Wie kommen wir zu Werten und Wertentscheidungen? Warum wir (unter anderem) eine Kultur des Geistes brauchen

Description

Zusammenfassung eines Vortrages gehalten am 22.Mai 2014 anlÃ¤sslich des 30. jÃ¤hrigen Bestehens der Oberbergkliniken auf dem Symposion â??Psychosomatik 2020â?? in Berlin.

Es ist eine Binsenweisheit: jede Handlung enthÃ¤lt eine Wertentscheidung. Wenn wir uns entscheiden Zeitung zu lesen, statt mit unseren Kindern zu spielen oder mit unserer Partnerin zu reden, so geben wir dem einen â?? im Moment â?? den Vorzug vor dem anderen und haben eine Wertentscheidung getroffen. Ohne eine solche Entscheidung funktioniert Handeln nicht. Allerdings wÃ¤re es zu kompliziert, dauernd bewusst zu entscheiden, denn wir mÃ¼ssen ja laufend handeln und kÃ¶nnen es uns nicht leisten, jedes Mal von Neuem zu klÃ¤ren, nach welchem Wert wir vorgehen wollen, oder was uns wichtiger ist. Daher handeln wir meistens nach verinnerlichten Werthierarchien. Wo kommen diese her? Darauf gibt es eine sehr kurze, eine kurze und eine lange Antwort (wenn nicht noch mehr).

[green_box]Wir handeln meistens nach verinnerlichten Werthierarchien. Wo kommen diese her?[/green_box]

Die sehr kurze Antwort: Kultur und Zeitgeist

Wir haben Werte und Werthierarchien durch unsere Erziehung, unsere Kultur, unsere Zeit verinnerlicht und reflektieren diese daher gar nicht mehr. Sie werden auch gleichzeitig durch die vorgelebten und Ã¶ffentlich-medial transportierten impliziten Werte kulturell je neu gefasst und verÃ¤ndert. Mode ist ein Beispiel dafÃ¼r. Wenn etwa durch den puren Zwang zum Nachahmen plÃ¶tzlich alle mit einem bestimmten Mobiltelefon ausgestattet sind, dann fÃ¼hlt es sich irgendwann falsch oder komisch an, ein Ã¤lteres Modell zu haben oder auch gar keins. Und wenn plÃ¶tzlich alle andauernd ihre neuesten KlamottenkÃ¤ufe, BÃ¼cherprÃ¤ferenzen, Shoppingtrips auf Facebook posten und anderer Leute Zeugs â??likenâ?? oder nicht, dann wird es plÃ¶tzlich zu einem automatischen â??Wertâ??, das auch zu tun, egal wie sinnvoll oder hilfreich es ist. Ohne es zu merken, fehlt uns plÃ¶tzlich die Zeit oder die Lust fÃ¼r andere Dinge, weil wir uns â?? unbewusst â?? dafÃ¼r entschieden haben, dass diese virtuelle Welt wichtiger ist [1].

[green_box]Wenn alle mit einem bestimmten Mobiltelefon ausgestattet sind, dann fÃ¼hlt es sich irgendwann falsch oder komisch an, ein Ã¤lteres Modell zu haben oder auch gar keins.[/green_box]

An diesem Beispiel sehen wir auch, wie problematisch die sehr kurze Antwort nach der Herkunft von Werten ist: ungefiltert Ã¼bernehmen wir Wertvorstellungen, die uns eigentlich subtil untergejubelt wurden; durch kluge Werbe-, Verkaufs- oder PR-Strategien. Kulturelle Automatismen sind wirksame Vermittler von Werten, aber nicht unbedingt die besten: Profit ist der in unserer Kultur implizit wohl am meisten vermittelte Wert. Verdient Profit diese Stellung zurecht?

Die kurze Antwort: Religion und Philosophie

Â© Prof. Harald Walach

Die kulturelle, relativ kurzlebige und sich rasch verÃ¤ndernde Struktur der Werthierarchien kommt Huckepack auf der Grundlage der historisch vermittelten und oft aus religiÃ¶s-weltanschaulichen Quellen gespeisten und daher viel dauerhafteren Werten einer Kultur. Diese sind wesentlich tiefer verwurzelt, z.B. im Rechtswesen, aber auch in den Strukturen von Bildungs- oder Gesellschaftsordnungen. Bei genauerer Analyse wÃ¼rde man dann meistens finden: sie kommen aus einem einmal vorhandenen kulturell-philosophisch-theologischen Konsens. Unser Gemeinwesen etwa fuÃ?t auf den Grundlagen des Begriffs eines freien â?? in Grenzen jedenfalls freien -, verantwortlichen Individuums, das seine eigene WÃ¼rde und damit seine Rechte, aber auch seine Pflichten hat. Dahinter verbirgt sich eine lange Tradition von Philosophie und Theologie, die oft Ã¼ber Jahrhunderte zurÃ¼ckverfolgt werden kann. Sie hat sich in Strukturen wie der Ausbildung verdichtet â?? darum bekommen ja auch einzelne Menschen Zensuren und Bewertungen, und nicht Gruppen, oder Klassen, oder Familien. Sie schlÃ¤gt sich im Recht nieder, weil der Einzelne fÃ¼r sein Handeln verantwortlich ist.

[green_box]Unser Gemeinwesen fuÃ?t auf dem Begriff eines in Grenzen freien, verantwortlichen Individuums, das seine Rechte, aber auch seine Pflichten hat.[/green_box]

Nun ist die spannende Frage: Wie kommen die Werte in diesen Diskurs hinein? Gibt es oder gab es ein oberstes Wertekonsortium, das sich regelmÃ¤Ã?ig beratend zusammengesetzt hat um auszuhandeln, welche Werte am wichtigsten sind? Wohl offenkundig nicht. Vielmehr scheinen sich die Werte aus bestimmten immer wieder gemachten Erfahrungen ergeben zu haben. Diese Erfahrungen, so meine Vermutung, haben sich spÃ¤ter in religiÃ¶sen Formen verdichtet. Der ethische Kodex der Religionen â?? und es gibt keinerlei Religion ohne einen solchen ethischen Kodex â?? ist sozusagen geronnene Erfahrung.

Ein klassisches Beispiel: Der Dekalog, also die Zehn Gebote, die im Buch Exodus Ã¼berliefert sind, beginnen mit einem Satz, der eine Erfahrung formuliert: â??Ich bin Jahwe, Dein Gott, der Dich aus Ã?gypten, dem Sklavenhaus herausgefÃ¼hrt hat.â?? Und nun kommt die entscheidende Wendung. Was folgt beginnt, wÃ¶rtlich Ã¼bersetzt mit â??Du *wirst* â?¦. keinen anderen Gott haben, etc.â??. Die Erfahrung der Befreiung also liegt am Grunde der Ethik. Aus ihr ergibt sich gleichsam eine innere Handlungsnotwendigkeit. Wer diese Erfahrung gemacht hat, der *wird* nicht mehr, z.B. anderen Menschen willentlich und bewusst schaden. Ethische Forderungen sind also die logische Konsequenz von inneren Erfahrungen. Die Erfahrungen werden nicht alle Einzelnen immer und zu jeder Zeit gemacht haben oder machen kÃ¶nnen. Daher ergibt sich die kulturelle Notwendigkeit, sie zu bewahren und die ethischen Implikationen festzuschreiben, und auf diese Weise wird aus dem â??Du wirstâ?¦â?? ein â??Du sollstâ?¦â??. So entstehen kulturell-religiÃ¶se Normen und Werte. Und wenn ihre Herkunft allmÃ¤hlich vergessen geht, entstehen daraus Automatismen, oder Gebote und Verbote.

[green_box]Ethische Forderungen sind also die logische Konsequenz von inneren Erfahrungen.[/green_box]

Dies gilt Ã¼brigens auch fÃ¼r den Profit als modernem Wert: Max Weber hat gezeigt, wie sich aus der protestantischen Ethik die Grundlagen des Kapitalismus und des Profitstrebens ergeben. Und diese protestantische Ethik wiederum entwickelte sich aus der Grunderfahrung der Reformatoren. Luther hatte bekanntlich die Erfahrung gemacht, nur der Glaube, nicht die Werke, fÃ¼hren zur Befreiung. Dass dann Calvin und andere Reformatoren daraus die paradoxe Situation abgeleitet haben, man wÃ¼rde den Befreiten und AuserwÃ¤hlten daran erkennen, dass er im Wohlstand lebt und man daher zu den AuserwÃ¤hlten zÃ¤hlt, indem man sich durch FleiÃ? Wohlstand erwirbt, ist eine feine dialektische Ironie der ganzen Konstruktion. Denn so wird der Profit zu einem Wert, der den ursprÃ¼nglichen, den Glauben, in den Sack steckt.

Nun stellt sich die weitergehende, interessante Frage: Was genau sind solche Erfahrungen? Wo kommen sie her? Oder wie kommt man zu ihnen?

Und dies ist nun die etwas lÃ¤ngere Antwort: Werte finden wir in inneren Erfahrungen.

Â© Prof. Harald Walach

Erfahrungen dieser Art, so meine Behauptung, sind innere Erfahrungen der internen Struktur der Welt. Wir kennen alle die â??Ã¤uÃ?ereâ?? Erfahrung, die Sinneserfahrung, und ihre Verfeinerung, die wissenschaftliche Erfahrung. Diese Arten der Erfahrung nÃ¤hern sich der Welt von auÃ?en, sozusagen in ihrem materiellen Aspekt. Damit kÃ¶nnen wir die Welt in ihrer materiellen Struktur beschreiben, und das hat unsere Wissenschaft sehr erfolgreich betrieben. Aber in dieser Erfahrung des materiellen Aspektes der Welt kommen keine Werte vor. Sie sind nicht Bestandteil der materiellen Welt. Nun kÃ¶nnte ja einer kommen und sagen: â??*doch, sind sie sehr wohl! Sie entstehen nÃ¤mlich durch die biologische Evolution. Denn was der Evolution nÃ¼tzt, etwa altruistisches und kooperatives Verhalten, das wird selektiert und pflanzt sich fort. Also kommen Werte doch aus der materiellen Struktur der Welt.*â?? Das wÃ¤re die Antwort der Evolutionspsychologie. Einmal abgesehen davon, dass man damit vielleicht wirklich die eine oder andere Entwicklung von Werthierarchien rekonstruieren kann, ist das Ganze aus meiner Sicht immer noch mehr ein Versprechen und ein Forschungsprogramm als eine eindeutige ErklÃ¤rung â?? und damit so etwas wie das, was Popper â??Schuldscheinmaterialismusâ?? genannt hat.

[green_box]Auch die irregeleitete Wertentscheidung beruht auf einer vermeintlichen inneren Einsicht in eine vermeintliche Struktur der Welt.[/green_box]

Probleme fÃ¼r eine solche biologistische Sicht der Werte tauchen dort auf, wo Menschen handeln, obwohl sie damit ihr Leben, ihre Fortpflanzungschancen und damit die Weitergabe von Genen in Frage stellen. Das geschieht und geschah immer dann, wenn Menschen aufgrund innerer Einsicht oder Ã?berzeugungen gegen ihr eigenes Wohl gehandelt haben. Das kann zum Guten oder zum Schlechten geschehen. Ein Beispiel fÃ¼r die problematische Variante haben wir wÃ¤hrend der Nazi-Herrschaft gesehen, als Abertausende aufgrund absurder Ã?berzeugungen in den Krieg gezogen sind, andere Menschen getÃ¶tet oder misshandelt haben. Alles, weil sie gemeint hatten, einer Wahrheit zu dienen. Ich verwende bewusst dieses Negativbeispiel, um meinen Punkt klar zu machen: Auch die irregeleitete Wertentscheidung beruht auf einer vermeintlichen inneren Einsicht in eine vermeintliche Struktur der Welt. Wir sehen an diesem Beispiel auch: wir kommen um eine Entscheidung und um Kriterien fÃ¼r â??wahreâ?? Werte nicht herum. Wo kÃ¶nnen sie herkommen?

Ich meine: aus einer vertieften inneren Erfahrung, in der sich die Spreu vom Weizen trennen lÃ¤sst.

Werte, so sagte ich, spiegeln eine innere Struktur der Welt wieder. Sie werden, Ã¤hnlich wie die Ã¤uÃ?ere Erfahrung die materielle Struktur der Welt enthÃ¼llt, durch systematische innere Erfahrung freigelegt. Der Unterschied ist ein zweifacher: Wir haben auÃ?en eine konsensuelle Welt vor uns, eine Welt, die allen gegeben ist. Und wir kÃ¶nnen uns auf einen langen kulturellen Prozess der Wissenschaftsentwicklung stÃ¼tzen, der uns gezeigt hat, wie wir in unserem AuÃ?enzugang zur Welt Wahres und Falsches, Richtiges und Irrtum einigermaÃ?en sicher trennen kÃ¶nnen. Die Entwicklung dieser wissenschaftlichen Methode hat etwa 500 Jahre gedauert, ist noch lange nicht abgeschlossen und unsere Wissenschaft ist noch lange nicht frei von Fehlern und IrrtÃ¼mern [2].

Der Innenzugang zur Welt durch innere Erfahrung hat nichts Vergleichbares aufzuweisen. Einzelpersonen haben hie und da in ihrer Erfahrung Zugang zu dieser Tiefenstruktur bekommen. Wir bewundern sie als Religionsstifter, groÃ?e Philosophen oder manchmal auch als Heilige. Sie haben allenfalls Berichte, Metaphern, ErzÃ¤hlungen Ã¼ber ihre inneren Reisen hinterlassen, die wir als religiÃ¶se oder philosophische oder mystische Texte lesen und vielleicht verstehen kÃ¶nnen, wenn wir eine Ã¤hnliche Erfahrung â?? annÃ¤herungsweise â?? gemacht haben.

Meister Eckhart hat einmal, sinngemÃ¤Ã?, gesagt: â??Willst Du diese Wahrheit verstehen, so musst Du ihr gleichenâ??. Damit ist gemeint: Nur wer eine Erfahrung gemacht hat, kann sie auch beim andern nachvollziehen. Wie dies geht, wie wir das tun kÃ¶nnen, ohne uns zu verheddern, ohne falschen Propheten und irrwitzigen

Â© Prof. Harald Walach

Ideologien aufzusitzen, ist nicht trivial. Wir sind gerade erst dabei zu verstehen, was wir dazu benÃ¶tigen [3], und insofern kann ich nur ein paar Hinweise geben.

[green_box]Um zu guten Wertentscheidungen zu gelangen benÃ¶tigen wir eine Kultivierung des Geistes, also eine Systematisierung des Innenzugangs zur Welt.[/green_box]

Wir kÃ¶nnen vielleicht diesen Zugang kultivieren. Und damit sind wir beim Kern der Sache:

Um zu Werten und guten Wertentscheidungen zu gelangen, als Individuen und als Gesellschaft, als Einzelne und als Kultur, benÃ¶tigen wir eine Kultivierung des Geistes, also eine Systematisierung dieses Innenzugangs zur Welt.

Dies ist das Programm einer Geistes- oder Bewusstseinskultur [4]. Der Begriff ist eine wÃ¶rtliche Ã?bersetzung jenes Begriffs der alten Palisprache, der normalerweise im Deutschen mit â??Meditationâ?? wiedergegeben wird. Das, was wir als Meditation bezeichnen, ist eigentlich das Programm der Kultivierung einer Innerlichkeit im Dienste von Erkenntnis, und zwar einer Erkenntnis der Welt von Innen her. Und diese Erkenntnis der Welt von Innen fÃ¼hrt uns zur inneren Struktur der Welt, nÃ¤mlich, unter anderem, der Werte. So Ã¤hnlich wie atomare KrÃ¤fte oder Strukturen das materielle GefÃ¼ge der Welt garantieren, das wir von auÃ?en erkennen, so Ã¤hnlich sind Werte die inneren Strukturen der Welt, behaupte ich, die wir von innen erkennen (neben den mathematischen Strukturen, die von groÃ?en Theoretikern ganz Ã¤hnlich erkannt werden, nÃ¤mlich ebenfalls durch eine innere Schau).

Konkretisieren lÃ¤sst sich dieser Begriff einer Geisteskultur durch eine einfache, idealerweise tÃ¤gliche Ã?bung der Einkehr und der Beruhigung des Geistes. Normalerweise ist unser Geist mit vielen Dingen gleichzeitig befasst. HÃ¤ufig ist er durch allzu starke AuÃ?enorientierung zerstreut und muÃ? erst â??eingesammeltâ?? werden, damit er seinen â??Scharfblickâ?? â?? anchinoia, wie dies Aristoteles nannte, sollertia, in der lateinischen Fassung â?? anwenden kann. Diesen Begriff â??anchinoiaâ??, â??sollertiaâ?? [5], wendet Aristoteles in seinem Organon an um zu beschreiben, wie der Geist zu kreativen Struktureinsichten kommt, etwa zum VerstÃ¤ndnis eines kausalen Zusammenhangs. Dies kann man in dem von mir hier verwendeten Sinne als â??innere Erfahrungâ?? kennzeichnen. Wenn sich unser Geist sammelt, frei wird von Zerstreuungen und anderen Inhalten, dann kann er sich auf die Struktur unseres Lebens ausrichten und die dort herrschenden â?? oder eben genau nicht vorhandenen â?? Sinn- und Wertestrukturen aufspÃ¼ren. Das ist aus meiner Sicht auch einer der GrÃ¼nde, warum meditative Verfahren in der klinischen Praxis derzeit so beliebt sind. Sie geben der gestressten postmodernen Seele die MÃ¶glichkeit im Trubel der unzÃ¤hligen und oft verpassten Chancen eine Sinnstruktur zu sehen.

[green_box]Wir Menschen sind Sinn erzeugende und Sinn suchende Wesen.[/green_box]

Wir Menschen sind Sinn erzeugende und Sinn suchende Wesen. Die innere Einkehr und das geistige zur Ruhe Kommen erÃ¶ffnet uns die MÃ¶glichkeit, einen solchen Sinn in unserem persÃ¶nlichen Leben zu finden und Werte als tiefere Struktur unserer kleinen, aber auch der grÃ¶Ã?eren Welt zu erkennen.

Dazu benÃ¶tigen wir freilich etwas, das heute Mangelware ist: etwas Zeit. TÃ¤glich ein kleines bisschen regulÃ¤re, immer wiederkehrende Zeit, 20 bis 30 Minuten wÃ¼rde ich sagen genÃ¼gt, wenn sie regelmÃ¤Ã?ig und sorgfÃ¤ltig genutzt wird. Wenn wir einmal daran denken, wie viel Zeit wir fÃ¼r KÃ¶rperkultur aufwenden â?? Duschen, Waschen, ZÃ¤hneputzen, Toilette gehen â?? dann kommen wir normalerweise leicht auf 30 Minuten, die wir tÃ¤glich dafÃ¼r verwenden. Warum sollten wir nicht auch 30 Minuten fÃ¼r unsere geistige Sauberkeit aufwenden kÃ¶nnen, ja mÃ¼ssen?

Â© Prof. Harald Walach

So etwas wie geistiges Duschen oder ZÃ¤hneputzen: einfach da sein, die Aufmerksamkeit auf den Atem richten, dem Ein- und Ausatmen zusehen und die Gedanken, die dabei kommen, betrachten, ohne sich in ihnen zu verlieren und sie langsam immer weiter weg ziehen lassen. AllmÃ¤hlich, und bei ausdauernder Ã?bung immer hÃ¤ufiger, kehrt dabei auch innere Ruhe und innerer Frieden ein. Das Wichtige scheidet sich vom Unwichtigen.

[green_box]Wenn innere Ruhe und innerer Frieden einkehren, scheidet sich das Wichtige vom Unwichtigen.[/green_box]

Dinge, um die wir uns kÃ¼mmern mÃ¼ssen, drÃ¤ngen sich in den Vordergrund und lassen sich nicht mehr durch unsere GeschÃ¤ftigkeit wegdrÃ¤ngen. Entscheidungen, die wir treffen mÃ¼ssen, zeigen sich. Sinnstrukturen werden offenbar. Und was sich lohnt zu tun, oder was wir besser lassen, klÃ¤rt sich.

Nicht immer sofort, und nicht immer ganz eindeutig, aber doch im Normalfall einigermaÃ?en zuverlÃ¤ssig. Dazu nÃ¶tig ist eigentlich nur die Kultivierung, das stetige Ã?ben. So wie man auch einen Garten nur kultivieren kann, wenn man das, was man wachsen lassen will gieÃ?t und hegt, und das, was dieses Wachsen behindert jÃ¤tet. Das ist Ã¼brigens weder buddhistisch noch besonders religiÃ¶s, sondern universell menschlich. Der von mir Ã¼bersetzte mittelalterliche KartÃ¤usermystiker Hugo de Balma hat es auf den schÃ¶nen Punkt gebracht: â??Solum aspirabit, non cogitabit â?? nicht Denken, nur Atmen.â?? [6]

Dies wÃ¤re die Kultivierung des Geistes als regelmÃ¤Ã?ige, idealerweise tÃ¤gliche Ã?bung. Wenn wir dies kulturell implementieren kÃ¶nnen, dann haben wir als Kultur eine gute Chance, die massiven Probleme, vor denen wir stehen zu Ã¼berwinden. Denn ihre Ã?berwindung erfordert Entscheidungen, die sich an Werten ausrichten. Und ich finde, wir sollten mit der Kultivierung des Geistes schon in der Schule beginnen. Kinder sollten lernen, dies als regelmÃ¤Ã?ige innere Sammlung in ihr Leben zu integrieren, um widerstandsfÃ¤hig gegen die permanente AuÃ?enorientierung und VerfÃ¼hrung durch die manchmal absurde Welt der Erwachsenen zu werden. Unsere Meta-Analyse von Studien zu Achtsamkeit bei Kindern und Jugendlichen zeigt, dass dies ein durchaus vielversprechender Ansatz ist [7].

Und wenn wir als Einzelne diese Ã?bung der Kultivierung unseres Geistes in unser Leben einbauen, werden wir leichter Zugang zur tieferen Sinnstruktur unseres je eigenen Lebens erhalten und zur allgemeinen Wertestruktur, die unser Handeln sinnvoll und lebenswert macht.

Quellen und Hinweise:

[1] Spitzer, M. (2014). Smartphones â?? Zu Risiken und Nebenwirkiungen fÃ¼r Bildung, Sozialverhalten und Gesundheit. Nervenheilkunde, 33, 9-15.
[2] Das sieht man etwa daran, dass in einer so traditionsreichen Wissenschaftsdisziplin wie der Medizin die Diskussion darÃ¼ber entbrannt ist, was man eigentlich als brauchbar und wirksam annehmen kann, wie sich etwa in den Publikationen, wie Ioannidis, J. P. (2005). Why most published research findings are false. PLoS Medicine, 2(8), e124, oder Ã¤hnlich fÃ¼r die Psychologie bei Simmons, J. P., Nelson, L. D., & Simonsohn, U. (2011). False-positive psychology: Undisclosed flexibility in data collection and analysis allows presenting anything as significant. Psychological Science, 22, 1359-1366, oder in dem kÃ¼rzlich von mir besprochenen Buch von GÃ¸tzsche, P. C. (2013). Deadly Medicines and Organised Crime: How Big Pharma Has Corrupted Health Care. London: Radcliff zeigt.
[3] Walach, H., & Runehov, A. L. C. (2010). The epistemological status of transpersonal psychology: The data-base argument revisited. Journal of Consciousness Studies, 17(1-2), 145-165.
Walach, H. (2013). Criticisms of transpersonal psychology and beyond â?? The future of transpersonal psychology: A science and culture of cosnciousness In H. Friedman & G. Hartelius (Eds.), The Wiley-Balckwell Handbook of Transpersonal Psychology (pp. 62-87). Chichester: Wiley-Blackwell. Konzeptuell und epistemologisch benÃ¶tigen wir dazu einen Begriff von Bewusstsein, der Ã¼ber die momentan moderne reduktive, neurowissenschaftliche Fassung hinaus geht. Ich habe ihn als komplementaristisch gekennzeichnet. Das ist heute nicht mein Thema. NÃ¤heres dazu in Walach, H. (2011). SpiritualitÃ¤t: Warum wir die AufklÃ¤rung weiterfÃ¼hren mÃ¼ssen. Klein Jasedow: Drachen Verlag, oder RÃ¶mer, H., & Walach, H. (2011). Complementarity of phenomenal and physiological observables: A primer on generalised quantum theory and its scope

Â© Prof. Harald Walach

for neuroscience and consciousness studies. In H. Walach, S. Schmidt & W. B. Jonas (Eds.), Neuroscience, Consciousness and Spirituality (pp. 97-107). Dordrecht: Springer und Walach, H., & RÃ¶mer, H. (2011). Generalized entanglement â?? A nonreductive option for a phenomenologically dualist and ontologically monist view of consciousness. In H. Walach, S. Schmidt & W. B. Jonas (Eds.), Neuroscience, Consciousness and Spirituality (pp. 81-95). Dordrecht: Springer.
[4] Metzinger, T. (2006). Der Begriff einer â??Bewusstseinskulturâ??. e-Journal Philosophie der Psychologie(Jan).
[5] Ich habe das etwas ausfÃ¼hrlicher dargestellt in Walach, H. (2009). Innere Erfahrung â?? eine wissenschaftstheoretische Spurensuche. In H. R. Yousefi & C. Dick (Eds.), Das Wagnis des Neuen. Kontexte und Restriktionen der Wissenschaft. Festschrift fÃ¼ Klaus Fischer zum 60. Geburtstag (pp. 415-436). Nordhausen: Traugott Bautz.
[6] Walach, H. (1994). Notitia experimentalis Dei â?? Erfahrungserkenntnis Gottes. Studien zu Hugo de Balmas Text â??Viae Sion lugentâ?? und deutsche Ã¼bersetzung. Salzburg: Institut fÃ¼r Anglistik und Amerikanistik der UniversitÃ¤t Salzburg. Analecta Cartusiana 98:1, V.46; hier die deutsche Ã?bersetzung. Der lateinische Text mit franzÃ¶sischer Ã?bersetzung bei Hugues de Balma,(1995). ThÃ©ologie Mystique. Introduction, Texte Latin, Traduction, Notes et Index par Francis Ruello. Paris: Ã?ditions de Cerf.
[7] Zenner, C., Herrnleben-Kurz, S., & Walach, H. (2014). Mindfulness-based interventions in schools â?? a systematic review and meta-analysis. Frontiers in Psychology, in print; June 2014 (doi:10.3389/fpsyg.2014.00603).

Date Created
24.06.2014

Â© Prof. Harald Walach