

Hat der Islam eine andere Seele und braucht es deshalb andere Therapieformen?

Triangulierende Zugänge aus grounded theory, Ethnographie, Bindungstheorie, Bewusstseinsforschung, klinischer Erfahrung mit seelischer Zerstörung

Nicola Sahhar

Vortragsstruktur

- Vorbemerkungen
- Bewusstsein, Wahrnehmung, Gefahr
- Prozess vs. Struktur
- Kultur & Normalität
- Forschungsansätze (grounded theory, Ethnographie)
- Aspekte der Seele im Islam
- NATUR, STRUKTUR, DYNAMIK, STUFEN, ENTWICKLUNG
- Qur'anische Therapie
- Schlussfolgerungen

Vorbemerkungen

- Was hat mich zur Beschäftigung mit dem Seelenbild im Islam veranlasst?
- Meine klinische/supervisorische/lehrende Erfahrungen mit Mu-Ki-Interaktionen, Psychosen, Traumata, Gewalt
- Nicht Verstehen als Ausgangspunkt
- Interesse an Großgruppenprozessen, Organisation von Kulturen
- Vergleich von Kulturen (Bindungsforschung, Filmbetrachtung)

Bewusstsein, Wahrnehmung, Gefahr

- Leben ist auf vielfältige Weise gefährlich.
- Die einzige Gewissheit ist, dass das Leben endet (Religionen kreieren eine Gewissheit für die Zeit nach dem Tod)
- Lebenserfahrung ist bestimmt von Ungewissheit

Bewusstsein, Wahrnehmung, Gefahr

- Menschen sind stets und ständig mit Vorhersagen beschäftigt „controlling hallucination of our perceptual world has been designed by evolution to enhance our survival prospects“ (Seth, 2022)
- Deshalb haben wir Regeln, Vorsorgeuntersuchungen, Erziehungs-, Moralvorstellungen, Vorstellungen von ‚Reinheit‘ usw.

Prozess vs. Struktur

- Wahrnehmung ist ein generativer, kreativer Akt, mittels aller Sinne, Tag und Nacht
- Im Kontext von Ungewissheit kreieren wir Gewissheiten, Vergegenständlichungen (reification)
- z.B. Das Selbst, das Ich, seelische Struktur, Nationalität, Metatheorien vom Seelischen

Kultur & Normalität

- Das geschieht meist unbewusst, prozedural, implizit im zwischenmenschlichen Kontext (wir kommen nicht als Deutsche, Österreicher, Araber etc. zur Welt, sondern als Kinder)
- Kulturen enthalten implizite Regeln, Normen, Verhaltensweisen, die mit ihren jeweiligen Gefährdungen und dem Schutz davor - meist unbewusst - verbunden sind
- Kulturen sind in der Regel um traumatische, gefährdende Erfahrungen mehrerer Generationen organisiert.
- Daher gibt es diverse kulturelle ‚Normen‘ und Normalität, als alltäglich und wie ‚schon immer existent‘ behandelt

Grounded Theory

- open coding: Identifizierung und Benennung von Einheiten eines Transkript (Wort, Phrase, Satz)
- Beziehung zueinander wird festgehalten
- Konstruktion theoretischer Kategorien
- Neue Interviews zur Erhellung gefundener Kategorien - bis keine neuen Kategorien zu finden sind

Grounded Theory

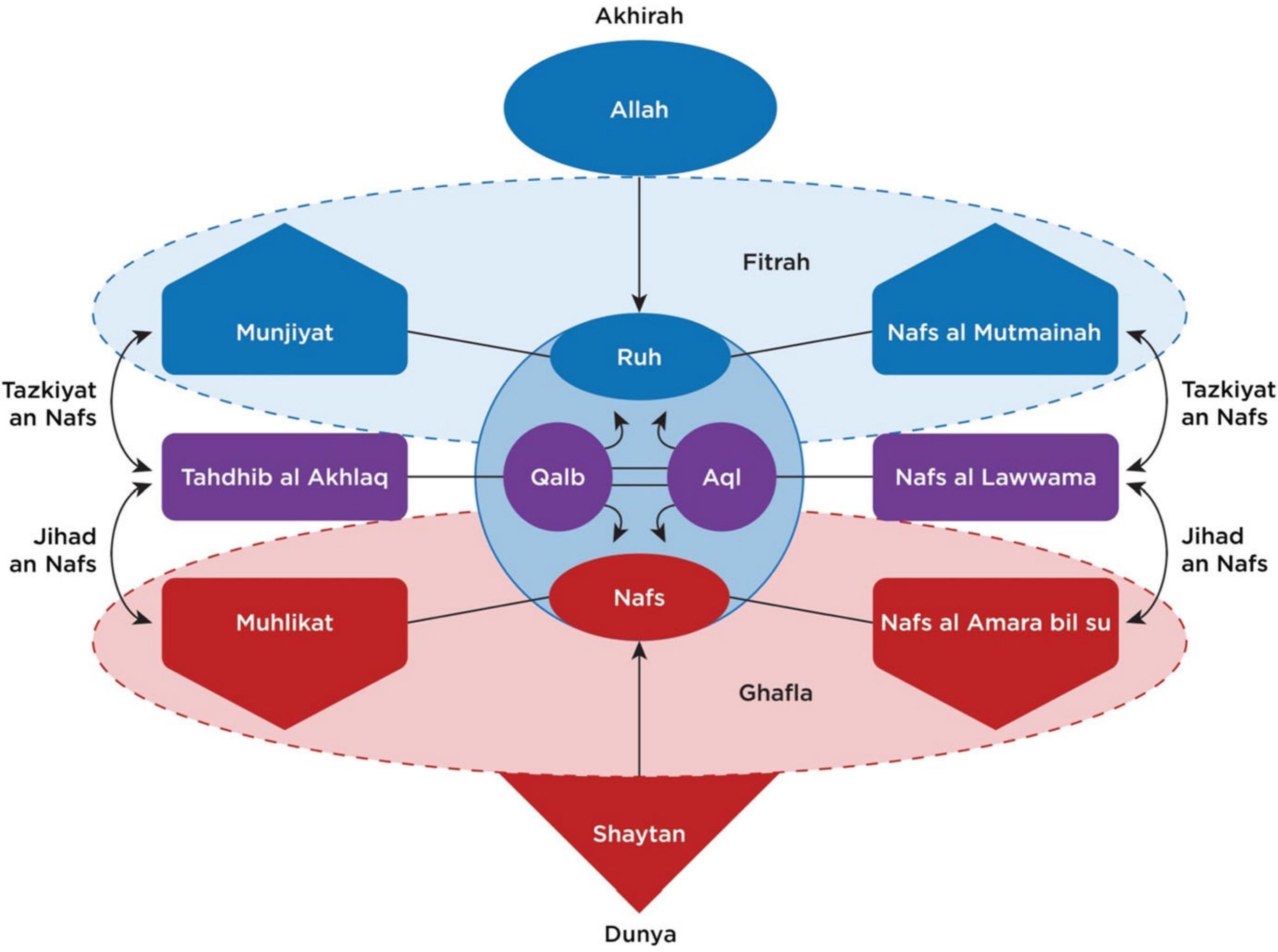
- Modell aus der Sicht Islamischer Paradigmen
- Nicht: Testung einer Hypothese/Theorie, sondern
- Entwicklung einer Theorie basierend (grounded) auf den empirischen Daten

Ethnographie

- Ethnologie (Völkerkunde)
- Der Anthropologie (Menschenkunde)
übergeordnet
- ethnos=fremdes Volk + graphe=Schreiben
- Beschreiben und Verstehen sozialer,
politischer und kulturelle Organisation
einer bestimmten Gesellschaft
- Analog teilnehmender Beobachtung, auch
immer ein Teil des Ergebnisses

Aspekte der Seele im Islam

- NATUR
- STRUKTUR
- DYNAMIK
- STUFEN
- ENTWICKLUNG



Natur der Seele

NATUR - Fitra(h)

- fitrah: interner Kompass, Abstimmung
- Alle Menschen mit gesunder fitrah erschaffen
- Rein, Göttliche Natur/Schöpfung/Einheit
- unterhalb der Seele: unbewusste Neigung zu/und Wissen um Gott
- **dunya** (Welt) als Ablenkung (Trieb?), damit nicht mehr im Einklang mit fitrah

Struktur der Seele

- **nafs** (niedere Seele): reales spirituelles Wesen, das den Körper bewohnt, hat Tendenz zur dunya, Welt (Ich)
- motiviert durch Wut, Begehren und verzehrende Trauer, aber auch Sitz der Wahrnehmung, der physischen Bewegung, Atmung und der metaphorischen Bewegung von Streben und Sehnsucht/Verlangen
- Moralische Zentrum der Seele

Struktur der Seele

- **qalb** (Herz): 2 Richtungen. **Dunya** oder **Allah**. Etymologische Bedeutung von qalb: drehen, wenden.
- Ort des Bewusstseins, der Unterscheidung. Metaphysischen Zentrum des Seins, Ort an dem der Charakter geformt wird (**Akhlaq**).
- Aber auch organisch, den Puls des Lebens und die Zirkulation des Blutes beherbergend.

Struktur der Seele

- **aql** (aktiver Verstand, kognitiv).
Unterscheidungsfähigkeit.
Teil des Herzens (nach Quran und al-Ghazali, persischer islamischer Theologe, Philosoph und Mystiker, 1055-1111)
- **ruh** (Geist): enthält Spuren/Eindrücke Gottes. Direkter Kontakt zu Gott (unsterbliche Essenz Gottes). Durch göttliches Wissen. Ort der Heilung. Unveränderlich. Ort der Geister (jinn)

Dynamik der Seele

- Alle Aspekte der Seele sind ständiger Veränderung ausgesetzt (außer **ruh**), dadurch Entwicklung.
- Anstrengung, **qalb**, **aql** und **nafs** in Einklang zu bringen und auf dem richtigen Pfad (zu Gott) zu belassen.

Stufen der Seele

- 3 Hauptstufen (5-7 werden angenommen)
- **nafs al ammarah** (Seele mit Neigung zum Bösen)
- **nafs al lawwama** (selbst-anklagende Seele)
- **nafs al mutmainah** (in sich ruhende Seele)

nafs al amarah

nafs al amarah: Seele mit Neigung zum Bösen

- nicht Böse an sich, sondern verankert im Egoismus
- Tendenz zur Individuation, damit Gott nicht beachtend,
- Zustand der **ghafla**: Achtlosigkeit, Gottvergessenheit

nafs al lawwama

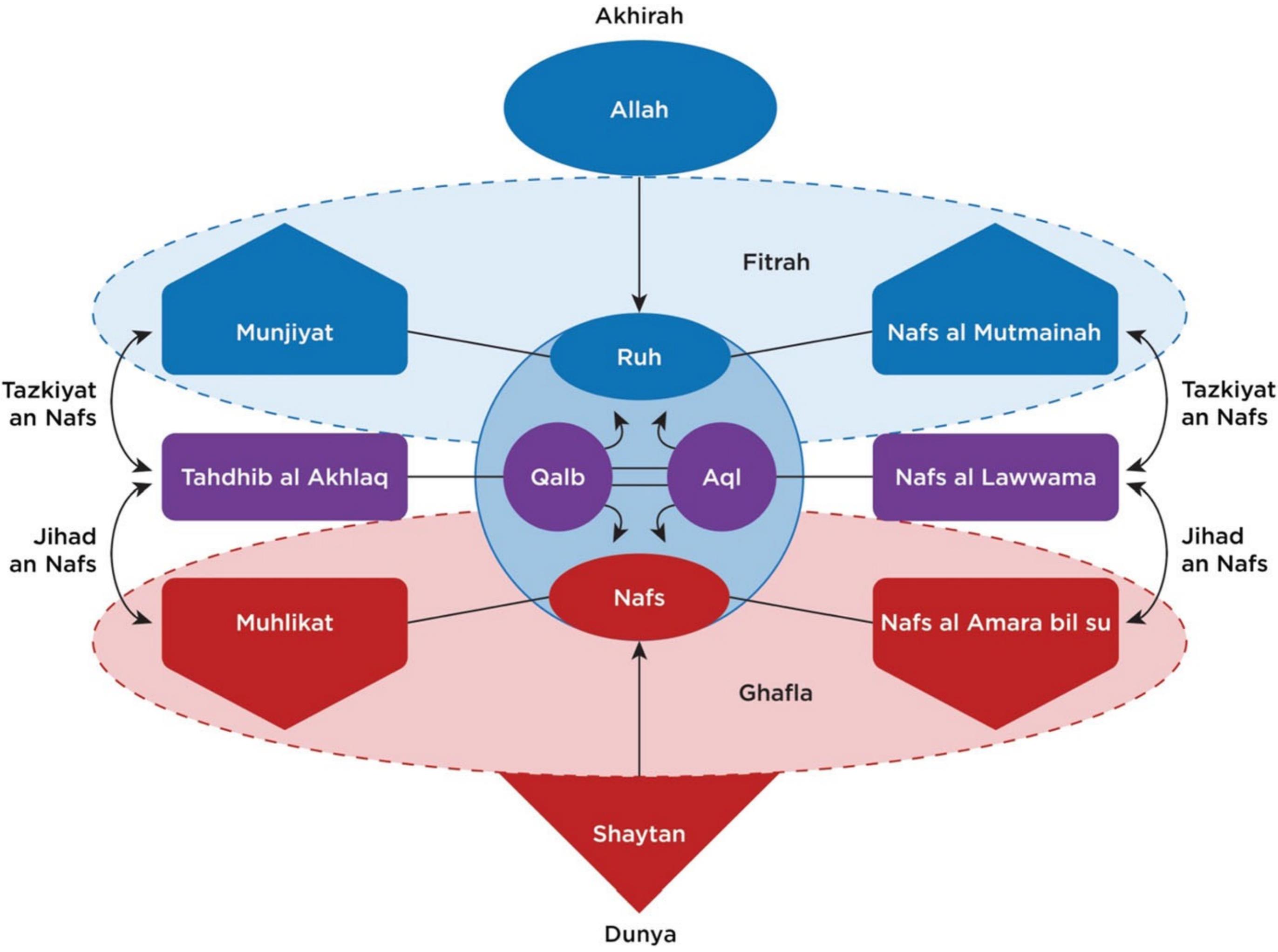
nafs al lawwama: selbst-anklagende Seele

- Stufe in der der Hauptbestandteil der ‚Seelenarbeit‘ stattfindet.
- Ort und Kampfgebiet gegen den Abwärtszog von **nafs**, dunya und **shaytan**.
- In Richtung von **ruh**, akhira (Leben nach dem Tod) und Gott durch Eifer und Selbst-Achtsamkeit.

nafs al mutmainah

nafs al mutmainah: in sich ruhende Seele

- selten zu erreichende Stufe
- selbst wenn, Sturz auf tiefste Stufe bei mangelnder Selbstdisziplin möglich
- eher ein Ideal, aber bedeutsames Ziel.



Entwicklung der Seele

- Menschliches Leben (unvermeidliche Veränderung, Ungewissheit): Ziel und Gelegenheit zur Reinigung der Seele
- Entdeckung der inneren fitrah durch die Reinigung der **nafs**
- Reinigung des Spiegels (**nafs**), um Herz zu reinigen und dadurch **fitrah** zu erkennen.
- **Dunya** beeinflusst nafs. Kampf/Ringen (jihad) um nafs ist Ziel.
- Konformität mit islamischen Tradition als islamisches Trainingsziel der nafs, z.B. durch Q'uranische Therapie

Qur'anische Therapie

- Imagination (bejahende, bestätigende Bilder) ist zentral. Zentral für das Herz (Affekt)
- als Fähigkeit der Seele und
- als autonomer Bereich kosmischer Existenz
- Bilder haben eine gestaltende und einwirkende Kraft auf den Lebensweg und Charakter (transformativ). Beeinflussen das Herz
- Ethische Kraft

Qur'anische Therapie

- Rezitation des Quran: Liturgie der ruqya (Exorzismus, Jinn/Dschinn)
- Kur
- Moralische Ermahnung/Ermunterung
- Öffnung einer Stufe der Seele
- Überlassung der Führung durch einen anderen.
Braucht Maß an Vertrauen
- Unsichtbare Präsenz erhält Raum, das Leben des Patienten zu erzählen

Qur'anische Therapie

- Imagination (vs. irdisch, gegenständlich) vermittelt zwischen Seele, der externen Welt via Sinne und der Erfahrung jenseits sensorische Perzeption - die unsichtbare Welt ('alam al-ghayib)
- Welt der Engel, spirituelle Welt
- Bereich des Unbewussten (ohne Bewusstsein) (?) aber Wirksamen
- Unbekanntes Unsichtbares umfasst Weltliches (temporär und über Kontingenzen erfassbar) und weist darüber hinaus.
- Weltliches entspricht dem Schatten Gottes
- Schlaf als vorübergehender Tod, um träumend (imaginativ) mit Allah in Verbindung zu treten

Unterschiede

- nicht: Erhöhung der Arbeitsfähigkeit, Partizipation am Arbeitsmarkt, Erlangung persönlicher Zufriedenheit, nicht Produktivität
- ganzheitlich
- Studium des nafs nicht als Selbstzweck, sondern Konzept des Spiegels, um das göttliche Licht zu reflektieren
- nicht die Person selbst soll ‚glänzen‘, kein Stolz
- nicht Individualität und Subjektivität im Vordergrund
- Individualität ist Einengung, Stauung vom Sog der Welt und nicht Expansion zum Göttlichen

Unterschiede

- Reinigung als Prozess um in Einklang mit ursprünglich Reinem zu gelangen
- Imagination ist keine Phantasietätigkeit, keine mentale Repräsentation, sondern Prozess und Begegnung
- Imagination als positive, bestätigende Bebilderung (suwar ijabiyya), lebensbejahend und damit die göttliche Wahrheit bestätigend als Ankerpunkt und Leitlinie des Lebens
- Imagination ist nicht Bestandteil des Geistes (aql) sondern vom Herz (qalb)
- Herz als spirituelles Organ, Tor zum Wissen, Öffnung zum Unsichtbaren (z.B. arabische Prosa, Liebeserklärung)

Unterschiede

- Leiden der Seele entsteht durch Gefangensein, Unterdrückung, Erstickung der Seele, die nicht mehr expandieren kann
- Autonomie ist Gefahr,
- weil es Abgrenzung beinhaltet und Neid bewirken kann
- Abgrenzung ist Gefahr vom Göttlichen entfremdet zu werden und sich einzuschränken

Warum dieser Vortrag?

- „Es mussten noch Hunderte Stunden mit Gesprächen vergehen, bis ich - einige Jahre später - Palästinensern emphatisch zuhören und ohne Abwehrreflexe ihre Sicht auf den Nahostkonflikt akzeptieren konnte. Erst allmählich konnte ich die »die Geschichte des Anderen kennen lernen« (...).“ (Mendel, 2023 *Über Israel Reden*)
- Dieser Vortrag ist eine Einladung, sich des eigenen Blickes im Anblick des Fremden (in diesem Falle islamischen Fremden) gewahr zu werden, um in die Lage zu kommen, die Perspektive des anderen als genauso real zu akzeptieren

Schlussfolgerungen

- Religionen bieten Regeln, Orientierung, ‚Theorien‘ an über Leben, Entstehung, Untergang und wie man sich schützt
- Autonomie und Individuation sind im Orient geradezu eine gefährliche Bewegung (im Gegensatz zu der westlichen Idee, alleine klar kommen zu müssen; welche Gefahr versuchen Wir zu bewältigen?)
- Können wir die Momente, in denen unsere Theorie, Technik, Medikament, Idee nicht funktioniert als Gelegenheit nutzen, eine neue Gefahr und eine neue Idee des Schutzes vor Gefahr zu entdecken?
- Fragen Sie als Behandler:in die Betroffenen, ob diese sich schon einmal einer Q’uranischen Therapie unterzogen haben oder über sich ergehen lassen mussten.
- Brauchen wir also eine andere Form der Therapie?

DANKE!

nsahhar@mac.com

Literatur

- *Atwood, George, 2017: Der Abgrund des Wahnsinns. Psychoanalytische Erkundungen von Erfahrungen seelischer Zerstörung. Psychosozial Verlag, Gießen.*
- *Coyl, A., Rothman, A.: (2018): Toward a Framework of Islamic Psychology and Psychotherapie: An Islamic Model of the Soul. Journal of Religion and Health 57: 1731-1744*
- *Gandolfo, St. (2018): Knot of the Soul. Madness, Psychoanalysis, Islam. The University of Chicago Press, Chicago and London.*
- *Mendel, Meron (2023): Über Israel reden. Eine deutsche Debatte. Kiepenheue & Witsch*
- *Seth, Anil, (2021), Being you. A new science of consciousness. Pinguin Random House, USA*
- *Stokowy, M. & Sahhar, N. (Hrsg.), 2012: Bindung und Gefahr. Das Dynamische Reifungsmodell der Bindung und Anpassung (DMM). Psychosozial Verlag, Gießen*