

Inhalt

Stimmen zu diesem Buch	11
Einleitung.....	13
Zum Aufbau dieses Buches	16
Was letztlich heilt? Aus der Einleitung der Erstauflage	16
„Loslassen“ – ein Projekt an der Psychoonkologie des Kantonsspitals St. Gallen	19
TEIL I: MENSCH SEIN HEISST GEPRÄGT SEIN.....	23
1. Eine Urprägung Mensch	25
1.1 Ist der Mensch erlösungsbedürftig?	25
1.2 Ein Phänomen ohne Namen	29
1.3 Die spirituelle Sichtweise: Mensch werden zwischen zweierlei Welten ...	32
1.4 Die Sichtweise von Evolution und Bewusstseinsentwicklung: Was ist Angst?	36
1.5 Die musikpsychologische Perspektive: Sozialisation beginnt mit dem intrauterinen Hören.....	47
1.6 Die gesellschaftliche Perspektive: Ist Prägung kulturspezifisch?.....	50
1.7 Die therapeutisch rückblickende Perspektive: Sich dem Unverstehbaren zuwenden	52
1.8 Die Rede von Erlösung – eine Anfrage an die Theologie.....	55
2. Sünde als Dynamik der Sonderung	61
2.1 Mensch sein heißt bezogen sein.....	61
2.2 Sonderung als Dynamik begreifen.....	63
2.3 Die Schwierigkeit loszulassen	66
2.4 Fließen oder verhärten – Erfahrungen aus einem Schleudertrauma.....	70
2.5 Vier Zustände des In-Beziehung-Seins und daneben das Gesondert-Sein	72
2.6 Was ist des Menschen Mitte und Motivation?.....	74
2.7 Zu den vier Zuständen des In-Beziehung-Seins.....	76
2.7.1 Sein, Angeschlossen-Sein, Fließen	76
2.7.2 Bewegt, berührt, Intensität.....	76
2.7.3 Haben, begehren, festhalten und Abwehr	77
2.7.4 Loslassen und Weichwerden	79

2.8	Sackgasse im gesonderten Zustand und die Frage nach einem Ausweg ..	81
2.8.1	Im Ich verhärtet und im gesonderten Zustand eingeschlossen	81
2.8.2	Der Weg über die Krise	82
3.	Schuld und ihre Dynamik	85
3.1	Prägung ist etwas anderes als Schuld.....	85
3.2	Der missverstandene Sündenbegriff und das fragwürdige Verständnis von Schuld	88
3.2.1	Primäre und neurotische Schuldgefühle.....	88
3.2.2	Schuld als uraltes Bewältigungsmuster: Sündenbockmechanismen	90
3.3	Echte Schuld und die Schwierigkeit, diese fühlen zu können	93
3.3.1	Der gleitende Übergang von der Sonderung zur Schuld.....	93
3.3.2	Schuld ist tabu	95
3.3.3	Umso mehr wird projiziert: Sündenböcke	97
3.3.4	Was ist so schwer im Fühlen von Schuld?	99
3.3.5	Schuld ist nicht Privatsache	100
3.3.6	Schuldfrage und Gottesbilder: Aufarbeitung beginnt auf der Ebene der Prägung	101
4.	Bewältigungsmuster: Angst-, Begehrens- und Machtstruktur	103
4.1	Uranst ist unaushaltbar	103
4.1.1	Reine Körperreaktion und Angstbereitschaft.....	103
4.1.2	Auch auf Gott wird projiziert: Gestörte Urbeziehung.....	105
4.2	Angststruktur: Ebene der Urbefindlichkeit	108
4.2.1	Das Phänomen erkennen: Das sich ständig verlierende Vertrauen.....	108
4.2.2	Was brauchen angstgeprägte Menschen?	109
4.3	Begehrensstruktur: Zum Umgang mit den Gütern dieser Welt (Sachebene).....	110
4.3.1	Das Phänomen erkennen: Der inmitten eigenen Begehrens unglückliche Mensch.....	110
4.3.2	Mangelprägung, Genussprägung	111
4.3.3	Was brauchen Menschen in ihrer Begehrensstruktur?	112
4.3.4	Von der Angst- zur Begehrens- zur Machtstruktur.....	113
4.4	Machtstruktur: Die Alternative Macht oder Liebe, Gewalt oder Prozess (Beziehungsebene)	115
4.4.1	Das Phänomen erkennen: „Im Griff haben müssen“	115
4.4.2	Machtprägung als Selbstwert- und Beziehungsproblem.....	117
4.4.3	Atmosphäre des Totalen und Ursprünge von Gewalt	118

4.4.4	Macht fasziniert und verblendet – die Gefahr des Größenwahns	120
4.4.5	Eine hintergründige Dynamik des Bösen	122
4.4.6	Was brauchen machtgeprägte Menschen?.....	125

TEIL II: ERLÖSUNG GESCHIEHT ÜBER EINE VON AUSSEN KOMMENDE INSTANZ UND DYNAMIK (DAS DRITTE)..... 129

1.	Der Beitrag des Menschen – anthropologische Sichtweise	131
1.1	Kann sich der Mensch selbst erlösen oder braucht er ein Drittes?	131
1.2	Erlösungsprozesse ereignen sich auch heute noch	134
1.3	Facetten menschlicher Prozessbereitschaft	137
1.3.1	Umkehr zum innersten Wesen	137
1.3.2	Bewusstes Fühlen	138
1.3.3	Aufstehen aus Unmündigkeit, Opfereinsatz und Angst	140
1.3.4	Der Wille zur Verzeihung	141
1.3.5	Das innere Drängen nach Wahrheit am Sterbebett	146
1.3.6	Ja oder Nein: Das Nadelöhr des Loslassens	147
1.3.7	Der Wille zur Hoffnung	149
1.4	Konzept eines Dritten, das zur Liebe befähigt	150
1.4.1	Ein Plädoyer für die Hingabe	150
1.4.2	Der Engel als ein Dazwischen	155
1.4.3	Vom Wert stummen Leidens	158
1.4.4	Aussteigen aus der Dynamik von Rache und Gewalt	159
1.5	Erlösung als Prozess verstehen	162
1.5.1	Zielzustand: Neue Identität und neue Sammlung	162
1.5.2	Vier Parameter von Erlösung	165
1.5.3	Hebräische Ursprünge des Begriffes Erlösung	166
2.	Jesus, der Erlöser	169
2.1	Mein Schlüssel zu Jesus	169
2.1.1	Der Mystiker, der Konsequente, der Authentische	169
2.1.2	Bibelverständnis	170
2.2	Jesu Person und Verwurzelung	172
2.2.1	Starke Vaterbeziehung und starke Persönlichkeit	172
2.2.2	Inwiefern war Jesus Mensch?	173
2.2.3	Jesus wuchs in die Beziehung zum Vater immer bewusster hinein	174
2.2.4	Was sagen die Kindheitsgeschichten über die Frage einer Prägung Jesu aus?	177

2.2.5	Taufe: Die sich ereignende Himmelsstimme	178
2.2.6	Drei Versuchungen: Angst-, Begehrens-, Machtstruktur	181
2.2.7	Johannesevangelium: Die Beziehung zum Vater ist seit jeher und für immer	183
2.2.8	Jesu Wurzeln im Erlösungsdenken des Alten Testaments.....	185
2.3	Jesu Botschaft: Vater – Reich – Umkehr als Antwort auf die abgebrochene Urbeziehung	189
2.3.1	Heimkehr zum Vater	189
2.3.2	„Mit Gott ist es wie mit einem liebenden Vater“	190
2.3.3	Das Reich Gottes ist nahe (Basileia)	194
2.3.4	Metanoia, Umkehr als Hinwendung zu Gott	196
2.3.5	Gerechtigkeit versus Gesetz.....	198
2.3.6	Was Sterbende über Umkehr, Himmelreich und letztes Gericht bezeugen	199
2.4	Der im Thema Angst fixierte Mensch braucht heilmachendes Vertrauen	203
2.4.1	Neutestamentliche Bilder gegen die Angst.....	203
2.4.2	Beten wider die Angst	205
2.4.3	Der gute Hirte als Gegenbild zur Angst	206
2.5	Der im Thema Begehren fixierte Mensch braucht heilmachende Fülle...	209
2.5.1	Als „Besetzer / Besessener“ braucht der Mensch Heilung.....	209
2.5.2	Was wird geheilt? Eine Urheilung hinter den Heilungen	212
2.5.3	Jesus unterschied stets zwischen Mensch und Dämon	213
2.5.4	Heilung des Besessenen von Gerasa.....	214
2.5.5	Haben oder Sein? Urthema seit Kain und Abel.....	217
2.5.6	Vom reichen Jüngling und dem Himmelreich	219
2.5.7	Warum der lebensbejahende Jesus zur radikalen Nachfolge aufruft.....	221
2.5.8	Seligkeit wider Berechnung	223
2.5.9	Der verlorene Sohn und der ältere Bruder	226
2.6	Der im Thema Macht fixierte Mensch braucht heilmachende Beziehung	230
2.6.1	Jesu natürlicher Umgang mit Macht	230
2.6.2	Jesus will den Menschen als Subjekt	231
2.6.3	Jesus setzt auf Petrus.....	232
2.6.4	Liebe statt Macht – Jesu Antworten wider die Machtprägung	233
2.6.5	Warum konnte Jesu Botschaft bei den Pharisäern, Schriftgelehrten und Hohepriestern nicht ankommen?	234

2.6.6	Jesu Freunde in ihrem Nicht-mehr-Können: „Wollt auch ihr weggehen?“ (Joh 6,66–67)	236
2.7	Erst Dynamik löst wirklich aus: Jesus wird selbst zur Antwort	238
2.7.1	Das Geheimnis der erlösenden Liebesdynamik	238
2.7.2	Der 1. Akt im Jesusgeschehen: Dynamik der Einladung	242
2.7.3	Der 2. Akt im Jesusgeschehen: Dynamik von Macht und Zuspitzung.....	244
2.7.4	Der 3. Akt im Jesusgeschehen: Konsequenzentod und die Dynamik von Hingabe	247
2.7.5	Der 4. Akt im Jesusgeschehen: Auferweckung als Dynamik von Leben / Gott schlechthin.....	254
2.7.6	Der 5. Akt im Jesusgeschehen – Geisterfahrung oder: Dynamik von innen her	258
2.8	Paulus: „Durch Gnade bin ich, was ich bin“	261
2.8.1	„Zur Freiheit hat uns Christus befreit“ (Gal 5,1)	261
2.8.2	Deutung der autobiografischen Perikope 1 Kor 15,1–11	262
2.8.3	Was ist gemeint mit Auferstehung der Toten? (1 Kor 15, 12–58)	268
2.8.4	Paulus – Narzisst oder Dienender?.....	275

TEIL III: ERLÖSUNG AUS PRÄGUNG ALS AXIOM FÜR DEN INTERRELIGIÖSEN DIALOG 277

1.	Die Frage nach der Heilsamkeit von Religion	279
2.	Anregungen zum interreligiösen Dialog	283
3.	Zum Erlösungspotenzial von Religionen	287
3.1	Das „Wovon“ oder die Frage nach der Prägung	287
3.2	Das „Wie“ oder die Frage nach dem Gottesbild	290
3.3	Nicht ohne menschliche Offenheit oder: Die Frage nach dem Menschenbild	292
3.4	Parameter von Erlösung: Das „Wohin?“ oder die Frage nach Sinn und Ziel	294
	Ausblick – ein neues Verständnis von Heilung	296
	Anhang – Projekt „Loslassen“: Fragen und Ergebnisse im Überblick.....	299
	Literatur.....	309
	Klangreisen-CD: Inhalt.....	316
	Personen-, Sach- und Bibelstellenverzeichnis.....	317