

Liebe Ratsuchende, lieber Ratsuchender,

anhand dieser Checkliste können Sie Ihre religiöse oder spirituelle Problematik versuchen einzuordnen.

Sie sollten sich auf jeden Fall in Behandlung begeben, wenn diese Problematik so intensiv geworden ist, dass Sie sich am Tag überwiegen damit auseinandersetzen müssen oder erhebliche Schlafstörungen deswegen entwickelt haben. Ist Ihr Glaube grundlegend erschüttert oder verloren gegangen? Haben Sie schwer verstehbare Symptome in Zusammenhang mit esoterischer oder religiös-spirituelle Praxis entwickelt? Sind Sie auf Ihrem religiös-spirituellen Weg in eine tiefe Sinnkrise geraten?

Bitte wenden Sie sich an Ihren Psychosomatiker/Psychiater oder Hausarzt, der Sie weiter beraten wird oder an einen Therapeuten des SEN (Spiritual Emergence Network – www.senev.de).

Die Heiligenfeld Kliniken bieten Ihnen sehr spezielle Behandlungsmöglichkeiten für diese Problematik und daraus entstandene Symptome.

Als Diagnose wird dieses Problem nur zusätzlich zu anderen psychischen Schwierigkeiten gegeben. Unsere Unterscheidungen basieren auf den Erfahrungen der Praxis der Behandlung, den wissenschaftlichen Untersuchungen mit unseren Kooperationspartnern (Universität Oldenburg und Universität Regensburg, parapsychologische Beratungsstelle in Freiburg) sowie wissenschaftlich orientierter Literatur zu diesem Themenkreis.

Die Checkliste enthält 5 zu unterscheidende Problemkreise:

- Störungen in Zusammenhang mit Glaubensfragen oder Glaubenssystemen
- Störungen bei energetischen Empfindungen
- Störungen durch paranormale oder mediale Erfahrungen
- Störungen durch "über die Person hinausgehende" oder essentielle transpersonale Erfahrungen
- Störungen auf dem spirituellen Weg im engeren Sinne

Zum Gebrauch:

In diesem Themenfeld kann es zu vielfältigen Symptomen durch sehr unterschiedliche Auslöser kommen. Neben der grundsätzlichen Fähigkeit einer Persönlichkeit zur Integration von religiös-spirituellen Erfahrungen, sind oft auch Intensität und das innere vorbereitet sein auf ein solches Erlebnis entscheidend für die Tiefe einer Krise. Eine spezielle Behandlung der religiös-spirituellen Dimension einer Krise ist dann angezeigt, wenn neben den stationär zu behandelnden Symptomen einer psychischen Krise die religiös-spirituelle Thematik Auslöser war oder zentraler Inhalt der Krise ist.

Störungen im Zusammenhang mit Glaubensfragen oder Glaubenssystemen

Sind Ihr Glaube oder Ihre Glaubensvorstellungen teilweise oder ganz:

Verunsichert?

Ja Nein

Erschüttert?

Ja Nein

Verloren gegangen?

Ja Nein

Ist die Frage Ihrer Zugehörigkeit zu einer Religion oder Glaubensgemeinschaft Ursache für:

Erhebliche äußere Auseinandersetzungen?

Ja Nein

Reales Bedrohtsein durch Angehörige der Glaubensgemeinschaft?

Ja Nein

Fühlen Sie sich in Bezug auf Ihren Glauben oder Glaubensvorstellung:

Sehr allein oder verzweifelt?

Ja Nein

Orientierungslos oder verwirrt?

Ja Nein

Vorwürfig oder aggressiv?

Ja Nein

Falls Sie eine dieser Fragen mit einem eindeutigen **Ja** als Hauptauslöser oder tiefsten Grund Ihrer derzeitigen Problematik ausmachen konnten, sprechen Sie bitte mit einem der unten aufgeführten Fachleute, die Sie weiter beraten können.

Störungen bei energetischen Empfindungen

Haben Sie erhebliche Mühe mit dem Auftreten oder der Verarbeitung einer oder mehrerer der folgenden Erfahrungen:

Inneres Licht- oder Farberleben?

Ja Nein

Inneres Strömen oder Pulsieren von (Lebens-) Energie?

Ja Nein

Aufsteigende oder sich ausbreitende (Lebens-) Energie?

Ja Nein

Sich zunehmend verfeinernde oder sich auflösende (Lebens-) Energie?

Ja Nein

Blockierte "brennende" oder schmerzauslösende innere (Lebens-) Energie?

Ja Nein

Gefühle der Fremdeinwirkung auf die eigene (Lebens-) Energie?

Ja Nein

Innere energetische Wahrnehmung von Klängen, Geschmack oder Gerüchen (ohne äußeren Reiz)?

Ja Nein

Sind oder waren diese Erlebnisse Ursache oder Beeinträchtigung für:

Eine deutliche Verunsicherung oder Beeinträchtigung Ihres körperlichen Gesundheitszustandes?

Ja Nein

Deutliche Verunsicherung oder Beeinträchtigung Ihres psychischen Gesundheitszustandes?

Ja Nein

Eine deutliche unangenehme Veränderung der Selbstwahrnehmung?

Ja Nein

Wiederkehrende Schlafstörungen oder Orientierungslosigkeit?

Ja Nein

Eine deutliche Verunsicherung über das eigene "physikalische" Weltbild?

Ja Nein

Erhebliche Belastungen Ihrer Beziehungen?

Ja Nein

Grundsätzliche für Sie negative Lebensentwicklungen?

Ja Nein

Tiefe Schuldgefühle, sich selbst, anderen Menschen oder der Welt gegenüber?

Ja Nein

Falls Sie eine dieser Fragen mit einem eindeutigen **Ja** als Hauptauslöser oder tiefsten Grund Ihrer derzeitigen Problematik ausmachen konnten, sprechen Sie bitte mit einem der unten aufgeführten Fachleute, die Sie weiter beraten können.

Störungen durch paranormale oder mediale Erfahrungen

Haben Sie erhebliche Schwierigkeiten mit dem Auftreten oder Verarbeiten einer oder mehrerer der folgenden Erfahrungen:

Synchronizitäten, bedeutungsvolle Zufälle, außergewöhnliches Zusammentreffen von Ereignissen?

Ja Nein

Telepathie oder Hellsehen?

Ja Nein

Vorauswissen, Präkognition?

Ja Nein

Wissen aus der Vergangenheit oder "früheren Leben" oder Déjà-vu?

Ja Nein

Auftreten von Spuk, Poltern?

Ja Nein

"Außerkörperliche Erfahrung", "Out-of- Body-Erfahrungen", Astralreisen?

Ja Nein

Nah-Tod-Erfahrungen?

Ja Nein

Wahrnehmung von Geistern?

Ja Nein

Wahrnehmung Verstorbener?

Ja Nein

Automatisches Schreiben oder Malen?

Ja Nein

Geistheilung?

Ja Nein

Trance-Erfahrung, Besessenheitsgefühlen?

Ja Nein

UFO-Wahrnehmung?

Ja Nein

Erleben von ungewöhnlichen Phänomenen nicht rational erklärbarer Natur?

Ja Nein

Erleben andere mental oder geistig, positiv oder negativ beeinflussen zu können?

Ja Nein

Sind oder waren diese Erlebnisse Ursache oder Beeinträchtigung für:

Eine deutliche Verunsicherung oder Beeinträchtigung Ihres körperlichen Gesundheitszustandes?

Ja Nein

Eine deutliche Verunsicherung oder Beeinträchtigung Ihres psychischen Gesundheitszustandes?

Ja Nein

Eine deutliche unangenehme Veränderung der Selbstwahrnehmung?

Ja Nein

Wiederkehrende Schlafstörungen oder Orientierungslosigkeit?

Ja Nein

Eine deutliche Verunsicherung über das eigene "physikalische" Weltbild?

Ja Nein

Erhebliche Belastungen Ihrer Beziehungen?

Ja Nein

Grundsätzliche für Sie negative Lebensentwicklungen?

Ja Nein

Tiefe Schuldgefühle, sich selbst, anderen Menschen oder der Welt gegenüber?

Ja Nein

Falls Sie eine dieser Fragen mit einem eindeutigen **Ja** als Hauptauslöser oder tiefsten Grund Ihrer derzeitigen Problematik ausmachen konnten, sprechen Sie bitte mit einem der unten aufgeführten Fachleute, die Sie weiter beraten können.

Störungen durch "über die Person hinausgehende" oder essentielle (transpersonale) Erfahrungen

Haben Sie erhebliche Schwierigkeiten mit dem Auftreten oder Verarbeiten einer oder mehrerer der folgenden Erfahrungen, die spontan oder durch eine spezielle religiös-spirituelle Praxis ausgelöst werden können und in ihrer Intensität stark variieren können:

Gefühl (all) umfassender Liebe oder Mitgefühl?

Ja Nein

Reines Glücksgefühl, Ekstase, umfassende Freude?

Ja Nein

Erleben vollkommener Stille, Frieden und Ruhe?

Ja Nein

Unbegrenzte Weite und Offenheit, Freiheit?

Ja Nein

Einheitserleben, (All-)Verbundenheit?

Ja Nein

Gefühl von Leere, Leerheit, Nichts?

Ja Nein

Verbundensein mit dem eigenen Wesen, der Seele, der inneren Heimat oder Urgrund?

Ja Nein

Sich durchlässig oder transparent fühlen?

Ja Nein

Reine Bewusstheit oder Gewährsein sein?

Ja Nein

Wahrnehmung von Klarheit und Unberührtheit fühlen?

Ja Nein

Gefühl von Schönheit und Ehrfurcht?

Ja Nein

Gefühl von Heilsein oder Heiligsein?

Ja Nein

Sind Sie angestoßen durch diese positiven Erlebnisse:

In Ihrem Selbst- oder Weltbild verunsichert oder orientierungslos geworden?

Ja Nein

In Ihrem körperlichen oder psychischen Gesundheitserleben beeinträchtigt?

Ja Nein

In eine tiefe Auseinandersetzung von weltlichen und spirituellen Werten geraten?

Ja Nein

In eine Sinnkrise oder berufliche Krise geraten?

Ja Nein

Insgesamt eher "halt- oder bodenlos" geworden?

Ja Nein

Auf der ständigen Suche nach mehr oder intensiveren Erfahrungen religiös-spirituelle oder esoterischer Art?

Ja Nein

Abhängig von einer Schule, Methode, einem Lehrer geworden?

Ja Nein

Zu der Überzeugung gelangt, die Welt oder bestimmte Personen retten zu müssen?

Ja Nein

Der Überzeugung besonders begnadet, gesegnet oder erleuchtet zu sein?

Ja Nein

Falls Sie eine dieser Fragen mit einem eindeutigen **Ja** als Hauptauslöser oder tiefsten Grund Ihrer derzeitigen Problematik ausmachen konnten, sprechen Sie bitte mit einem der unten aufgeführten Fachleute, die Sie weiter beraten können.

Störungen auf dem spirituellen Weg im engeren Sinne

Fühlen Sie erhebliche Schwierigkeiten mit dem Auftreten oder Verarbeiten einer oder mehrerer der folgenden Erfahrungen:

Biographische, karmische oder durch "vergangene Leben" verursachte Belastungen behindern Ihre spirituelle Praxis?

Ja Nein

Persönliches Leiden am Leid der Welt, Erleben einer "Dunklen Nacht der Seele"?

Ja Nein

Unbalanciertheit und zunehmende Trennung von äußeren weltlich orientierten Leben und inneren spirituellen Werten?

Ja Nein

Erhebliche Zweifel am eigenen Beruf, Ihren Beziehungen und Lebensstil?

Ja Nein

Grundsätzliche Zweifel am eigenen spirituellen Weg, Ihrer spirituellen Schule und spirituellen Lehrern?

Ja Nein

Die ständige Sehnsucht nach Erlösung oder "Ego"-Verlöschen?

Ja Nein

Ihr inneres Erleben von Freiheit und Verwirklichung wird angezweifelt durch Ihre Umwelt?

Ja Nein

Dem inneren Ruf einer Bestimmung folgen zu wollen und erhebliche Zweifel daran?

Ja Nein

Falls Sie eine dieser Fragen mit einem eindeutigen **Ja** als Hauptauslöser oder tiefsten Grund Ihrer derzeitigen Problematik ausmachen konnten, sprechen Sie bitte mit einem der unten aufgeführten Fachleute, die Sie weiter beraten können.

Die Zusatzdiagnose "religiöses oder spirituelles Problem" kann von **Fachleuten** gesichert werden. Scheuen Sie sich also nicht, einen Arzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, einen Psychiater oder Psychologischen Psychotherapeuten aufzusuchen, um Ihre Beschwerden zu schildern. Die religiöse bzw. spirituelle Dimension einer Krise zu erkennen, ist ein erster Schritt zur umfassenden Gesundheit.