

Inhalt

Dank	II
Einleitung	13
Grundsätzliche Fragen	17
<i>Was ist Mystik?</i>	17
<i>Psychopathologie und veränderte Bewußteinszustände</i>	21
1 Ramana Maharshi	27
Die Biographie	27
<i>Übersicht über Ramana Maharshis Leben</i>	45
Versuch einer Interpretation	49
Exkurs: Geistesgeschichtliche Hintergründe Indiens	60
<i>Einführung</i>	61
<i>Der Hinduismus als gelebte Religion</i>	63
<i>Die Kernaussagen des Vedanta</i>	67
Ramanas Lehre	71
<i>Vorbemerkung</i>	71
<i>Ramanas Erleuchtung</i>	74
<i>Der Weg zum Ziel – Ramanas Methode</i>	77
<i>Guru Ramana</i>	91
<i>Offene Fragen</i>	95
<i>Zusammenfassung</i>	100
2 Indische Spiritualität aus psychologischer Sicht	103
Die mystische Erfahrung als Regression in frühkindliche Zustände	103
<i>Zur psychoanalytischen Religionspsychologie</i>	103
Der Zugang zu Gott liegt in den Tiefen des Unbewußten	109
<i>C. G. Jung und das Göttliche</i>	109
Mystik und Spiritualität aus phänomenologischer Sicht	117
<i>Die »säkulare Mystik« Carl Albrechts</i>	117
<i>Das bimodale Bewußtsein</i>	119
<i>Das daseinsanalytische Verständnis</i>	121

Die Suche nach umfassenden Landkarten	123
<i>Einige metaphysische Überlegungen</i>	123
<i>Eine Aufteilung des Bewußtseins</i>	125
<i>Die Forschung über veränderte Bewußtseinszustände</i>	127
<i>Gemeinsamkeiten von veränderten Bewußtseinszuständen</i>	129
<i>Ätiologie-unabhängige Strukturen von</i> <i>veränderten Bewußtseinszuständen</i>	130
<i>Kritik an der Forschung über veränderte Bewußtseinszustände</i>	132
<i>Die kulturellen Einflüsse</i>	134
<i>Zustandsspezifisches Wissen</i>	135
Die Hinwendung zu den höheren Bewußtseinsebenen	138
<i>Die Transpersonale Psychologie</i>	138
<i>Die drei Möglichkeiten der Erkenntnis</i>	145
<i>Kritik an der Transpersonalen Psychologie</i>	147
Exkurs: Psychotherapie und Meditation	151
<i>Psychotherapie und Meditation im Vergleich</i>	153
<i>Meditation in der Psychotherapie</i>	156
<i>Zur Kontraindikation von Meditation</i>	162
Zusammenfassung und Vorausschau	165
3 Selbstverwirklichung als Sinnfindung: die Gestalttherapie	169
Aufbruch zu neuen Ufern: die Humanistische Psychologie	169
Die Gestalttherapie	175
<i>Einleitung</i>	175
<i>Ein neues Paradigma</i>	175
<i>Das Kontaktmodell</i>	179
<i>Das Selbst in der Gestalttherapie</i>	182
<i>Awareness: Bewußtheit im Hier und Jetzt</i>	186
<i>Der mittlere Modus</i>	189
<i>Erkenntnisgewinn durch Grenzüberschreitung</i>	191
<i>Die universelle Struktur des Transformationsprozesses</i>	192
<i>Das Neurosemodell von Fritz Perls</i>	193
<i>Die Philosophie des Nichts</i>	197
<i>Vom Engpaß zum Durchbruch</i>	202
<i>Gestalttherapie – eine spirituelle Disziplin?</i>	205

Exkurs: Guru und Therapeut	213
<i>Der Guru – eine abschreckende Figur?</i>	215
<i>Echter Guru oder betrügerischer Hochstapler?</i>	218
<i>Wo liegt das Problem?</i>	227
<i>Erleuchtung: Mythos oder Realität?</i>	238
4 Schlußfolgerungen	249
Psychotherapie und Spiritualität: zwei getrennte Bereiche?	250
<i>Der Einfluß der Medien in der modernen Gesellschaft</i>	258
Eine Psychologie der Spiritualität	263
<i>Überlegungen zum Menschenbild</i>	264
Exkurs: Die spirituelle Krise	282
<i>Spirituelle Krise und Psychose</i>	291
<i>Erklärungsversuche zur Entstehung von spirituellen Krisen</i>	295
Indische Mystik und westliche Psychotherapie: Grenzen und Chancen des Zusammenwirkens	299
Anmerkungen	307
Glossar	331
Bibliographie	345
Register	375