

## Glaube und religiöse Erziehung

### Gesunder Glaube

Reife Religiosität

humanistische, mitmenschliche Religion

Entfaltete Persönlichkeit

Harmonische Beziehungsfähigkeit

Pluralitätstoleranz

Gelassenheit

Sein-dürfen

Heiterkeit

Aufgeschlossen für die Tatsachen des Lebens

Integration der seelischen Teilbereiche

Freiheit

Personale Beteiligung

**Die Wahrheit suchen**

### Krankmachender Glaube

Unreife Religiosität

autoritäre (nekrophil orientierte) Religion

Infantile Stagnation

Liebesunfähigkeit

Hass gegen Andersdenkende

Angst (vor Strafe Gottes)

Tun-müssen (Ringen um sündenlose Heiligkeit)

Freudlosigkeit und Weltuntergangsphantasie

Weltflucht

Verdrängung / Abspaltung: okkulte Praktiken, Wahnideen, Macht- u. Geltungsbedürfnis

Zwang

Konventionelle Zugehörigkeit

**Die Wahrheit besitzen**



## Religiöse Erziehung

### Gesunde religiöse Erziehung, Sozialisation

Erziehung zur Eigenständigkeit und Mündigkeit

Gewährung von Autonomie

Einladung zur Selbstverwirklichung (Verwirklichung des wahren Selbst)

Förderung von Selbstbestimmung und Selbstverantwortung

Vorleben und Lehren von Toleranz

Hilfe zur adäquaten Selbsteinschätzung

Förderung von Konfliktfähigkeit

### krankmachende,neurotisierende, religiöse Sozialisation

Entmündigung und Infantilisierung (...das kannst du noch nicht...)

Fremdbestimmung, Forderung von Unterwerfung ("Gehorsam")

wer in der Selbstverwirklichung behindert wird, bekommt Angst vor der Wirklichkeit und flieht

die starre Bestimmung durch die Eltern führt zu Unterwürfigkeit, Autoritätskomplex und allfälliger Auflehnung

Dogmatismus führt zu Intoleranz

Forderung von überhöhten Idealen führt zur Überforderung und zu Selbstvorwürfen

das Versagensgefühl führt zu falschen Schuldgefühlen und zu Verdrängung (Konfliktscheu)

## Die 11 persönlichen Rechte

- Du hast das Recht, Dein Verhalten, Deine Gefühle und Deine Gedanken selber zu beurteilen, und brauchst Dich dafür weder zu rechtfertigen noch zu entschuldigen.
- Du hast das Recht, Deine eigenen Wünsche und Bedürfnisse ebenso ernst zu nehmen, wie die anderer Menschen.
- Du hast das Recht, Fehler zu machen, und die Pflicht, die Folgen zu tragen.
- Du hast das Recht, andern eine Bitte abzuschlagen, ohne Dich schuldig zu fühlen oder für egoistisch zu halten.
- Du hast das Recht, Deine Meinung zu ändern.
- Du hast das Recht, unlogisch zu sein.
- Du hast das Recht, selber zu entscheiden, ob Du das, was Dir andere als Fehler vorwerfen, ändern willst.
- Du hast das Recht, selber zu beurteilen, ob Du für die Lösung der Probleme anderer Menschen mitverantwortlich bist.
- Du hast das Recht, Fragen nicht zu beantworten.

- Du hast das Recht, zu sagen: "Ich weiss nicht", wenn andere sagen: "Was wäre, wenn alle so dächten wie Du?"
- Du hast das Recht, nein zu sagen, ohne dieses Nein zu begründen.

### **Möglichkeiten zur Entwicklung von Hoffnung**

- ich spreche mir selbst Mut zu, wenn es darum geht, eine Aufgabe zu meistern
- wenn Schwierigkeiten auftauchen, werte ich diese als Zeichen einer falschen Strategie, nicht aber als Zeichen für mangelndes Talent
- Rückschläge betrachte ich als Herausforderung, nicht als Fehler
- zurückliegende Erfolge rufe ich mir in Erinnerung und gebe mir damit positive Bestätigung
- ich belohne mich selbst für kleine Erfolgserlebnisse
- ich lerne, auch über mich selbst zu lachen
- ich nehme auch meine leiblichen Bedürfnisse wahr und übernehme die Verantwortung für mein leibliches Wohl
- ich lerne von andern Menschen, welche mir Vorbild sind, ohne dass ich es nötig habe, so werden zu wollen wie sie
- ich beschäftige mich damit, womit andere Menschen Erfolg gehabt haben, und überprüfe mein Verhalten

### **Wille und Hoffnung in der persönlichen Entwicklung**

#### **bei krankhafter Persönlichkeitsentwicklung**

Ich habe die Kraft nicht, ein Ziel zu verfolgen

Meine Erfahrungen der Vergangenheit haben mich so geprägt, dass ich nicht davon loskomme

In meinem bisherigen Leben litt ich unter der inneren Spannung, nicht so zu sein,

#### **bei gesunder Entwicklung**

Ich verfolge mein Ziel mit Energie

Meine Erfahrungen haben mich gut auf die Zukunft vorbereitet

Ich war in meinem bisherigen Leben erfolgreich und bin zufrieden mit mir

#### **bei unseriösem Weltanschauungsangebot**

Mit der Entwicklung des Willens erreiche ich jedes Ziel

Mit Hilfe meines Heilers, meiner Methode, meines..., meistere ich jede Situation

Wenn ich die Methode xy anwende, den Geist entwickle..., kann ich über

wie ich gerne sein möchte

mich hinauswachsen und  
mein Bewusstsein erweitern

Da ich Ziele bisher kaum  
erreicht habe, habe ich  
aufgegeben, mir Ziele zu  
setzen

Ich wähle meine Ziele selbst  
u. habe sie bisher auch  
erreicht, soweit das  
Erreichen meinen  
Möglichkeiten entsprochen  
hat

Ich übernehme die Ziele  
einer Weltsicht, die mich  
überzeugt und setze mich  
nur noch dafür ein

Eine schwierige Lage erlebe  
ich als ausweglos

Ich kann mir verschiedene  
Wege vorstellen, aus einer  
schwierigen Lage  
herauszukommen

Aus allen schwierigen Lagen  
finde ich dank meinem  
Training xy, meiner Technik  
xy...

Wenn andere aufgeben,  
entmutigt mich dies vollends

Auch wenn andere  
aufgeben, weiss ich, dass  
ich noch eine Lösung finden  
werde

Alle, die aufgeben, haben die  
Wohltat meiner Lehre xy...  
noch nicht erfahren, sie  
werden missioniert

## Die Lebenskrisen

Unser Leben ist geprägt von einem Wachstumsprozess durch verschiedene Stufen der Reifung.

Überall an den Übergängen, wo das Alte verlassen wird, das Neue erst im Werden ist, befinden wir uns in einer Lebenskrise.

Durch Schwierigkeiten im Bereich der Erziehung und der sozialen Erfahrung können diese Krisen akzentuiert und erweitert werden.

So kann man von drei Arten von Krisen sprechen:

Krisen der Entwicklung

Stufen des Lebens und der Individuation

Krankheit

Krisen der Beziehung

Familiäre Krisen und krankmachende Religiosität

Trauer

Krisen der Versehrtheit

Sucht des Selbstbildes

Schuld



## Spirituelle Krisen

Sinnvoller Umgang mit spirituellen Krisen

- Wichtig ist eine positive Einstellung zur Krise (cf. S. Grof)
- In und an der Krise muss gezielt gearbeitet werden:
  - schöpferisch, mit kreativen Mitteln
  - der Erfahrung Ausdruck verleihen
- Durch gerichtete Meditation an der Persönlichkeit arbeiten
- Entwickeln von einfachen, persönlichen Ritualen
- 

## Schuldfähig werden

Entwicklung von...

... zu

Über-Ich

Ich / Gewissen

unbewusst

bewusst

Fremdbestimmtheit

Selbstverantwortung

infantil

erwachsen

regressiv

„progressiv“

vor-personal

personal

Angst vor Schuldigwerden

Sich geliebt wissen

Schuldverdrängung

Schuldannahme

Lebensverweigerung

Lebensentfaltung

Müssen/Sollen

Sein dürfen

Illusion der Schuldlosigkeit

Mit dem Schatten leben

Gesetz

Leben in der Partnerschaft Gottes

...

...

„solum iustus“ („solum peccator“)

simul iustus et peccator



1. Lebensziel: Sünde vermeiden

„Pharisäer“

1. Lebensziel: Lieben

„Zöllner“

### **Transzendenz und Alltag**

Ich finde, Metaphysik taugt nur etwas, wenn sie das tägliche Leben verbessert, andernfalls kann sie mir gestohlen bleiben.

*Robert M. Pirsig in: "Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten"*

