

Geist und Existenz

Zur inhärenten Spiritualität der
Existenzanalyse

Alfried Längle, Wien

www.laengle.info

1. Existenz und Transzendenz

**in der Tradition der
Logotherapie V. Frankls**



Frankl - Anwalt des Geistigen im Menschen:

a) Unbewußte Religiosität bewußt machen

**Gott - der Partner der intimsten
Selbstgespräche**

b) Verknüpfung von **Psychologie** und **Glaube**

**Sehnsucht und Liebe →
Transzendenz und Intimität**

Frankl: Paradoxie des Wesens Gottes

Gott ist gleichzeitig in
unendlicher **Ferne** und
unendlicher **Nähe**



2.) Die Phänomenalisierung der unbewußten Religiosität

in der EA heute



Unbewußte Religiosität → **Spiritualität**

Jedoch:

Von **metaphysisch begründeter**
Logotherapie

→ zu einer **personal begründeten**
Existenzanalyse

Phänomenologie:

→ erfahrungsbezogene Annäherung an
das Wesen der Wirklichkeit

Was ist wesentlich?

Findet sich Spiritualität?



Spiritualität ...

... wir erwachen
in größerem Rahmen



Spiritualität im Dialog -

verbindet innere Tiefe
und äußere Weite



**Das Sich-Vorfinden in
Größerem ist eine**

**Grundcharakteristik der
Existenz**



3.) Was ist Spiritualität?



Spiritualität -

- **Geistigkeit** (→ Inhalt, Bedeutung)
 - **wesenhafte Geistigkeit** (→ Tiefe)
 - **intimstes Berührtsein** (→ Ursprung)
- 

Spiritualität - Definition

**tiefes Berührtsein durch
eine unfassliche Größe**



4.) Zugänge zu Spiritualität



4.) Zugänge zu Spiritualität ...

1. Spontan

2. Übung (Phänomenologie)

3. Meditation (Praxis)

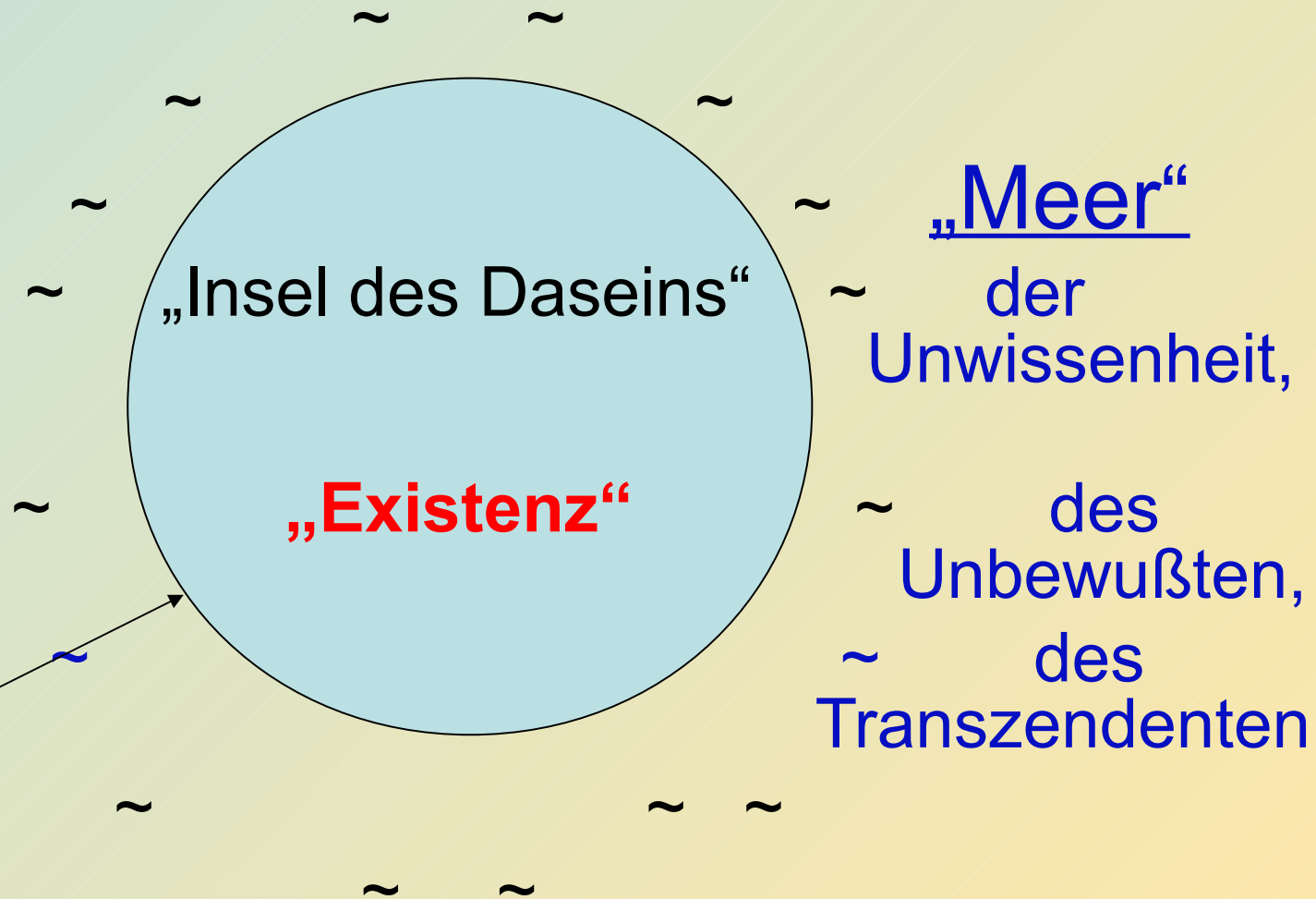
4. Achtsamkeit (Haltung)

5.) Das Verhältnis von Immanenz und Transzendenz

in den 4 Grundmotivationen



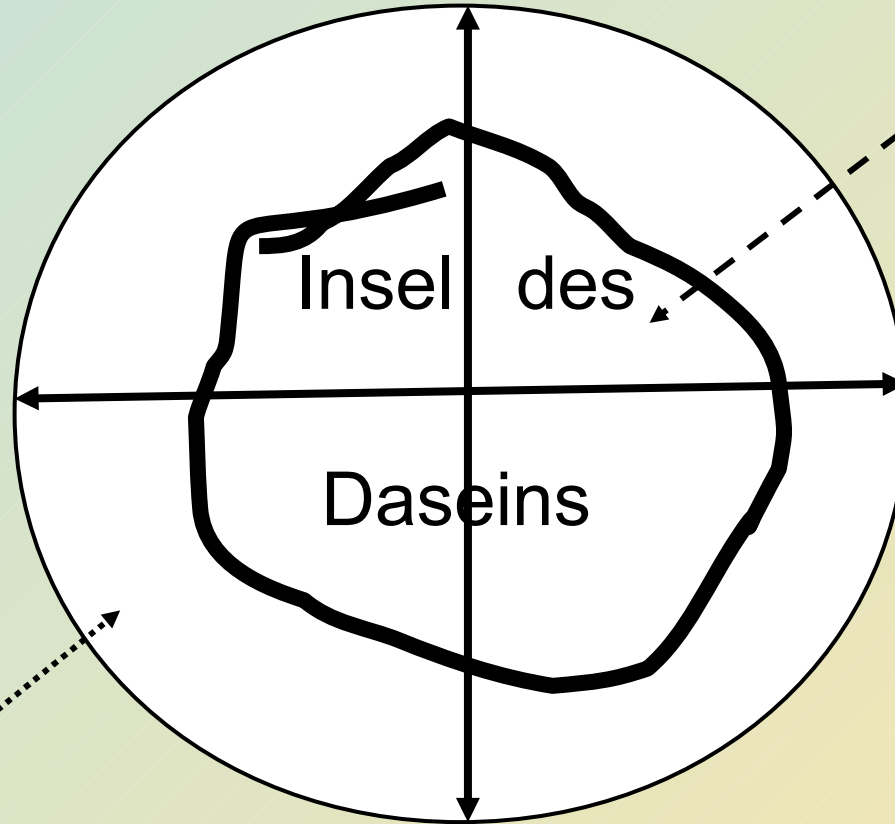
4.) Zugänge zu Spiritualität ...



Grenze zur Transzendenz

Üblicher Aufenthaltsbereich im Dasein

3. GM: Selbstsein



2. GM:
Leben

4. GM:
Kontext
exist. Sinn

1. GM: Welt

Küstenstreifen der Spiritualität

6.) Die Spiritualität des Seins

[1. Grundmotivation]



Alltäglich: Erkennen

Tiefe: Staunen – Erfahrung
von Unfaßlichkeit



Staunen vor dem Sein →
Berührung mit dem **Seinsgrund**

Grundvertrauen

7.) Die Spiritualität des größeren Zusammenhangs

[4. Grundmotivation]



Alltäglich: Erfassen der
Geistigkeit der Situation →
Richtung auf mehr Sein
(Kreativität)

Tiefe: Glauben –
Haltung gegenüber dem größten
Zusammenhang

Glauben des gefühlten
Zusammenhangs → Berührung
mit dem **Sinn des Seins**

Grundgeborgenheit



8.) Die Spiritualität des Lebens

[2. Grundmotivation]



Alltäglich: berührt werden

Tiefe: Dankbarkeit
für den Wert des Lebens



Dankbarkeit für das Leben →
Fühlen des **Grundwertes**

Grundbeziehung




9.) Die Spiritualität des Person-Seins

[4. Grundmotivation]



Alltäglich: innerlich präsent
sein (frei sein), schamvoller
Umgang

Tiefe: Würde
der Person



Würde → achtsamer Respekt für
die **Autonomie der Person**

Authentizität



10.) Die Spiritualität der Existenz

[Resultat der 4 GM]



Alltäglich: selbstvergessen
(Hingabe), „flow“

Tiefe: Genius, Muse,
Ekstase



11.) Spiritualität und seelische Gesundheit



Wurf in die Welt → Existenz ist
„Über-sich-hinaus-Sein“ –
bis zur spirituellen Tiefe

Fehlt der Zugang zur
spirituellen Tiefe →
Psychopathologie



[These]

Letztlich geschieht **Heilung** in
der Psychotherapie aus der
Spiritualität



Gruß zum Abschied – ein Namaste

Ich ehre den Platz in dir,
In welchem das ganze **Universum** wohnt,

Ich ehre den Platz in dir, welcher ist
aus **Liebe, Wahrheit, Licht und Frieden,**

Wenn du in diesem Platz in dir bist,
und ich an diesem Platz in mir,
sind wir Eins.

