

# Inhalt

<b>1. Spiritualität</b> .....	1
Begriff der Spiritualität.....	1
Phänomenologie spiritueller Erfahrungen.....	9
Typen des spirituellen Weges.....	12
Spirituelle Disziplinen.....	13
Persönlichkeit und spirituelle Begabung.....	13
Muster spiritueller Entwicklung.....	14
Bedingungen.....	14
Der spirituelle Führer.....	15
<b>2. Bewusstseinsbereiche</b> .....	17
Das Menschenbild.....	17
Der Bewusstseinsstrom und die Bewusstseinsbereiche.....	19
Unterschiedliche Konstrukte von Ich und Selbst.....	23
Schematische Übersicht über Bewusstseinszustände.....	25
Zur Abgrenzung von Unterbewusstsein und Überbewusstsein.....	26
Zum Verhältnis von Unterbewusstsein und Überbewusstsein.....	28
Spekulationen zur Entwicklung des Bewusstseins in der kulturellen Evolution.....	30
Parallelen von spiritueller und schamanischer Entwicklung.....	32
Bewusstseinsentwicklung von Schamane und Yogi.....	33
Transpersonale Erfahrungen in anthropologischer und psychopathologischer Sicht.....	35
Inhalte des Ausseralltagsbewusstseins.....	38
Induktion besonderer Bewusstseinszustände.....	39
Das Überbewusstsein und der Weg der Befreiung.....	41
<b>3. Meditation</b> .....	44
Begriff.....	44
Meditatives Bewusstsein.....	45
Ziele.....	45
Techniken.....	45
Ich-Relativierung.....	46
Deskriptive Phänomenologie.....	47
Der Yoga.....	48
Yoga-Sûtra des Patanjali (J. und L. Soni).....	49

Gefährdung und Krise in der Meditation .....	53
Psychische Wirkungen.....	54
Vorbereitung .....	54
Achtsamkeitsübung.....	55
Gefahren.....	57
<b>4. Die spirituelle Krise .....</b>	<b>60</b>
Ursprungsbereiche spiritueller Krisen.....	60
Leibbereich.....	61
Psychologisch-intrapsychischer Bereich.....	61
Psycho-sozialer Bereich.....	62
Transpersonaler Bereich .....	63
Erscheinungsformen der Krisen .....	63
1. Bewusstseinsphänomene .....	64
2. Vegetativ-energetische psychosomatische Phänomene .....	64
Kundalini.....	65
3. Affektdominante Phänomene .....	67
Akedía (M. Guekos-Hollenstein) .....	68
Die Dunkle Nacht des Johannes vom Kreuz (S. Jacobowitz).....	75
4. Mnestiche Phänomene .....	83
5. Besessenheitszustände .....	83
6. Ich-desintegrative Krisen.....	83
Differentialdiagnose spiritueller und psychotischer Krisen.....	84
Zen Krankheit (B. Rhyner).....	90
Moderne Modelle der Bewusstseinsentwicklungen und -störungen .....	96
Beratung und Therapie in sogenannten spirituellen Krisen .....	97
Identifikation des Problems in Anamnese und Befund.....	98
<b>5. Sekten und totalitäre Kulte .....</b>	<b>101</b>
Fundamentalismus .....	101
Sekten.....	102
Kult.....	103
Gefährdung.....	104
<i>Literatur .....</i>	<i>107</i>
<i>Sachverzeichnis .....</i>	<i>115</i>