmelszelt, in welches ich hineinfalle oder -fliege. Ob fallen oder fliegen, spielt keine Rolle mehr, ist dasselbe. Ob Christ oder Buddhist auch nicht. Nur eines ist wichtig: Präsenz! Etwas ist da, und ich bin da, aber bald nicht mehr.“ Immer schweigsamer wird Herr Noth, immer dichter die Atmosphäre um ihn herum, in die er schließlich still hineinstirbt, das Geheimnis um seine letzte Identität mitnehmend.

Karin Kaufmann, einer kinderlosen, kirchenfernen Akademikerin, geht es von Tag zu Tag schlechter. Unsere ersten Gespräche handeln von Beziehungsproblemen und ihrer Schwierigkeit, sich berühren zu lassen. Jetzt liegt sie mit aufgesperrten Augen, Schmerzen, Atemnot und pani-

scher Angst vor der Intensivstation da. Ich rege sie in einer Klangreise dazu an, imaginativ ein Licht durch ihren Körper führen zu lassen. Sie solle sich zuschauen, wo das Licht aufgenommen werde, wo weniger, wo es angenehm sei, wo nicht. Religiöse Worte fallen keine. Die Erfahrung beschreibt sie als dicht: „Das war Engelnähe. Das Licht wurde größer, kam von außen und war wie Jesus, der mir sagte: Du überlebst es, lass es zu.“ Nach einem weiteren Eingriff sagt sie: „Das Licht war auch auf der Intensivstation da, wie eine Nahtoderfahrung.“

1.2 Ein Phänomen – verschiedene Namen

Transzendenzerfahrung, spirituelle Erfahrung, Gotteserfahrung sind drei Begriffe, die Ähnliches meinen und doch in je eigener Nuance.

Transzendenzerfahrung kommt vom lateinischen Begriff *transcendentia* (= das Übersteigen). Sie verweist auf etwas, was durch Erfahrung ausgelöst wird und zugleich über sie und die Realitäten dieser Welt hinausweist. In den eben genannten Beispielen waren die Menschen erschüttert oder durchströmt, ein Licht brach in ihr inneres Dunkel ein, sie hatten ein Aha-Erlebnis im Glauben, das auf die andere – göttliche – Dimension hin öffnete. Der Begriff Transzendenzerfahrung wird in der Palliative Care vor allem für spirituelle Erfahrungen von Atheisten (McGrath, 2005) verwendet. Dieser eingeschränkte Blickwinkel wird im Folgenden nicht übernommen.

Gotteserfahrung bringt Gott ins Spiel. Auch das Absolute, Gewaltige, aber auch das Unbequeme der Erfahrung. Vor dem Ausdruck Gotteserfahrung schrecken viele Menschen zurück, die einen, weil gefangen in Aversion, die andern aus Respekt, weil sie dieses letzte Wort vor dem Verschweigen (vgl. Rahner, 1969) lieber Geheimnis sein lassen. In diesem Buch tritt noch ein dritter Grund für das Zurückschrecken hervor: hinter vermeintlichen Allergien liegt oft eine menschliche Urerfahrung mit dem Numinosen, die als unbedingt, hautnah und darin als zutiefst überfordernd vorgestellt werden muss. Ein kleines Ich begegnet (im entferntesten Sinn des Wortes und doch bisweilen fast leibhaftig) dem, was wir Gott nennen. Gott ist dabei immer auch als das riesige, unendliche Ganze zu begreifen. Mein eigenes oben erwähntes Beispiel sprach von einem überdimensioniert großen Bären und von einem blendenden Licht. Andere Menschen träumen von einem Elefanten, der übrigens im Indischen ein heiliges Tier darstellt. Der Begriff Gotteserfahrung rückt den Aspekt der unmittelbaren Begegnung ins Zentrum und gleichzeitig den unüberbrückbaren Unterschied zwischen dem kleinen wehrlosen Menschen und dem unfassbar großen Gegenüber. Dieses wird bald schützend, rettend, lebenspendend, bald bedrohlich bis überwältigend erfahren. Angesichts eines solchermaßen Bedrohlichen entstand vor Urzeiten ein „Tabu Gott“. Tabuisiert ist der erfahrbare Gott selbst. Das Tabu wird immer neu durch entsprechend schauerliche Erfahrungen am Rande des Unbewussten genährt. Über Jahrhunderte wurde Gottes unmittelbare Erfahrbarkeit aus den kirchlichen Lehren ausgeklammert und nur von

Mystikern in ihren randständigen Positionen eingebracht. Heute nicht minder verdrängt ist auch der Aspekt der Verbindlichkeit. Wo von Gotteserfahrung die Rede ist, ist der Mensch ungleich stärker angebunden und zur verantwortenden Haltung herausgefordert als dort, wo allein vom Göttlichen, vom Kosmos oder vom großen Sein gesprochen wird. Nur die wenigsten Menschen sind schlicht offen für ganz unterschiedliche Gotteserfahrungen, solche, die dem jüdisch-christlichen Gedankengut entsprechen neben ganz anderen.

Spirituelle Erfahrung: Im Wort „spirituell“ wird das Phänomen sehr offen erfasst. Der Begriff wird heute unterschiedlich verwendet, im weiten Spektrum zwischen ganzheitlichem Well-being, Bewusstseinsweiterung und Mystik. Peng (vgl. Vögeli, 2021) definiert Spiritualität als Offenheit für das Transzendente (S. 10). Begriffsgeschichtlich betont das Wort Spiritualität die Erfahrung mit Gott, mit dem Göttlichen. Derweil Religiosität auch die je eigene Überzeugung und Einstellung meint, steht das Wort Spiritualität für die Erfahrungsdimension von Religion. „Spiritualis“ ist das lateinische Wort für das griechische „pneumaticos“ und meint „geistgewirkt“. Das Verb pneo heißt: atmen, wehen, riechen. Der Ausdruck „spiritualis“ stand im 2. Jahrhundert nach Christus für die hochgeistige innere Erfahrung, die ein erwachsener Täufling bei seiner Taufe machen durfte – oder auch nicht. Aus der Erfahrung erwuchs geistesgeschichtlich betrachtet mehr und mehr eine jeweilige, spezifische Haltung und Frömmigkeit. Spiritualität stand sodann für ein Leben aus dem Heiligen Geist. Mönche, Wüsten-

väter, Mystiker berichteten davon. Nach 1700 tauchte im Französischen das Wort „spiritualité“ auf. Es drückte die persönliche Beziehung des Menschen zu Gott aus. William James war der Begründer einer auf Erfahrung beruhenden Religionspsychologie. James sprach von persönlicher religiöser Erfahrung, die ihre Wurzeln und ihr Zentrum in mystischen Bewusstseinszuständen habe (vgl. 1902/1979, S. 358).

Nachfolgend wird das immer selbe Phänomen bald in dieser, bald in jener Begrifflichkeit umkreist, je nach zu betonender Nuance. Bisweilen spreche ich von besonders „tiefen“ spirituellen Erfahrungen, denn diese sind es, die der Heiligkeit von Gotteserfahrungen entsprechen. Im einstigen Forschungsprojekt war durchgehend von der spirituellen Erfahrung die Rede.

1.3 Merkmale spiritueller Erfahrung

Wichtiger als der Name sind Phänomene und Charakteristika. Mittlerweile spreche ich von eigentlichen Merkmalen spiritueller Erfahrung:

- Erfahrung: Spiritualität ist Erfahrung (vgl. Sudbrack, 1999). Ohne Erfahrung keine Spiritualität.
- Im Grenzbereich, in anderer Wahrnehmungsweise: Spiritualität ist Geschehen im Grenzbereich zwischen dem Ich und Gott oder dem Göttlichen. Solche Erfahrungen ereignen sich an der Grenze des Ichs und der dem Ich vertrauten Welt, wo

der Mensch eintaucht in eine andere Wahrnehmungsweise. Arnold und Lloyd (2013) sprechen von Wahrnehmungsveränderung als eine von vier Kategorien transzendenter Erfahrungen. Ich unterscheide die Erfahrungen mit Gott, dem Letzten oder Innersten von den Erfahrungen am Rand oder auf dem Weg dahin. Das heißt, ich unterscheide das Eigentliche vom Grenzbereich daraufhin (vgl. Kap. 5.5). Im Eigentlichen erfahren Menschen, wenn es sein darf, Gott oder die Gottheit selbst. Im Grenzbereich sind wunderbare, engelhafte, aber auch Dunkel- und Durchgangserfahrungen anzusiedeln. Grenzen sind fließend. Für beide Bereiche gilt: Sobald der Mensch das Alltagsbewusstsein verlässt, erlebt er in veränderter Wahrnehmung.

- Anderes Sein: Transzendenz Erfahrungen, Gotteserfahrungen oder spirituelle Erfahrungen *künden* oft von einer gänzlich anderen Seinsqualität. Menschen erleben sich darin unter Umständen frei von Raum, von Zeit, Kausalität und Körperlichkeit. Ein Beispiel sind Nahtoderfahrungen. Van Lommel (2010) und Fenwick (2010) sprechen von einem „nichtlokalen“, „endlosen“ Bewusstsein. Die andere Seinskategorie macht die Intensität einer spirituellen Erfahrung aus. Der Mensch spürt, dass er noch woanders, in anderer Seinsweise beheimatet ist. Die Atmosphäre wird etwa als heilig beschrieben. Erfahrungen von Gott, von Transzendenz oder tiefe spirituelle Erfahrungen lösen Sehnsucht aus.