

# Esoterische Selbsthilfe: Neue Wege zu Selbstsorge und Empowerment oder Preisgabe von Selbstbestimmung?

---

Claudia Barth

*In einer qualitativ-sozialpsychologischen Studie zur subjektiven Rezeption esoterischer Lebenshilfeangebote wurden Zusammenhänge zwischen Anforderungen an moderne Selbststrukturierung der Subjekte und dem individuellen Gebrauch von Religion erforscht (Barth 2009). Der nachfolgende Artikel gibt einen Einblick in einzelne Aspekte der Ergebnisse, die für die Diskussion um Esoterik als Angebot zur psychologischen Selbsthilfe relevant sind.*

## 1. Neue Religiosität

Die Glaubenswelt der Deutschen ist vielfältig geworden. Seit den ausgehenden 1980er Jahren sind traditionelle christliche Wert- und Glaubenshaltungen zunehmend im Rückzug begriffen und werden mit zeitangepassteren religiösen Sinnsystemen aufgefüllt. Allen voran sind es esoterische Lebenshilfeangebote, welche Menschen dazu inspirieren, sich eine eigene, synkretistische, aktuell passförmige, private Glaubenswelt zu kreieren.

Esoterische Lebenshilfeangebote werden heute von zahllosen Menschen als Hilfskonstrukte benutzt, um Selbstverortung, Sinnherstellung und Lebenspraxis selbstreflexiv zu bearbeiten und neu zu strukturieren. Sie fungieren als selbstgewähltes Bildungsreservoir, um sich selbst, das eigene Leben und die persönliche Stellung in der Welt zu überdenken und neu gestalten zu können. Der Griff zu esoterischen Hilfen geschieht in erster Linie im Bedürfnis von „Innenweltforschung“ (Stenger 1989, 129), wenn das Leben in den bisherigen Bahnen brüchig und (laien-)psychologische Hilfestellungen für eine persönliche Neuverortung gesucht wird.

In einer qualitativen Studie wurde in Einzelfalluntersuchungen der individuellen Rezeption esoterischer Theorien nachgegangen und diese in den theoretischen Rahmen aktueller Anforderungen an Identitäts- und Subjektgestaltung gesetzt. Esoterische Religiosität stellt eine moderne Form von Glauben dar. Da sie offenbar für eine Vielzahl von Menschen die adäquate Möglichkeit bietet, ihr Denken und Fühlen in fassbare Formen zu gießen, kann sie sozialpsycholo-

gisch als religiös-kultureller Ausdruck für die innere Verfasstheit einer großen Anzahl von Menschen in unserer Gesellschaft verstanden und untersucht werden.

Durch das reflexiv-sozialpsychologische Herangehen trägt die Studie nicht nur zum Verständnis über die psychische Lage vieler Menschen bei, sondern kann diese in ihrer *Bedingtheit durch die* und *Wechselwirkung mit der* sozialen Realität verständlich machen.

### 1.1. Religion und Esoterik

In den vielfältigen Versuchen, Religion substantiell zu definieren, lassen sich zwei Punkte herauskristallieren, die übereinstimmend als wesentlich und grundlegend gelten. In einer essentialistischen Zusammenfassung dieser Übereinkünfte lässt sich Religion definieren als: Ritualisiertes gesellschaftliches Integrationsinstrument, das die subjektiv empfundene Übermacht der gesellschaftlichen Verhältnisse erklärbar und annehmbar macht.<sup>1</sup> In dieser Begriffsbestimmung sind zwei Dimensionen angesprochen: Jene, die auf Religion als gesellschaftliche Institution verweist und jene, welche die Bedeutung von Religion als Bewusstseinsform des Menschen anspricht.<sup>2</sup>

Ist Esoterik eine Religion? Sie verfügt über keinen verbindlich festgelegten Glaubenskanon, den eine Kongregation überwachte. Sie weist jedoch einen stabilen Kanon an Glaubensvorstellungen auf, der innerhalb der Bewegung als verbindlicher Konsens gilt. Sie wird gesellschaftlich bereitgestellt, gerade die hohe Marktförmigkeit der Esoterik verweist auf ihren Charakter als lukratives und gesellschaftlich anerkanntes Angebot zur Sinnstiftung. Geprägt ist der Glaube durch feststehende, nicht weiter hinterfrag- oder beweisbare Postulate, welche letztbegründlich die Ursachen für natürliche und gesellschaftliche Erscheinungen seien: Sei es die Verantwortung der Sterne für den menschlichen Charakter oder für globale Ereignisse wie Krieg und Frieden, sei es die Annahme von unbeweisbaren feinstofflichen Energien, welche auf immaterieller Ebene Informationen übertragen könnten, sei es der Glaube an ein heranbrechendes neues Zeitalter, das ohne Zutun der Menschen quasi als kosmisches Naturgesetz die Gesellschaft von Grund auf zum Positiven verändern werde.

---

<sup>1</sup> Dass für Religion keine Götter im herkömmlichen Sinn nötig sind, machte Durkheim mit der Unterscheidung zwischen sakralem versus profanem Glauben deutlich.

<sup>2</sup> Letzteres wird, der besseren Unterscheidbarkeit halber, mit dem Begriff „Religiosität“ ausdifferenziert.

Esoterische Lehren bedienen im Subjekt ein bestimmtes Bedürfnis: Die Suche nach Verortung in der Welt, nach Betrachtungs- und Lebensweisen, welche das Gefühl der subjektiven Sicherheit und der Einbettung und Zugehörigkeit stabilisieren. Sie dienen der Psyche als Refugium vor der Pein der Welt und als illusionärer Weg zu deren Überwindung. Eine der prägendsten Dynamiken moderner Gesellschaften im Bezug auf die psychische Verfasstheit ihrer Mitglieder ist das Phänomen der Entfremdung, welches sich zur Selbstentfremdung steigert. Ottomeyer konstatiert, dass viele sozialpsychologische Phänomene – und er führt in der Folge Esoterik als eines der gegenwärtigen auf – „sich mehr oder weniger (als) kurzschlussartige Projekte der Überwindung von Entfremdung verstehen“ lassen. (1992, 14). Die versuchte Überwindung von Entfremdung und Selbstentfremdung sind wesentliche Kernelemente gegenwärtiger esoterischer Praxis, wie die Studie, auf deren Grundlage vorliegender Artikel aufbaut, herausfindet. Gesellschaftliche Übermacht, das Nicht-mehr-Eingreifen können, blinde Unterwerfung manifestiert sich in ihr bzw. in dem Gefühl der Entfremdung, das der Menschen verspürt. Esoterik wird dazu benutzt, diese Übermacht der Verhältnisse scheinbar zu überwinden und in einer gedachten jenseitigen kosmischen Allverbundenheit mit jedem und allem aufgehen zu können. Diese Allverbundenheit enthält auch die Vorstellung einer Allmacht, wonach mittels der Fokussierung des eigenen Geistes Verbundenheit mit und damit Einfluss auf jeden Winkel und Bereich dieser Welt erlangt werden könne. Selbstentfremdung wird durch die Suche nach dem eigentlichen, gesellschaftsunberührten Kern des Ichs zu überwinden versucht. Die reale Isolation, die durch derlei individualistische Denkweisen und Praktiken verstärkt wird, ist kontrafaktisch zu der Sehnsucht nach Erlösung aus der Not, welche die esoterischen Sucher erhoffen.

Esoterische Theorie und Praxis ist in das Feld von Religiosität bzw. Religion einzuordnen. Esoterik weist die Charakteristika auf, welche Religion umschreiben: Einen gesellschaftlich angebotenen Glaubenskanon, welcher dem/der Einzelnen Methoden an die Hand gibt, gesellschaftliche Übermacht nicht mehr als bedrohlich zu empfinden, sie erklärbar zu machen und subjektiv zu überwinden; sie damit objektiv annehmbar zu machen.

### 1.2. Verbreitungsgrad esoterischen Glaubens

Der moderne Markt des Spirituellen hat enorme Breitenwirkung. Einschätzungen über die Zahl der Menschen in Deutschland, die den neuen religiösen Formen und Inhalten anhängen, reichen von 650 000 (Enquete-Kommission des deutschen Bundestages) über zwei Millionen (evangelische Landeskirche Würt-

temberg) bis hin zu einer Zahl von etwa 10 Millionen (AGPF 2000). Zu den Kernpunkten esoterisch-neureligiöser Vorstellungen zählen

- die Aufgabe eines dualistischen Gottesverständnisses zugunsten einer all-durchdringenden kosmisch-göttlichen Kraft
- die Annahme mehrerer Leben (Wiedergeburten) und karmischer<sup>3</sup> Lebensaufgaben, welche der Grund für gegenwärtige Probleme seien (karmisch-spirituelle Reifeaufgaben als Altlasten vorangegangener Leben)
- die Existenz so genannter „feinstofflicher Energien“ („Qiqi“), welche sich wahlweise sowohl durch den Raum als auch durch den Körper bewegten und die durch bestimmte Techniken „im Fluss“ gehalten werden müssten, da ansonsten Probleme und Krankheiten entstünden.

Trotz des fortdauernden und anwachsenden spirituellen Trends sind religionspsychologische Forschung und Beratungspraxis in Deutschland ein Stiefkind der Wissenschaft und Ausbildung. Vornehmlich kirchliche Institute widmen sich der Befassung mit religionspsychologischen Fragen, wohingegen die säkulare Psychologie noch nicht einmal über einen einzigen Lehrstuhl in diesem Bereich verfügt.

## 2. Esoterische Lebenshilfe als Reaktion auf gegenwärtige Anforderungen zur Identitätsbildung

Die gegenwärtige Rezeption esoterischer Angebote vollzieht sich vor veränderten Anforderungen an die Subjekte zur inneren Strukturierung. Seit den ausgehenden 1970er Jahren hat sich auf dem Arbeitsmarkt eine Individualisierung und Subjektivierung der Gestaltung des Arbeitsprozesses durchgesetzt. Das, was im Aufbegehren der 1968er auch von gewerkschaftlicher Seite gefordert wurde: eine Veränderung starrer, formativer Arbeitswelten zugunsten mehr Freizügigkeit für individuelle Stärken und Fähigkeiten, der Abbau starrer Hierarchien, hat in den 1970/80er Jahren Einzug in neue Steuerungsformen der Arbeitswelt gefunden. Stempeluhren wurden großflächig abgeschafft, Verantwortung zur Selbstgestaltung in der Bewältigung des Arbeitspensums wurde nach unten an die Ausführenden delegiert. Die implementierte Organisations-

---

<sup>3</sup> Karma: In esoterischer Definition das Gesetz von Ursache und Wirkung über mehrere Leben (Reinkarnationen) hinweg. Der Lebenswandel in den individuellen Vorleben bestimme die im jetzigen Leben auftretenden Probleme, sie seien die persönlichen spirituellen Reifeaufgaben.

form des Team-Workings brachte neue Qualitäten der sozialen Kontrolle durch Kolleginnen und Kollegen anstelle der des Chefs hervor; bzw. verlagerte die einstmals „von oben“ drohende Sanktionierung in eine frühzeitig einsetzende Selbstkontrolle. In modernen „Projekt“-arbeiten wird weniger die geleistete Arbeitszeit vergütet, als mehr die Erreichung der Zielvorgabe. Auf welchem Weg diese geschafft wird, bleibt dem/der einzelnen Arbeitnehmer und Arbeitnehmerin bzw. dem „Team“ der Kolleginnen und Kollegen überlassen – was zu einer verstärkten Selbstausbeutung und Entgrenzung führte. Innere Ressourcen werden in stärkerem Maße mobilisiert; ein einstiger „privater“ Anteil der eigenen Person – abgegrenzt von entäußertem, verwerteten Arbeitseinsatz – erodiert zunehmend, denn die neuen Projektarbeiten setzen auf den kreativen, schöpferischen Einsatz individueller, authentischer Eigenschaften und Stärken. Damit wird die Leistungsvorgabe in höherem Maße als zuvor antizipiert. Der Griffel kann nicht freitags um 16 Uhr abgelegt werden, sondern die Erreichung des Arbeitszieles wird zur persönlichen Motivation, zum persönlichen Ehrgeiz, zum eigenen Ziel, die mit ganzem Einsatz der Person erreicht werden will. Das traditionelle Rollenverständnis Arbeitsidentität/Privatidentität erodiert zusehends.

Diese neuen Arbeitformen, die auf die Entgrenzung des privaten Bereichs des „Ichs“ zielen, benötigen Arbeitnehmer, die bereit sind, beständig innere Motivation zu mobilisieren, selbständig und selbstverantwortlich zu denken und zu handeln. Es gilt, „authentisch“ zu agieren; mit einem blinden, akkuraten Erfüllen der Arbeitsanweisungen von oben (hinter welchem sich die eigene Person formidabel verstecken ließ und sich selbst in der Abgrenzung zu Arbeitsrolle definieren konnte) ist unter den neuen Organisationsformen der Arbeitswelt kein persönlicher Erfolg mehr zu erzielen.

„Es geht nun weniger um Gehorsam als um Entscheidungen und persönliche Initiative. Die Person wird nicht länger durch eine äußere Ordnung (oder die Konformität mit einem Gesetz) bewegt, sie muss sich auf ihre inneren Antriebe stützen, auf ihre geistigen Fähigkeiten zurückgreifen. Die Begriffe Projekt, Motivation, Kommunikation bezeichnen heute die neuen Normen. (...) Das ideale Individuum wird nicht mehr an seiner Gefügigkeit gemessen, sondern an seiner Initiative“ (Ehrenberg 2004, 8f).

Es geht um Fähigkeiten der „Selbstkontrolle, Selbstökonomisierung und Selbstrationalisierung (...) zugleich auch (um) die emotional-schöpferischen Potentiale des Subjekts wie Kreativität, Sozialkompetenzen, Begeisterungsfä-

higkeit“ (Jochum 2009, 4825), „es geht um die ‚Seele‘ der Menschen, die nun zur Produktivkraft werden soll, zur Ressource für die Profiterzeugung“ (Voß 2006).

Die durch Entbettung und Beschleunigung aufbrechenden traditionellen Bindungen und Lebensmuster – sei es durch die verlangte Mobilität zur Erlangung eines Arbeitsplatzes, geforderten Berufswechsel etc. – erfordern von den Einzelnen Flexibilität; die innere Bereitschaft, beständig neu mit vollem Einsatz die ganze Person in die Waagschale des nächsten „Projekts“ zu werfen. Feste Bindungen, Ansichten, Wertvorstellungen, Pläne und Zukunftsentwürfe erscheinen hier oftmals hinderlich; gefragt sind Offenheit, Bereitschaft zur Selbstveränderung sowie ständige Mobilisierung von innerer Kraft und Antrieb.

Die hier skizzierten Anforderungen – unter wechselnden Referenzrahmen und variablen, fremdgesteuerten Zielvorgaben den Aufbau einer authentischen Interaktionsfähigkeit zu vollziehen, der nötig ist, um im beruflichen Alltag zu bestehen – stellen die Grundlage dar, auf welcher die interviewten esoterischen Rezipientinnen und Rezipienten sich auf ihren – esoterisch unterstützten – Weg zur inneren Neustrukturierung gemacht haben.

Alle im Rahmen der Studie interviewten Personen nannten als Ausgangspunkt ihres esoterischen Weges ein Scheitern an gesellschaftlichen, v.a. beruflichen Anforderungen. Vor allem die Frauen – die mit annähernd 2/3 das Hauptklientel esoterischer Angebote darstellen – zeichneten in den Interviews ein retrospektives Selbstbild von hohem Anpassungs- und Leistungswillen. Diese Hauptzielgruppe esoterischer Angebote – weiblich, um die 45 Jahre mit hohem Bildungsniveau (Deutscher Bundestag 1998, 50) – hatte einen beruflichen Karriereweg hinter sich, der jedoch durch Erfahrungen des Scheiterns an erdrückenden Anforderungen brüchig wurde.

„(...) Um den Controlling-Bereich mit aufzubauen. Und dann ham die mich da innerhalb kurzer Zeit, ähm. Also, des war dann glaub ich Februar/März oder so. Wo, wo ich dann schon echt fertig war und mir gedacht hab: Was will ich eigentlich? Will ich so noch leben? Will ich so arbeiten? (...)

Ich hab ja auch hart gearbeitet, um da hin zu kommen. Ja. Also, ich mein, soll man das jetzt wirklich aufgeben, ja? Nur weil man's Gefühl hat, man hält's nicht mehr aus. Und wird zum Alkoholiker, ja. Also, des is, also, und (-). Aber

das Gefühl, die Seele zu verlieren, war schon sehr stark, ja“  
(Mona<sup>4</sup>).

Die Interviewten sprechen von einer Selbstentfremdung, mit der sie sich bemühten, die als überfordernd empfundenen Aufgaben unter hohem Druck und Preisgabe persönlicher Werte und Vorstellungen trotzdem zu erfüllen. So habe die (oben zitierte) Interviewte Mona unter dem Druck, allen Anforderungen gerecht werden zu wollen, den Eindruck gehabt, „ihre Seele zu verlieren“ und nur mehr um den Preis der Selbstbetäubung („zum Alkoholiker werden“) ihre Arbeit leisten zu können – was letztlich nicht genügte. Am Ende standen dennoch die Nicht-Erreichung des angestrebten Erfolges in der Arbeitswelt, das Bedürfnis nach innerer Verarbeitung des Misserfolges sowie die Suche nach Strategien, zukünftig erfolgreicher zu agieren.

Der klassisch weibliche Weg der Unterordnung persönlicher Belange unter fremdreferentiell gesteckte Ansprüche führte die Interviewten in eine Sackgasse. Die Interviewte Mona beschreibt sich selbst vor ihrer esoterischen Wandlung als „sehr ehrgeizig, ordentlich, brav“. Die innere Neustrukturierung beginnt mit der Erfahrung des Scheiterns an beruflichen Zielen gekoppelt mit der Erfahrung der Selbstentfremdung. Der erste Schritt in Richtung Esoterik war jeweils verbunden mit der Erfahrung, in diesen informellen Kreisen mit seinen authentischen, versteckt gehaltenen persönlichen Wünschen und Denken angenommen zu werden. Die Selbstreflexion über eigene, verborgene Empfindungen in esoterischen Zusammenhängen öffentlich zu machen, vor sich selbst und anderen vernachlässigte Ich-Anteile zu entdecken, zuzulassen und zu offenbaren, erscheint den Interviewten sowohl als ein Moment der „Befreiung“ wie auch als ein Akt der Subversion – gegen die angenommene gesellschaftlich Konvention, die zu Rollenerfüllung, Selbstverzicht und Selbstentfremdung leitete.

Eine andere Interviewte, Elvira Böhm<sup>5</sup>, die ebenfalls das Selbstbild einer angepassten, die eigenen Wünsche und Vorstellungen zurückhaltenden Person als ihre eigene Vergangenheit zeichnet, spricht davon, wie sie in esoterischen Kursen lernte, ihre authentischen Gefühle zu äußern und dadurch nicht nur ein vertieftes Selbstgefühl erlangte, sondern auch ihre Interaktionsfähigkeit verbessern konnte:

---

<sup>4</sup> Name geändert.

<sup>5</sup> Name geändert.

„Elvira Böhm: Was sich ergeben hat in diesen, in diesen Ausbildungen ist einfach, dass meine Kontaktfähigkeit überhaupt sich verbess-, ganz anders geworden ist.

Interviewerin: Mhm.

Elvira Böhm: Und da bin ich einfach total froh drüber und ähm.

Interviewerin: Was hat sich da verändert?

Elvira Böhm: Dass ich viel mehr in Kontakt gehen kann. Dass ich mehr Kontakt zu mir gefunden habe. Dass ich noch mehr im Kontakt mit mir bin und damit kann ich auch viel leichter in Kontakt mit anderen gehen und für mich ist, äh, Kontakt ein wichtiger Lebensinhalt. (...)

Des war auch für mich auch noch `n ausschlaggebender Punkt mich diesen, diesem Tantra zuzuwenden, um auch noch mehr in meine Kraft zu kommen, um des zu verwirklichen, was ich verwirklichen möchte in meinem Leben.“

Esoterik dient ihr letztlich für das Ziel, aktiv in ihre Lebenswelt einzugreifen, um die Dinge nicht mit sich passieren zu lassen, sondern den unmittelbaren Nahbereich gemäß eigener Wünsche gestalten zu können – durch authentische Interaktion als Strategie zur erfolgreichen Alltagsbewältigung.

Die Frauen erlernen die authentische Interaktionsfähigkeit in esoterischen Gruppierungen und suchen Stück für Stück, diese in ihrem Alltags- und Berufsleben umzusetzen. Auch Elektra<sup>6</sup>, eine dritte Interviewte Frau, äußert als Ziel ihres spirituellen Weges (der ebenfalls das Scheitern beruflicher Karriere zum Thema hatte), „dass ich bei jeder Gelegenheit voll zu mir stehen könnte“ und kein „Schauspieler“ mehr in der sozialen Interaktion wäre.

Alle Interviewten legen in ihrer Erzählung Wert auf die Erfolge, die sie durch dieses neue Selbstbewusstsein in der Gestaltung ihrer Alltagswelt erlangt haben.

Soweit könnten esoterische Strategien zur Lebensbewältigung als erfolgreiche Mittel erscheinen, Selbstreflexion und Selbstfindung zu unterstützen und positiv umzusetzen. Die Interviewten betten ihre Selbstfindungsstrategien, die sie allesamt als „Befreiung“ bezeichnen, jedoch in weitere Annahmen über ihre

---

<sup>6</sup> Name geändert.

eigene innere Verfasstheit ein, die weit über das bislang beschriebene, oberflächlich Wirksame hinaus reichen.

### 2.1. Die Dichotomie des Ichs

Die eben zu Wort gekommene Elektra, die als Ziel ihrer spirituellen Arbeit sieht, „voll“ zu sich „stehen zu können“, verbindet dies mit der Voraussetzung, „zu hundert Prozent frei“ zu werden. Was diese innere Freiheit bedeutet, macht sie im Interview deutlich. Es geht um die Befreiung von übernommenen, verinnerlichten Vorstellungen, die sie zwar in ihrem Selbst trage, die ihr jedoch fremd erscheinen und von welchen sie sich lossagen möchte. Diese ansozialisierten Gefühle überdeckten ihr eigentliches Wesen, ihr idealisiertes Selbstgefühl. Im Bestreben, sich dieser als fremd empfundenen inneren Anteile zu entledigen, betreibt Elektra diverse esoterische Techniken, welche die Vorstellung der inneren Teilung (in ein echtes Ich und eine übernommene Fremdrole) unterstützen und Abhilfe versprechen. Neben Sitzungen zur „Befreiung von Bessenheit“ (in denen davon ausgegangen wird, das „hängen gebliebene Seelen Verstorbener“ sich ihres Inneren bemächtigt haben und mittels bestimmter Techniken zum Verlassen ihrer Person gebracht werden könnten) ist es vor allem die (durch das Hellingersche „Systemische Familienaufstellen“ inspirierte) spirituelle Rollentheorie, mit der Elektra versucht, ein ursprünglich angesehenes inneres Selbst von übernommenen Anteilen zu befreien. Diese, von dem esoterischen Psychoguru Bert Hellinger entworfene, Theorie besagt, dass die einem Menschen in seinem Leben zugehörenden besonderen Erfahrungen bzw. Tätigkeiten lediglich Rollen seien, die durch das Schicksal an den Einzelnen/die Einzelne übergeben würden. Die persönliche Ausführung der Aufgaben durch den Einzelnen/die Einzelne unterliege weniger dem freien Willen (der „illusionär“ sei; vgl. Hellinger / ten Hövel 1997, 162), sondern gehorche viel mehr einer über dem Menschen stehenden, auf ihn wirkenden kosmisch-göttlichen Ordnung.<sup>7</sup> Der einzelne Mensch durchlebe Erfahrung in der Scheinhaftigkeit

---

<sup>7</sup> Als Beispiel für dieses bei Hellinger mannigfach angewendete Denken sei eine Äußerung von ihm über Menschen angeführt, die sich heute um eine Aufarbeitung der deutschen NS-Vergangenheit bemühen: „Auf der Ebene von: ‚Da muss man doch was machen, (...) das darf nicht mehr passieren‘ herrscht die Vorstellung, als hätten die Täter selbstbestimmt gehandelt. Also: Dieser Betrunkene hat das gemacht, oder Eichmann hat die Judenvernichtung organisiert. Ich gehe da auf eine andere Ebene. Ich sehe sie alle auf einer Ebene von Schicksal, das alle (...) handeln (...) lässt. Jeder ist

der Welt, diese diene der spirituellen Reifung der Seele (wodurch dem unbegreiflichen Geschehenen, der unverdauten Erfahrung nachträglich Sinn unterstellt wird). Die Welt sei ein „Art von Bühne“ auf der „jede Seele jede Rolle mal einnehmen will oder, zur Vervollständigung, muss“, wie die Interviewte Elektra erläutert. Die negative Erfahrung sei also lediglich eine Rolle, von der sich die Seele wieder ablösen könne. Hellinger, der Erfinder dieses Denkens, drückt dies in dem perfiden Bild eines Schachspiels aus:

„Das Leben ist das Spiel von einer größeren Kraft. Wenn dieses Spiel aus ist, werden alle Figuren wieder in die gleiche Schachtel gepackt und liegen nach dem Spiel nebeneinander. Wenn man das so sieht, ist das kurze Leben kein Verlust und das lange Leben kein Gewinn.“ „Und es macht keinen Unterschied (...), was in dem Leben passiert ist“ (Hellinger 2001).

Die reale Welt und die Erfahrung darin gerät in dieser Vorstellung zur Chimäre, zur feststehenden unveränderlichen Matrix, auf welcher die eigene Seelenreifung ausgetragen wird.

Die übrigen Interviewten nutzen andere esoterische Techniken, die gleichfalls eine innere Aufspaltung des Selbst suggerieren und eine imaginäre Abspaltung negativer gesellschaftlicher Erfahrung zugunsten eines überdauernden, feststehenden, unveränderlichen Kern des Ichs ermöglichen.

Der Interviewte Thomas Ranke<sup>8</sup> drückt exemplarisch für alle Gesprächspartner das Ziel der esoterischen Innenweltreise aus:

„Selbstfindung, Und das man vor allen Dingen die Fremdeinflüsse mal los wird“.

Spiritualität bedeutet für die Interviewten, sich von gesellschaftlichen Einflüssen in ihrem Innenleben zu lösen, wobei die Auswirkungen der Gesellschaft auf die eigene Psyche durchweg negativ konnotiert werden. In dem Bericht über ein sie nachhaltig beeindruckendes Erlebnis auf ihrem ersten esoterischen Seminar spricht die Interviewte Elvira Böhm sowohl von dem eigenen Ich, dem sie dabei näher kam, als auch von der ständigen Bedrohung dieses Ichs durch die Alltagswelt:

---

ausgeliefert“ (Hellinger / ten Hövel 1997, 160).

<sup>8</sup> Name geändert.

„Da hab ich einfach mich selber ganz intensiv empfunden. Mich selber ganz intensiv gespürt. Mein eigenes Sein. Was, was mein Sein ausmacht, diese zarte Seele, sag ich mal. Oder ich sag vielleicht, die zarte Seele, die kann man nicht in unserem Alltag ständig umeinandertragen, da muss man sich schützen, des ist klar. Trotzdem, äh, möchte ich, dass man seine zarte Seele kennt und, äh, und mit der auch sein darf“ (Elvira Böhm).

Diese schroffe Gegenüberstellung eines „eigentlichen“ Ichs gegen gesellschaftlich geprägte Anteile des psychischen Innenlebens wird durch die esoterischen Ratgeber unterstützt, indem diese die Annahme eines überzeitlich existenten, gleichbleibenden Kern des Menschen behaupten.

## 2.2. Demokratische Anforderungen an die Innerlichkeit des Individuums

Die Interviewten vollziehen in überzeichneter Form nach, was in soziologischen Theorien als innere Verfasstheit des Menschen in modernen, demokratisch-bürgerlich verfassten Gesellschaftsordnungen beschrieben wird.

Die „Identität“ ist – menscheitsgeschichtlich betrachtet – eine junge Art und Weise der inneren Subjektstrukturierung. Zwar liegen ihre Anfänge in der griechischen Antike, jedoch wurde die Notwendigkeit der inneren Spaltung in einen bewusst gesellschaftlichen versus einen unteilbar sich selbst gehörenden, selbstreferentiellen Teil des Inneren erst mit Herausbildung moderner Demokratien abermals relevant. (Luckmann 1979, 293; Giddens 1992, zit. in: Böhme 1996, 329).

Die Herstellung einer identitären Ordnung wird für den Einzelnen/die Einzelne zunehmend zu einer Aufgabe der Selbstbildung und -reflektion; zu deren Fassbarmachung werden Bilder und Begrifflichkeiten etabliert. Der Terminus „Innerlichkeit“ zählt dazu ebenso wie der des „Selbst“.

„Das Innere ist eine Fiktion, die sie (die Modernen; C.B.) konstruiert haben um zu sagen, was in ihnen vorgeht. Aber diese Fiktion ist zugleich auch real: Wir glauben daran wie andere an die Seelenwanderung oder an die magische Kraft der Vorfahren glauben. (...) Ohne die Institutionen der ‚Innenwelt‘ gibt es, soziologisch gesagt, keine ‚Innenwelt‘. Sie wird in einer sozialen Konstruktion produ-

ziert, die einen sozialen Rahmen für ihr Bestehen liefert.“  
(Ehrenberg 2004, 10; 28).

Welches sind nun die sozialen Bedingungen, unter denen die „Modernen“ sich die „Fiktion“ einer „Innerlichkeit“ zurechtlegen? Eines „Selbst“, das es zu erlangen, zu schützen und von anderen Teilen des Ichs abzugrenzen gilt?

Demokratische Gesellschaften bauen sich auf die Vorstellung des mündigen Bürgers auf, der als Souverän in Abstimmung mit den übrigen Gesellschaftsmitgliedern das Fortgehen des Staates gemeinsam bestimmt. Kein Herrscher kann die Gestaltung des Staates alleine für sich beanspruchen; die Legitimität moderner Gesellschaften steht und fällt mit dem rechtlich zugestandenen Anspruch an alle Gesellschaftsmitglieder, den Staat mitbestimmen zu dürfen. Dies setzt eine spezifische innere Konstruktion des Bürgers voraus:

- I) Zum einen muss er sich als *gesellschaftliches* Wesen begreifen, das seine Abhängigkeit vom gemeingesellschaftlichen Leben und Wirtschaften erkennt. Er muss fähig sein, die eigene Rolle in diesem Geflecht aus einem größeren gesellschaftlichen Blickwinkel heraus zu betrachten, muss lernen, von seinem begrenzten gesellschaftlichen Zutun abstrahieren zu können und sich auf dieser verallgemeinerten Ebene um gemeinschaftliche Belange zu bemühen. Dieser Prozess ermöglicht die Betrachtung der eigenen Person von einer gesellschaftlichen Warte aus. Der Einzelne wird zum Objekt seiner Erkenntnis (Mead 1934/1974, 154), betrachtet sich selbst mit dem Blick der formierten Gesellschaft, in die er eingebettet ist. Die Verinnerlichung dieses Blickwinkels auf die eigene Person unter gesellschaftlichen Anforderungen ist Teil der modernen Gouvernementalität (Foucault), in welcher sich die Fremdbeherrschung vor-demokratischer Gesellschaften in eine Selbstbeherrschung der Einzelnen wandelt. „Der Kontroll- und Überwachungsapparat in der Gesellschaft entspricht die Kontrollapparatur, die sich im Seelenhaushalt des Individuums herausbildet“ (Elias 1997, 336).
- II) Zum anderen basiert die Begründung demokratischen Staatswesens auf einem Menschenbild, dem die Individualität und Unantastbarkeit des/der Einzelnen als *Privatmensch* zu Grunde liegt. Das mit dem Terminus „natürliches Recht“ in den Bereich unantastbarer Grundvoraussetzungen gerückte Zusprechen individueller Freiheit für den/die Einzelnen hebt hervor, dass zwischen gesellschaftlichen und individuellen Werten, Vorstellungen und Zielen Differenzen ausgemacht werden. Gründungsvorstellung demokratischer Gesellschaften ist die Individualität des/der Einzelnen, von der aus-

gehend er/sie seine Gesellschaftlichkeit erkennt und diese – unter Zurücknahme bzw. Abänderung eigener Wünsche – lebt. In dieser Darstellung ist bereits eine Tautologie bemerkbar – denn woher kommen die individuellen Vorstellungen des/der Einzelnen, wenn nicht durch seine/ihre gesellschaftlichen Erfahrungen und seine/ihre individuelle Reflektion darüber? Die Vorstellung eines inneren, privat-individuellen Kerns, einer außergesellschaftlichen persönlichen Bastion, von welcher aus die Vergesellschaftung geschieht, kann entweder wiederum nur als gesellschaftlich geprägte gedacht werden, oder aber in der Annahme eines übernatürlich gegebenen Geistes- und Gemütszustandes, der die Unkorruptierbarkeit der Individualität und „privaten“ Existenz endgültig absichert.

### 3. Selbstsorge versus Selbstfindung. Esoterische Konstruktion der Innerlichkeit

Nicht erst die Moderne müht sich um diese Anforderungen, unter welchen Menschen fähig sind, demokratisch zu leben und zu agieren. Die erste historische Auseinandersetzung mit diesem Selbstbildungsanspruch findet sich in den antik-griechischen Überlieferungen Platons. Sein Lehrer Sokrates befasste sich mit eben jener Frage, was den Menschen im Innersten ausmache, was die „Seele“ jenseits gesellschaftlich geformten Selbstbildes sei. Für Sokrates – so ist aus den Aufzeichnungen Platons über seinen Lehrmeister zu erfahren – war die Herausbildung und Bewusstmachung einer Innerlichkeit, eines eigenen Standpunktes unabhängig von gesellschaftlich zugewiesenen die Voraussetzung, um ein „mündiger“ Bürger zu sein, also einer, der die Geschicke der Gesellschaft aktiv formend gestalten könne. Die Sorge um sich selbst, die eigene innere Verfasstheit, war bei Sokrates die Voraussetzung dafür, politisch handeln zu können: Eine Achtsamkeit gegenüber der eigenen Person als Grundlage der Polis. Den Prozess der Herausbildung dieser bürgerlichen, autonom denkenden und handelnden Persönlichkeit nennt Platon „Selbstsorge“, und es ist für ihn ein wahrhaft gesellschaftlicher Prozess, der nur durch den Austausch mit der und die Reflektion über die Gesellschaft gelingen könne.

Im Hinblick auf die modernen esoterischen Lebenskünstler lässt sich feststellen, dass diese mit dem Pochen auf eine „Innerlichkeit“, welche in Differenz zu gesellschaftlich geformten inneren Prozessen, Gedanken und Gefühlen steht, durchaus im Trend der Identitätsbildung der Zeit liegen. Sie unterscheiden sich jedoch grundsätzlich von dem von Platon – und im 20. Jahrhundert von Foucault für den modernen Menschen abermals als notwendig angemahnten –

Prozess der Herausbildung dieser Innerlichkeit. Die modernen Esoteriker lehnen es schroff ab, ihren inneren „Seelenkern“ als jeweiliges Zwischenergebnis des Austausches mit der Gesellschaft zu begreifen. Gesellschaft ist ihnen ein negativ belegter Begriff, das Gegenstück zu ihr besteht in einer inneren Freiheit von ihr, die auf den vermeintlichen Seelenkern projiziert wird. Die Interviewte Elektra definiert ihre esoterische Praxis als „Seelenarbeit“, diese bedeute: „du schaffst es dich von all diesen alten Dingen zu lösen und kannst dann einfach des sein, was du bist“.

Die Seele wird von den interviewten esoterisch Praktizierenden in den Bereich einer überzeitlich gültigen Existenz gerückt. Mit ihr sei der Mensch bereits in dieses Leben hineingeboren, habe zuvor andere „Inkarnationen“ durchlebt, auch nach dem Tod würde sie unverändert weiterbestehen und abermals wiedergeboren werden. Der Kern des Selbst wird so metaphysisch – entgegen der de-fakto erlebten Unsicherheit seiner Beständigkeit – abgesichert.

Anders als im Gedanken der „Selbstsorge“ nach Platon muss der Kern des Subjekts nicht in aktiver Auseinandersetzung, in reflexiver Durchdringung des eigenen gesellschaftlichen Status erfolgen. Im sokratisch-platonischen Sinne muss der Mensch im sozialen Dialog erlernen, die eigene Wahrheit in sich selbst zu erkennen, um die Tätigkeit des „Wahrsprechens“ (Foucault 1996/1983, 176) ausüben zu können, welche zur Kunst der guten Staatsführung nötig sei.

Auch in der gegenwärtigen esoterischen Rezeption wird zugestanden, dass die Seele sich „entwickele“ (was der an anderen Stellen oftmals vorgetragene Vorstellung einer Konstanz der Seele, eines „Zurückwollen“ zu ihrer „Ursprünglichkeit“ zunächst logisch zu wider läuft<sup>9</sup>). Sie entwickle sich sogar mit Hilfe gesellschaftlich angetragener Problemstellungen. Eine Reflexion über den eigenen Standpunkt der inneren Wahrheit im Verhältnis zum gesellschaftlich Erfahrenen erfolgt jedoch ausschließlich unter den Prämissen der Richtigkeit des real Erfahrenen. Die gesellschaftlichen Realitäten werden sakralisiert. Sie sind gleichzeitig *Schein* und *Wahrheit*. *Wahrheit* in dem Sinne, dass sie die für das jeweilige Individuum schicksalhaft vorgezeichneten Entwicklungsaufgaben bereithielten; sozusagen individuell vom Schicksal für den jeweiligen Menschen

---

<sup>9</sup> Mit der spirituellen Evolutionstheorie, in welcher von einem einstig spirituell hochstehenden Menschengeschlecht ausgegangen wird, welches degeneriert sei und allmählich wieder zu seiner vollen spirituellen Entfaltung aufsteige, löst sich dieser Widerspruch auf (vgl. Barth 2009, 54).

bereitgestellt werden. Sie seien also die exakt richtigen und nicht zufällig bzw. durch Kontingenz oder historische Bedingungen gegeben. Sie werden zur schicksalhaft gegebenen, unhinterfragt anzunehmenden Matrix spiritualisiert. *Schein* sind die gesellschaftlichen Bedingungen insofern, als dass sie keine objektive Gültigkeit zugesprochen bekommen, sondern ihre Existenz und Bedeutung nur als Aushandlungsbasis der individuellen karmischen Reifung anerkannt wird.

„Du wirst in `ne, in `ne Umgebung geboren, die, die des ist  
was Du bist, ja“ (Mona).

Der Prozess der esoterischen Selbstfindung hat das Ziel der Minimierung innerer Reibungsflächen zur vorgefundenen Realität.

„Die Frage hinter allem: Wie kann ich 's besser machen?  
Dass, dass ich, ähm - äh. Ja, da., dass ich nicht mehr diese  
Leidensform hab, von vielen Dingen, ja. Dies ist eigentlich  
der Hintergrund, warum ich mich beschäftige“ (Mona).

Gelernt, seine einstigen inneren Fluchtversuche aus der gesellschaftlichen Realität zu minimieren und „alles annehmen“ zu können, „wie es ist“, hat auch der Interviewte Erwin<sup>10</sup>:

„Ich hab halt die Menschen nie verstanden, in dem, was sie  
machen, und warum sie so ne schrägen Sachen machen.  
Wo sie sich verletzen, und andere unterdrücken, und. Ich  
hab`s nie verstanden (...) Und da hatte ich einfach den Bo-  
den verloren. Ich hatte keinen Kontakt mehr zu dieser  
Spezies“.

Mittels Qi-Gong und dem dadurch vermittelten spirituellem Denken hat Erwin gelernt, seine eigenen Widerstände zu reflektieren und zu bearbeiten. Reflektiert hat er sie nicht vor der Basis der Herausarbeitung eigener Werte und Positionen im Bezug zu gesellschaftlich Angetragenen, sondern reflektiert hat er seine innere Differenz zum Bestehenden vor der Matrix, dieses als karmische Prüfungsaufgabe zur individuellen Anpassung zu verstehen. Heute kann er die Welt akzeptieren, wie sie ist:

---

<sup>10</sup> Name geändert.

„Und mittlerweile, weißt du, kann ich auf jeden zugehen, mit ihm reden, offen, auch wenn ich weiß irgendwie, dieser Mensch ist schizophran, hat seine Kinder misshandelt, und deswegen muss ich den jetzt betreuen, und ich kann trotzdem offen und frei mit dem reden. Und, und sagen, das ist o.k.“

Die Selbstreflektion unter esoterischen Vorzeichen erfolgt, wie oben gezeigt, unter der Prämisse der prinzipiellen Unantastbarkeit der Verhältnisse. Zwar werden individuelle Gestaltungslücken gesucht und mit einer neuen authentischen Handlungsfähigkeit auszufüllen versucht (siehe 2.), jedoch verbleiben die Gestaltungswünsche auf dem individuellen Nahbereich. Kaum wird das eigene Leben, werden die eigenen Vorstellungen und Beteiligungswünsche auf abstrakt gesellschaftliche Ebene gehoben und reflektiert. Damit stellt esoterische Selbstfindung das Gegenstück zur Selbstsorge dar, wie Foucault sie im Anschluss an Platon als Grundfähigkeit des demokratischen Menschen beschreibt.

#### 4. Esoterische Strategien als Empowerment für den Alltag?

Die Interviewten geben an, mittels esoterischer Selbstfindung ihr Interaktionsvermögen im Alltag verbessert zu haben, erfolgreicher zu sein. Zwar hat keiner/keine der Interviewten seine/ihre Probleme dauerhaft gelöst, jedoch habe Esoterik ihnen nach eigener Aussage das Leben erleichtert. Esoterik dient ihnen als ständige Begleiterin im Alltag:

„Des gehört so in mein Leben rein, weil es mich nährt und mich trägt und mich hält“ (Elvira Böhm).

Wie in Punkt 2 dargestellt, eröffnen esoterische Praktiken den Freiraum für die Interviewten, eigene Gefühle und Wahrnehmungen verstärkt zu erfahren und zuzulassen, wodurch im geschützten Rahmen eine authentische Interaktionsfähigkeit einstudiert wird. Die Übertragung dieser Muster auf den Alltag ermöglicht erfolgreicheres Handeln, da die entgrenzenden Lebens- und Arbeitsbedingungen (siehe Punkt 2) permanente Einbringung innerer Motivation und echter Anteilnahme abverlangen. Dies kann authentisch nur dann gelingen, wenn die fremdreferentiell gesteckten Ziele zu den eigenen gemacht werden.

Ehrenberg (2004) analysiert die moderne Massenkrankheit der Depression als Folge der Überforderung der/des Einzelnen, permanent „sich selbst“ in den Verwertungsprozess einbringen zum müssen, um die immer höher gesteckten Ziele des beschleunigten Marktes erreichen zu können – bei Gefahr des sozia-

len Ausschlusses, so der Einzelne hinter den Anforderungen zurück bleibt. Esoterische Strategien können als individuelle Gegenmaßnahme verstanden werden, um dem „erschöpften Selbst“ (Ehrenberg) und damit der Kapitulation vor den Anforderungen an das „Selbst“ entgegenzuwirken. Der Preis, den die esoterischen Wege der Stärkung des authentischen Selbst kosten, ist hoch. Er besteht in der Umdeutung eigener Wertvorstellungen, der Suggestion von permanenter Handlungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit, die letztlich eine Unterwerfung unter das Bestehende meint und nur durch Selbsttäuschung gelingt. Das Beispiel der Interviewten Elektra gibt Aufschluss darüber, wie mittels esoterischer Umdeutung eine Selbstermächtigung über das eigene Leben unter Ausblendung realer gesellschaftlicher Auseinandersetzung vermeintlich gelingt.

Elektra berichtet über Erfahrungen des Scheiterns an beruflichen Zielen, die sie als „Opfererfahrung“ beschreibt, da sie sich von Kollegen gezielt in eine „Falle“ geführt sah. Im Laufe des Interviews nimmt sie jedoch esoterische Umdeutungen dieses Misserfolges vor. Der wahre Grund für ihren Karriereknick liege in einer Seelenstruktur, die sie aus vergangenen Leben mit in diese Existenz gebracht habe. Sie sei in einem vergangenen Leben eine „weise Frau“ gewesen, die wegen ihrer großen Kenntnisse um Kräuterheilkunde von der katholischen Kirche ermordet worden sei.<sup>11</sup> Um im jetzigen Leben „groß“ herauskommen zu können, müsse sie die Erfahrung aus ihren Vorleben auflösen. Die tatsächlichen Geschehnisse im Beruf geraten in ihrer Auseinandersetzung mit dem Erlebten in den Hintergrund. Die Kollegen und die Struktur der Firma werden zur Matrix des eigenen Karmas. Durch eine verstärkte Befassung mit ihrem inneren Potential und dessen Hervorkehrung hofft Elektra, die nächste Auseinandersetzung besser bestehen zu können. Die tatsächliche Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Akteuren (Chef/Kollegen) über die Geschehnisse (berufliche Intrige) bleibt Elektra erspart; durch die Umdeutung der Problemlage auf in-

---

<sup>11</sup> Diese positive Bezugnahme auf mittelalterliche Glaubensvorstellungen, die entgegen dem katholischen Kanon standen, ist in der esoterischen Szene beliebt. Das Vorgehen der katholischen Kirche gegen so genannte Ketzer und Hexen, das auf die Ausschaltung konkurrierender Macht- und Glaubensgruppen zielte, wird in der heutigen Esoterik auf ein Vorgehen der Kirche gegen heidnische Glaubensvorstellungen sowie Naturheilkunde reduziert, was als Projektion eigener Interessenslagen in das historische Gedächtnis zu verstehen ist.

nersubjektive Defizite (aus vergangenen Leben) fühlt sie eine subjektive Handhabbarkeit ihrer Probleme gegeben, die den gesellschaftlichen Aspekt ausblenden hilft.

Da die Interviewten durch die erlernten esoterisch unterstützten Selbststeuerungstechniken ihr inneres Potential aktivieren können, hoffnungsvoller ins Leben gehen, erfüllen die genannten Techniken der Selbstoptimierung das, was in der gegenwärtigen psychosozialen Landschaft oftmals unkritisch mit dem Konzept des „Empowerment“ umschrieben wird:

„Empowerment bezeichnet den Prozess, durch den Menschen in die Lage versetzt werden, ihre je individuellen Handlungsmöglichkeiten in einer sozialen Situation zu (er-)kennen und im Zusammendenken mit den eigenen Ressourcen und Kompetenzen auch zu ergreifen. Der zentrale Aspekt der Empowermentperspektive für die psychosoziale Arbeit besteht darin, Arbeitshaltungen zu entwickeln, die es ermöglichen, soziale Kräfte bei den Klienten zu wecken oder sie zu entdecken. (...) Unter Empowerment können alle Möglichkeiten verstanden werden, die es Menschen ermöglichen, Kontrolle über ihr Leben zu gewinnen und sie bei der Beschaffung von Ressourcen zu unterstützen. (...) Individuelle Empowermentprozesse zeigen die andere Seite der weitverbreiteten ‚erlernten Hilflosigkeit‘ – Gegenkonzept ist nun die ‚erlernte Hoffnungsfreudigkeit‘“ (Pankofer/Weber 1998, 117f).

Dienen also esoterische Konstrukte zum Empowerment des authentischen Selbst, um den Anforderungen an die moderne Subjektivierung und Entgrenzung des Alltags zu meistern und dem „erschöpften Selbst“ vorzubeugen? Sie dienen dazu, jedoch kostet dieser Weg die Individuen die Aufgabe ihrer gesellschaftlichen Gestaltungskraft und leitet sie in eine Individualisierung ihrer Problemlagen. Im Sinne des modernen „unternehmerischen Selbst“ (Bröckling) können sie so im Alltag bestehen, Selbstbestimmung reduziert sich jedoch auf die gefühlte Autonomie im eigenen Selbst, real besteht sie in der Umdeutung eigener Vorstellungen. Gesellschaftliche Mitbestimmung ist aus dem esoterischen Blickwinkel nicht einmal mehr denkbar.

## Autorin

Dr. des. Claudia Barth, Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
Arbeitsbereich Religionspsychologie; Jugend- und Erwachsenenbildung  
E-Mail: cclaudiabbarth@gmx.de

## Literatur

- AGPF – Aktion für Geistige und Psychische Freiheit, Bundesverband Sekten- und Psychomarktberatung e.V. (10.03.2000). Bonn. Zahlen zum Psychomarkt; in: <http://www.agpf.de/Zahlen.htm> (28.02.2010)
- Barth, Claudia (2009). „Boden unter den Füßen spüren“. Zur versuchten Verteidigung der Subjektivität mittels New-Age. Dissertation an der Ludwig-Maximilians-Universität München
- Böhme, Gernot (1996). Selbstsein und derselbe sein. Über ethische und sozialtheoretische Voraussetzungen von Identität; in: Barkhaus, Anette / Mayer, Matthias / Roughley, Neil / Thürnau, Donatus (Hg.) (1996). Identität, Leiblichkeit, Normativität. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, S.322-340
- Bröckling, Ulrich (2007). Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform. Frankfurt a. M.: Suhrkamp
- Deutscher Bundestag, 13. Wahlperiode (Hg.) (1998). Endbericht der Enquete-Kommission „So genannte Sekten und Psychogruppen“. Drucksache 13/10950 vom 09.06.1998. Bonn
- Ehrenberg, Alain (2004). Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt a. M. / New York: Campus
- Elias, Norbert (1997). Über den Prozess der Zivilisation. Band 2. Frankfurt a. M.: Suhrkamp
- Evangelische Landeskirche in Württemberg (Hg.) (2007). Handbuch für Kirchengemeinderäte. Kapitel 7. Neue religiöse Bewegungen und Sondergemeinschaften; in: [http://www.elkwue.de/fileadmin/mediapool/elkwue/handbuch\\_fuer\\_224.pdf](http://www.elkwue.de/fileadmin/mediapool/elkwue/handbuch_fuer_224.pdf) (24.09.09)
- Foucault, Michel (1996). Diskurs und Wahrheit. Die Problematisierung der Parrhesia. Berkeley-Vorlesungen 1983. Berlin: Merve Verlag
- Giddens, Anthony (1992). Modernity and Self-Identity. Self and Society in the late Modern Age. Oxford: Polity Press
- Hellinger, Bert im Interview mit Harald Hohnen (26.06.2001): Erfahrungen aus letzter Zeit. Berlin; in: [http://www.hellinger.com/deutsch/tunnel/tunnelframe\\_deutsch.html](http://www.hellinger.com/deutsch/tunnel/tunnelframe_deutsch.html) (03.01.2002)
- Hellinger, Bert / ten Hövel, Gabriele (1997). Anerkennen, was ist., München: Kösel Verlag

- Jochum, Georg (2009). Subjektivierung zwischen hybridem Subjekt und Frontiersubjekt; in:  
[http://www.arbeitenundleben.de/downloads/4818\\_Jochum\\_Subjektivierung.pdf](http://www.arbeitenundleben.de/downloads/4818_Jochum_Subjektivierung.pdf) (14.10.09)
- Keupp, Heiner / Ahbe, Thomas / Gmür, Wolfgang / Höfer, Renate / Mitzscherlich, Beate / Kraus, Wolfgang / Straus, Florian (2002). Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne, Reinbek bei Hamburg: Rowolth
- Luckmann, Thomas (1979). Persönliche Identität, soziale Rolle und Rollendistanz; in: Marquard, Odo / Stierle, Karl-Heinz (Hg.) (1979). Identität, Poetik und Hermeneutik VIII. München: Wilhelm Fink Verlag, S.293-313
- Mead *siehe* Morris
- Morris, Charles W. (Hg.) (1974). Mead, George Herbert: Mind, Self, and Society. From the standpoint of a social behaviourist. London: University Press, Chicago. (Originalausgabe 1934)
- Ottomeyer, Klaus (1992). Prinzip Neugier. Einführung in eine andere Sozialpsychologie. Heidelberg: Roland Asanger Verlag
- Pankofer, Sabine / Weber, Klaus (1988). Empowerment; in: Grubitzsch, Siegfried / Weber, Klaus (Hg.) (1988). Psychologische Grundbegriffe. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, S.117f
- Stenger, Horst (1989). Der "okkulte" Alltag. Beschreibungen und wissenssoziologische Deutungen des "New Age"; in: Zeitschrift für Soziologie, Jahrgang 18, Heft 2, (April 1989). Bielefeld, S.119-135
- Voß, Günter im Interview mit Stephan Kaufmann (2006). „Die Unternehmen wollen die Seele der Menschen“. Industriesoziologe Voß über Verantwortung, Selbst-Ausbeutung und den Verlust von Privatleben; in: Berliner Zeitung, 29.05.2006

#### **Online zugänglich unter:**

- Barth, Claudia (2010): Esoterische Selbsthilfe: Neue Wege zu Selbstsorge und Empowerment oder Preisgabe von Selbstbestimmung. In: bildungsforschung, Jahrgang 7, Ausgabe 1, URL: <http://www.bildungsforschung.org/>