



## Sekte oder Selters? Die Einschätzung spiritueller Gruppen

*Soziale, energetische und spirituelle Sekten-Kriterien in der Postmoderne*

**Die Zahl und Verschiedenheit spiritueller Gruppen und Angebote wird immer größer, der "Markt" immer unübersichtlicher. Das postmoderne Denken, bei dem verschiedenste Denk- und Lebensweisen als gleich-gültig wahrgenommen werden und das den Blick mehr und mehr auf eine individuelle Verwirklichung des Menschen richtet, zeigt seine Auswirkungen in allen Bereichen des Lebens - so auch in der Spiritualität. Offensichtlich findet so etwas wie ein Übergang in ein Zeitalter neuer Denk- und Lebensformen statt, das unter verschiedenen Begriffen bekannt ist. Mit der steigenden Bedeutung der Individualität haben die grossen Religionen - vor allem das Christentum - in der westlichen Welt viel an Reiz verloren. Die Menschen möchten jetzt vermehrt alle Bereiche ihres Lebens selbst bestimmen. Eine hierarchisch aufgebaute Struktur, in der die Regeln vorgegeben werden und Spiritualität an feste Dogmen gebunden ist, widerspricht dem Bestreben nach Individualität. Viele Menschen haben sich daher von der Kirche abgewandt und suchen ihre Verwirklichung im materiellen, säkularen Leben.**

***Gesucht: Die unmittelbare und individuelle spirituelle Erfahrung***

Andere wiederum suchen nach individuelleren Formen der spirituellen Verwirklichung und schliessen sich Glaubensformen wie dem Buddhismus, neuen "esoterischen" Strömungen oder anderen spirituellen Gruppierungen an, die eine unmittelbare Gottes- oder Erleuchtungserfahrung versprechen. Bei der Vielzahl dieser Angebote sind grundlegende Unterscheidungskriterien notwendig, die es ermöglichen, die Gruppe in Bezug auf Nutzen und Gefahr für die geistige Gesundheit einschätzen zu können. Die offiziellen und bekanntesten Sektenkriterien wurden von den Amtskirchen erarbeitet und sind durchaus als Grundlage verwendbar. Man sollte generell bedenken, dass sich hinter Aussagen kirchlicher Stellen auch der Selbsterhaltungswunsch der Kirchen verbergen kann, der am liebsten alles verbieten würde, was die Kirchen schwächt. Auf bewußter Ebene anerkennen die Kirchen jedoch heutzutage das individuelle Recht auf religiöse Selbstbestimmung. »»»

## ***"Klassische" Sektenkriterien***

Von <http://www.relinfo.ch/sekten/kriterien.htm> (Informationsstelle der evangelischen Kirche der Schweiz über Sekten und Religionen) stammt der folgende Versuch einer Definition von Sekten. Ich halte diese Kriterien für grundlegend richtig, aber in Bezug auf die Erschließung möglicher geistiger Gefahren spiritueller Gruppen für nicht ausreichend. Sie beschreiben vor allem die sozialen Aspekte:

### **Was ist eine Sekte?**

Versuch einer Definition. Von einer Sekte ist dann zu sprechen, wenn eine Gruppierung alle drei folgenden Kriterien erfüllt (wobei ein Kriterium dann als erfüllt gelten kann, wenn alle jeweiligen Unterkriterien gegeben sind).

#### **FührerIn**

- Die Gemeinschaft verfügt über eine klar definierte Führung, sei es eine Einzelperson oder ein Gremium.
- Die Führung ist jedem Mitglied bekannt.
- Den Verlautbarungen der Führung wird hohe Aufmerksamkeit zuteil.
- Die Führung ist absolut, d.h. keiner übergeordneten Behörde o.ä. verantwortlich.
- Die Führung ist im Prinzip für jede anstehende Frage zuständig und kompetent.
- Kritik an der Führung kommt nicht vor, es findet sich kein Mitglied, das bereit wäre, auch nur eine Aussage der Führung zu kritisieren oder in Frage zu stellen.

#### **Abschottung**

- Die Gemeinschaft reduziert die Kontakte ihrer Mitglieder zu Nichtmitgliedern auf ein Minimum.
- Die Gruppe und das soziale Umfeld eines Mitglieds werden deckungsgleich.
- Die Abschottung beinhaltet den Verzicht auf gruppenfremde Lehren. Gruppenfremde Literatur ist damit zumindest höchst problematisch.
- Geheiratet wird ausschliesslich unter Gruppenmitgliedern.
- Freundschaften zu Nichtmitgliedern werden keine geschlossen.
- Gruppenregeln dienen dazu, diese Abschottung zu fördern.

#### **Gruppendruck**

- Die Sekte kennt eine rigorose Kontrolle der Einhaltung der Gruppenregeln.
- Die Mitglieder überwachen sich gegenseitig.
- Sich dem Gruppendruck entziehende, "liberale" Mitglieder kommen kaum vor.

## ***Die eigene Intuition - die innere Weisheit - als Wegweiser***

Selbst wenn nicht alle Kriterien dieser Liste zutreffen, sollten zusätzlich einige Aspekte beachtet werden, die vor allem mit energetischen und spirituellen Ebenen von Abhängigkeit und Unabhängigkeit/Respekt für die Individualität zu tun haben. Prinzipiell halte ich es für wichtig, sich in seiner Entscheidung nicht von äußeren Strukturen oder Begriffen irritieren zu lassen. Eine Gruppe mag zu einer grossen Religion gehören oder sich zu einer großen Religion zugehörig erklären. Sie mag liberale Ansichten auf den Lippen tragen. Wichtig ist aber das Gespür dafür, was sich hinter den Kulissen verbirgt! Der beste Ratgeber in Bezug auf eine Gruppe ist eigentlich das eigene Herz, die eigene Intuition. Einer Stimme im Hinterkopf, die dafür plädiert, dass etwas faul sein könnte, auch wenn sich zunächst alles "gut anfühlt", sollte man aufmerksam Gehör schenken! Man stößt meist sehr schnell auf eine Gruppe, die eigene Mängel und Sehnsüchte aufzufüllen und aufzugreifen vermag. In "echten" Sekten sind die Mitglieder darin geübt, die Mängel eines Neulings

zu erkennen und ihn systematisch anhand dieser Mängel zu manipulieren. Lange brach liegende Bedürfnisse eines Menschen werden erkannt - und aufgefüllt. Dadurch kann ein "gutes Gefühl" von Ganzheit oder Liebe - eine Euphorie - entstehen, ein Gefühl, das die Stimme der eigenen Intuition überdecken kann.

Ein langfristiger Mangel an Liebe und Verbundenheit hat außerdem die Bildung psychischer Schutzmechanismen zur Folge, die das Herz nicht nur von vermeintlichen Verletzungen, sondern auch von positiver Verletzlichkeit und Sensibilität abschotten - und so unter anderem die Intuition schwächen. Daher ist es in der Regel zwingend notwendig, dass man auch den Kopf einschaltet und wichtige Vernunft-Kriterien kennt und bewußt überprüft - selbst und vor allem, wenn man von der Gruppe aufgefordert wird, den Verstand aussen vor zu lassen. Der Verstand gehört immer zur Ganzheit dazu! Ziel einer spirituellen Praxis sollte aber auch sein, dass der Verstand vom Herrscher zu einem Diener des eigenen Herzens umgewandelt wird.

### ***Grenzüberschreitung - ein natürliches menschliches Bedürfnis***

Wie kann es sein, dass etwas, das sich gut und ganzheitlich anfühlt, das einen beschwingt und glücklich und angefüllt von Liebe und Energie aus einer Gruppe nach Hause gehen läßt, schädlich für die geistige Gesundheit sein soll? Möglicherweise erfüllt die Gruppe lange gehegte Sehnsüchte und füllt dadurch energetische Lücken im eigenen Energiefeld auf. Dieser Prozess ist in der Regel mit Euphorie verbunden. Außerdem können die Rituale der Gruppe, die auf Verbundenheit und Erfahrungen der Entgrenzung ausgerichtet sind, eine energetische Verschmelzung des Einzelwesens mit der Gruppe erzeugen. Diese Erfahrung führt ebenfalls zu Euphorie, vergleichbar mit der Verschmelzung mit einem anderen Menschen bei der Sexualität, vor allem in der Phase der Verliebtheit. Ähnliche Erfahrungen machen Menschen, wenn durch Drogen wie MDMA (Ekstase) körpereigene Glücksstoffe ausgeschüttet werden. Dies ist vielleicht der wichtigste Grund für die Verbreitung von MDMA als Party-Droge: Gerade Jugendliche suchen nach Grenz- und Entgrenzungserfahrungen, die ihnen in unserer Kultur nicht in einem sicheren ritualisierten Rahmen geboten werden. In allen hier beschriebenen Fällen wird die Euphorie körperlich gesehen durch diese Ausschüttung körpereigener Stoffe erzeugt bzw. begleitet. In allen hier beschriebenen Fällen besteht die Gefahr einer Abhängigkeit von etwas Äußerem - wie einer Gruppe, Person oder Droge.

Wie sich deutlich zeigt, ist die Erfahrung der Grenzüberschreitung ein natürliches menschliches Bedürfnis. Für dessen Erfüllung stehen noch weitere Methoden zur Verfügung, die von den Menschen ausgiebig genutzt werden. Jede Art von euphorischem Kick - so z.B. auch beim Bungeespringen und schnellen Motorradfahren - wird von einer Ausschüttung körpereigener Glücksstoffe begleitet. Die gewünschten Gefühle sind also offensichtlich durch verschiedenste Methoden zu erzeugen, selbst - wie im Fall von MDMA - durch bloße chemische Stimulation bestimmter Drüsen (hier allerdings verbunden mit erheblichen Nebenwirkungen und körperlichen Gefahren). Die Gefahr von Abhängigkeit besteht vor allem dann, wenn man bestimmte Methoden für die einzige Möglichkeit hält, um diese Erfahrungen hervorzurufen. Stehen diese Methoden dann mal nicht zur Verfügung, führt das zu Leid!

### ***Abhängigkeit von äußeren Bedingungen oder innere Befreiung?***

In einer sektenartigen Gruppierung wird nun die eigene spezifische (Meditations-)Methode oder der spezielle Guru als einziger Zugang zu dieser Erfahrung verkauft - oft sogar im wahrsten Sinne des Wortes gegen viel Geld. Dadurch wird Abhängigkeit von der Gruppe erzeugt, die der Gruppe die gewünschte Macht, das Geld oder andere Vorteile bringt und sichert, während das einzelne Mitglied in seiner spirituellen Entwicklung ab einem bestimmten Punkt einfach stehen bleibt - oder sogar völlig unselbstständig und lebensunfähig wird. Grundsätzlich ist nicht die Entgrenzungs-Erfahrung an sich das entscheidende Kriterium - eine derartige Erfahrung machen zu dürfen ist auf jeden Fall wünschenswert - sondern das Umfeld, in dem diese stattfindet und wie damit im Weiteren umgegangen wird.

Wenn das Ziel der Gruppe tatsächlich die unmittelbare Gottes- oder Erleuchtungserfahrung und eine selbstständige Entwicklung des Einzelnen ist, dann wird eine Gruppe Methoden zeigen, um diese Erfahrung mit der Zeit allein und ohne die Hilfe der Gruppe oder des Gurus machen zu können. Die wichtigsten Methoden sollten frei - ohne Kosten - verfügbar sein. Gebühren für Vorträge, Kurse und Seminare sollten sich am Prinzip der Kostendeckung orientieren. Bei grossen Organisationen kann dies jedoch auch bedeuten, dass Mehrkosten für die Umschichtung von Finanzen in finanziell schwächere Gruppen - zum Beispiel in anderen Ländern - mit eingerechnet werden.

### ***Offen in alle Richtungen und Hände, die loslassen können***

Auf spiritueller Ebene spielt es eine Rolle, dass sich eine Gruppe nicht von der Aussenwelt abkapselt - nicht nur sozial, sondern auch energetisch. Hier kann man beobachten, ob Methoden zur Gruppenerfahrung so aufgebaut sind, dass die Gruppe sich in einer Art geschlossener Energieblase abkapselt, oder ob auf der einen Seite eine Öffnung zur Welt (Mitgefühl!) und auf der anderen Seite eine Öffnung zum universellen Raum (Gott, Buddhanatur) stattfindet. Individuell trägt man dann diese Erfahrung in die Welt, indem man kontinuierlich die Energie aus der Raum-Quelle anzapft, um diese mit Weisheit und Mitgefühl an die Umwelt weiterzugeben - so gut man es jeweils vermag.

Auch in einer guten Gruppe kann es vorübergehend sinnvoll sein, sich bestimmten Regeln oder Empfehlungen eines Lehrers zu beugen, um mit einer disziplinierten Praxis ohne unnötige Umwege schnelle Ergebnisse zu erzielen. Bevor man das tut, sollte man aber die Gruppe und den Lehrer so lange wach und kritisch geprüft haben, bis man sich zu hundert Prozent sicher sein kann, dass man sich in gute Hände begibt - und dass diese Hände einen bereitwillig auch wieder loslassen werden, wenn man sich entschließt, andere Wege einzuschlagen.

Intensive Meditationspraktiken bringen mit der Zeit unweigerlich dunkle Schattenaspekte eines Menschen zum Vorschein. Diese müssen integriert werden, damit man wirklich ganz werden kann. Es ist wichtig, dass eine Gruppe mit solchen Prozessen vertraut ist und wenigstens zeitweise ein kompetenter Ansprechpartner oder sogar ein spiritueller Lehrer verfügbar ist, um schwierigere Prozesse zu begleiten.

## ***Bin ich bereit für eine Erfahrung der Ganzheit?***

Auf der persönlichen Ebene sollte man überprüfen, ob man in seinem Ich so sehr gefestigt ist, dass man sich auf die Erfahrung der Ganzheit von einem gesicherten Standpunkt aus einlassen kann. Sonst droht statt des erfüllenden Verlustes der Ego-Illusion ein "Verlust des Selbst" mit möglicherweise weitreichenden gesundheitlichen Konsequenzen.

Jeder Mensch kommt zunächst entgrenzt zur Welt - er begreift noch nicht, dass er ein von anderen Wesen getrenntes "Ich" ist. Mit der Zeit lernt das Kind dann, andere Menschen von sich selbst zu unterscheiden - und zu begreifen, was zu ihm gehört und was ihm gehört. Viele Menschen haben im Laufe dieses Prozesses in der Kindheit ein Trauma erfahren oder Anteile ihres Selbst nicht vollständig integrieren können. Das daraus resultierende "schwache Ich" ist vor allem im Westen weit verbreitet. Typische Zeichen dafür sind, wenn ein Mensch ständig seine eigenen (Kraft-) Grenzen überschreitet oder sich von anderen Menschen im Übermaß vereinnahmen läßt - oder wenn er seine Grenzen - aggressiv oder passiv - übermäßig verteidigt, weil er sich ihrer nicht sicher ist. Wenn eine Gruppe keine Methoden bieten kann, um das Ich zunächst zu stabilisieren, bevor man sich an die Auflösung der Ego-Illusion macht, sollte man in Betracht ziehen, zunächst eine ganzheitliche Psychotherapie in Anspruch zu nehmen.

## ***Die Essenz moderner spiritueller Zielsetzung***

Am "Ende" eines ganzheitlichen spirituellen Wegs steht eine Verwirklichung, die einen Menschen in seiner ganz persönlichen Manifestation der Ganzheit selbstständig und selbst-verantwortlich mitten im Leben stehen läßt. Ein solcher Mensch hat im tiefsten Herzen begriffen, dass er von nichts und niemand abhängig ist, um Zugang zur Quelle allen Seins zu erhalten. Die Wahrheit läßt sich dann auch in jedem profanen Glas Sprudelwasser finden. Selters statt Sekte! Zum Wohlsein!

Andreas Giesen - <http://omzeitspiegel.de>

---

Lizenzbestimmung: Creative Commons

**Namensnennung-NichtKommerziell-KeineBearbeitung 2.0 - Deutschland**

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/de/>

Sie dürfen: den Inhalt vervielfältigen, verbreiten und öffentlich aufführen

Zu den folgenden Bedingungen:

**by** - Namensnennung. Sie müssen den Namen der Autoren/Rechtsinhaber nennen:

Andreas Giesen <http://omzeitspiegel.de>

**nc** - Keine kommerzielle Nutzung. Dieser Inhalt darf nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden.

**nd** - Keine Bearbeitung. Der Inhalt darf nicht bearbeitet oder in anderer Weise verändert werden.

° *Im Falle einer Verbreitung müssen Sie anderen die Lizenzbedingungen, unter die dieser Inhalt fällt, mitteilen.*

° *Jede dieser Bedingungen kann nach schriftlicher Einwilligung des Rechtsinhabers aufgehoben werden.*

° *Die gesetzlichen Schranken des Urheberrechts bleiben hiervon unberührt.*