

Thomas A. M. Windelschmidt



OMNIATHERAPIE

GESUNDHEIT & GLÜCK
DURCH
VERSTEHEN & VERSÖHNUNG

Band III

DVBWF

Deutscher Verlag
für Bildung,
Wissenschaft
und Forschung

OMNIATHERAPIE

BAND III

OMNIATHERAPIE

GESUNDHEIT & GLÜCK
DURCH VERSTEHEN & VERSÖHNUNG

von
Thomas A. M. Windelschmidt

OMNIATHERAPIE

BAND III

OMNIATHERAPIE

GESUNDHEIT & GLÜCK
DURCH VERSTEHEN & VERSÖHNUNG

von

Thomas A. M. Windelschmidt

Impressum

Umwelthinweis

Dieses Buch und der Schutzumschlag wurden auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die Einschrumpffolie zum Schutz vor Verschmutzung ist aus umweltfreundlichem und recyclingfähigem PE-Material.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über www.dnb.de abrufbar.

Copyright

Das Werk einschließlich aller Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Autor:

Thomas A. M. Windelschmidt
www.omniatherapie.de / www.omniavision.de

Verlag

Deutscher Verlag für Bildung, Wissenschaft und Forschung (dvbwf.de)
Umschlagfoto: © Pixabay

Erstauflage 2019

Alle Rechte vorbehalten.

Printed in Germany

ISBN Hardcover	978-3-96565-020-6
ISBN Paperback	978-3-96565-021-3
ISBN Epub	978-3-96565-022-0
ISBN Mobi	978-3-96565-023-7

Für alle Menschen,
die Ihr Leben und Erleben verstehen
und sich mit Situationen & Menschen versöhnen möchten.

Inhaltsverzeichnis Band III

1.	Danksagung	13
2.	Vorwort des Autors	15
3.	Zum Inhalt	25
3.1.	Was finden Sie in diesem Buch?	25
4.	Religion – Glaube – Vertrauen	27
4.1.	Was ist eine Religion?.....	27
4.2.	Was ist Gott?.....	31
4.3.	Gott als Schöpfer	37
4.4.	Göttliche Matrix.....	38
4.5.	Hat Gott versagt?	41
4.6.	Ist Gott religiös?	42
4.7.	Wo finden Sie Gott?	44
4.8.	Gottesdienst und Gottesfurcht	45
4.9.	Spiritualität.....	45
4.10.	Esoterik - Exoterik.....	50
4.11.	Erkennen Sie Ihre Macht.....	54
4.12.	Gibt es Gutes und Schlechtes?	56
5.	Was ist der Glaube?	63
5.1.	Ist der Glaube auf eine Religion angewiesen?	64
5.2.	Kann man „nicht glauben“?	65
5.3.	Was ist das Gegenteil von "Glauben"?	65
5.4.	Was ist der Sinn des Lebens?	67
5.5.	Die Physik des Glaubens.....	72

6.	Leben und Tod.....	81
6.1.	Was ist "Leben"?	81
6.2.	Evolutionstheorie	85
6.3.	Was ist der "Tod"?	90
6.4.	Ist der Tod das Gegenteil von "Leben"?	90
7.	Karma und die Bedeutung für Omniatherapie	93
7.1.	Was versteht man unter Karma?	93
7.2.	Die Bedeutung von Karma für Omniatherapie.....	94
8.	Beten und Vertrauen.....	97
8.1.	Was ist Beten?.....	97
8.2.	Wie betet man richtig?.....	102
8.3.	Spin-Drift-Versuche.....	104
8.4.	Hilft Beten?.....	107
8.5.	Hilft Beten bei Atheisten und Agnostikern?	108
8.6.	Darf man für andere beten?	108
8.7.	Anleitung für ein gerichtetes Beten	109
8.8.	Wie bestellt man bei Ebay?	111
8.9.	Traumgebete.....	111
9.	Zitate aus der Bibel.....	113
10.	Systemische Hintergründe.....	133
10.1.	Was ist systemisches Arbeiten?	133
10.2.	Recht der Zugehörigkeit.....	139
10.3.	Die Folgen des Ausschlusses	141
10.4.	Wer gehört zur Familie?	142
10.5.	Die Rangordnung innerhalb der Familie	144
10.6.	Die Folgen der Verletzung der Rangordnung.....	145
10.7.	Die Unschuld.....	146

10.8.	Die größere Liebe	147
10.9.	Ordnungen der Liebe	148
10.10.	Das Gewissen	154
10.11.	Das Gewissen in einer Paarbeziehung	156
10.12.	Das Gewissen innerhalb der Familie	158
10.13.	Die andere Ordnung der Liebe	160
11.	Affirmationen und Suggestionen.....	163
11.1.	Was sind Affirmationen und Suggestionen?	164
11.2.	Gesetz der Affirmation.....	168
11.3.	Tägliche Affirmationen und Suggestionen.....	170
11.4.	Warum Affirmationen nicht reichen.....	171
11.5.	Affirmation + Glaube + Vertrauen = Erfolg	172
12.	Hypnose und Trance.....	175
12.1.	Was ist Hypnose?	175
12.2.	Ist jeder Mensch hypnotisierbar?	177
12.3.	Was ist eine Hypnotherapie?	181
12.4.	Kann Hypnose helfen, die Heilkraft zu stärken?	183
12.5.	Was ist Trance?	183
12.6.	Visualisierung und Imagination	187
12.7.	Katathym Imaginative Psychotherapie.....	189
12.8.	Future Pace.....	191
12.9.	Visualisierung als sofortiges Hilfsmittel.....	193
12.10.	Meditation als Motor der Visualisierung	195
12.11.	Ein Schritt weiter: Selbsthypnose.....	198
12.12.	Anker setzen	199
13.	Reframing in der Omniatherapie	203
13.1.	Was ist Reframing?	203

13.2.	Reframing im NLP	205
13.3.	Entdeckung des Reframings.....	211
13.4.	Theoretische Begründung.....	212
13.5.	Grundannahmen des Reframings	217
13.6.	Systemische Betrachtung	219
13.7.	Anwendung	220
13.8.	Das inhaltliche Reframing.....	221
13.9.	Bedeutungsreframing.....	221
13.10.	Kontextreframing	222
13.11.	Six-Step-Reframing.....	222
13.12.	Verhandlungsmodell	224
13.13.	Aufbau einer Teilfunktion	225
13.14.	Paradox-Reframing.....	226
13.15.	Reframing in der Omniatherapie	227
14.	Voraussetzungen für die Omniatherapie	229
14.1.	Ausgangsbasis für die Omniatherapie.....	229
14.2.	Voraussetzungen der Omniatherapie.....	231
14.3.	Einstellung des Omniatherapeuten	231
14.4.	Selbstschutz des Omniatherapeuten	233
14.5.	Geborgenheit / Wertschätzung.....	233
14.6.	Musik und Düfte	235
14.7.	Die Anamnese.....	235
14.8.	Der Protagonist bestimmt das Tempo	236
14.9.	Beobachterposition.....	237
14.10.	Systemische Multiperson-Substitution.....	239
14.11.	Beurteilung von Gut und Böse	239
14.12.	Gestik, Mimik und Betonungen beachten	240
14.13.	Bewertungen ignorieren	241
14.14.	Intuition.....	242
14.15.	Anleitung zur Selbstverantwortlichkeit.....	243

15.	Die 30 Stufen der Omniatherapie	245
15.1.	Der neue Weg.....	245
15.2.	Die 30 Stufen.....	247
16.	Technische Hilfsmittel.....	259
16.1.	Theta-Zustand.....	259
16.2.	Binaural Beats.....	269
16.3.	Isochrone Töne.....	272
16.4.	Kopfhörer / Mikrofon / Mischpult / Recorder	274
16.5.	Voice-Changer-Software.....	275
16.6.	Subliminal Suggestions.....	277
16.7.	Subliminal Affirmations	280
16.8.	HFA-Subliminals.....	281
16.9.	Lautsprecher mit wav-Player	282
16.10.	Neuro-Software.....	283
16.11.	Mindmaschine.....	286
16.12.	Biofeedback.....	291
16.13.	Biegepuppen.....	294
17.	Anwendungsgebiete der Omniatherapie	295
18.	Epilog.....	301
19.	Zum Autor.....	305
20.	Bilderverzeichnis.....	307
21.	Index.....	309
22.	Empfehlungen des Verlags	345

1. Danksagung

спасибо 谢谢
GRACIAS 谢谢
THANK YOU
ありがとうございました **MERCI**
DANKE धन्यवाद
شُكْرًا **OBRIGADO**

Ich habe inzwischen mehrere Bücher zu unterschiedlichen Themen geschrieben. Dabei ist mir vor allem immer wieder bewusst geworden, welches Glück ich in meinem Leben habe.

Als erstes möchte ich Menschen danken, die normalerweise nicht in einer Danksagung erwähnt werden, und zwar den Menschen, die sich hilfesuchend an mich gewandt haben und wenden. Es gehört schon einiger Mut dazu, sich "emotional zu offenbaren" und all das mit einer dritten Person, nämlich mit mir, zu besprechen, was die Seele belastet. Ich habe höchsten Respekt vor jedem Menschen, der diesen Schritt

wagt, und ich freue mich jedes Mal, wenn ich etwas zum Positiven beitragen konnte und kann.

Als zweites danke ich meiner ganzen Familie und meinen Freunden, die manches weitere Gegenlesen ertragen mussten und für Gespräche und Diskussionen zur Verfügung standen. Toll, dass ich solch eine Familie und so super Freunde haben darf, die mich unterstützen und mich motivieren. Vielen Dank.

Dazu danke ich meinem Verlag, dem Deutschen Verlag für Bildung, Wissenschaft und Forschung, der es mir ermöglicht hat, meine Bücher in der Form zu publizieren, wie ich es mir vorgestellt habe. Ich kann nur jedem, der ein wissenschaftliches Buch schreiben und veröffentlichen möchte, ans Herz legen, sich an den www.DVBWF.de zu wenden.

2. Vorwort des Autors



Liebe Leserin, lieber Leser,

die doppelte Anrede nutze ich - genau wie in Band I und II - nur ein einziges Mal, nämlich bei meinem Vorwort. In der Folge nutze ich nur das allgemeine „lieber Leser“ oder „man“ oder ähnliches, ohne damit die „lieben Leserinnen“ benachteiligen zu wollen. Ich halte es nur nicht für übermäßig wichtig, an dieser Stelle die „political correctness“ in den Vordergrund zu rücken. Ich spreche alle Menschen an, egal ob Mann, Frau, Hermaphrodit, groß, klein, dick, dünn. Mir ist die politische Gesinnung genauso gleichgültig, wie die. Für mich sind, und das meine ich absolut ernst, alle Menschen grundsätzlich gleich, liebenswert und „richtig“.

Der Titel „Gesundheit & Glück durch Verstehen und Versöhnung“ ist vielleicht nicht sofort einsichtig. Was ist mit dem Titel gemeint?

Wer mein Buch "Reframingcoaching: Unterbewusstes bewusst auflösen" gelesen hat, hat sicher eine Vorstellung davon, worum es mir in dem folgenden Buch geht. Allen anderen soll die folgende Einführung einen ersten Eindruck verschaffen.

Im folgenden Buch erläutere ich den von mir geprägten Begriff „Omniatherapie“. Das, was ich in diesem Kontext mache, bot ich früher als „Reframingcoach“ und später in ergänzter Fassung als „Omniatherapeut“ an. Warum diese Wortschöpfungen in meinen Augen perfekt passen, um das zu beschreiben, was inhaltlich umgesetzt wird, wird im Laufe des Buchs deutlich.

Der Begriff "omnia" kommt aus dem Lateinischen und bedeutet soviel wie "Ganzheit". Es geht mir um eine ganzheitliche Betrachtung von Körper, Geist und Seele. Aus dieser ganzheitlichen Betrachtung haben sich bei der Auseinandersetzung mit Symptomen viele Folgerungen ganz von alleine ergeben.

Überall dort, wo man z.B. körperliche Beschwerden unabhängig von psychischen Hintergründen betrachtet, bewegt man sich in meinen Augen in einem eindimensionalen Bereich. Es ist zwar oftmals möglich, mit Wirkstoffen der Pharmaindustrie Einfluss auf körperliche Befindlichkeiten zu nehmen, aber tatsächlich halte ich diese Vorgehensweise für deutlich "zu kurz gesprungen".

Anstatt die nach meiner Erfahrung wichtigen psychischen Ursachen zu beleuchten, zu hinterfragen und ggfs. zu lösen,

findet überwiegend eine Symptombekämpfung rein auf der Körperebene statt. Das Symptom kann man evtl. "in der Griff bekommen", die Ursache bleibt oftmals unbehandelt.

Ich vergleiche eine solche Vorgehensweise mit der Reparatur eines PKW in einer Werkstatt. Wenn die Ölkontrollleuchte einen zu niedrigen Ölstand anzeigt, ist es ganz sicher sehr viel sinnvoller, Öl in den Motor nachzufüllen, als das Öllämpchen zuzukleben. In ersterem Fall wird eine Ursachenbekämpfung zu einer echten Lösung führen, im zweiten Fall nützt die Symptombekämpfung nur dem Autofahrer, weil er nicht mehr von dem Leuchten der Kontrollleuchte abgelenkt wird. Was letztendlich das Ergebnis der Symptombekämpfung sein wird, liegt auf der Hand, nämlich ein Motorschaden (vergleichbar mit einem Herzinfarkt).

Über das Reframingcoaching habe ich vielen Menschen helfen können, Dinge aufzulösen, die im Hier und Jetzt belastend waren und zu Konsequenzen geführt haben, die "eigentlich" nicht gewollt waren. Ob es um so einfach aufzulösende Dinge wie "zum Nichtraucher werden" geht oder "das Wunschgewicht erreichen" bzw. um etwas tiefer sitzende Ursachen für Glaubenssätze, die z.B. zu Erfolgsblockaden geführt haben, immer war die Vorgehensweise über das Reframingcoaching ein guter Weg.

Im Laufe der Zeit haben aber deutlich komplexere "Herausforderungen" dazu geführt, dass eine Ergänzung des Konzepts zielführend war. Zum Beispiel ist eine Bulimie immer

mit tief verwurzelten Problemen im Familienumfeld verbunden. Wenn eine Frau nicht schwanger wird, ob die körperlichen Voraussetzungen gegeben sind, kann man auch ziemlich sicher davon ausgehen, dass psychische Blockaden eine Rolle spielen. Und wenn z.B. ein Selbstmord oder ein Missbrauch in der Familie vorliegt, dann verlangt dies nach meiner Erfahrung zu einer tieferen Analyse der Familienkonstellation und einer liebevollen Auflösung. Genau für solche oder ähnlich traumatisch und belastende Fälle wurde die Omniatherapie aus dem Reframingcoaching entwickelt.

Mir ist es wichtig, dass ich die Herangehensweise und die Entwicklung meiner Vorgehensweise dezidiert herleite und erläutere, damit die Omniatherapie für Sie "greifbar" wird. Sobald Sie wirklich nachvollziehen können, was meine Beweggründe zur Entwicklung der Omniatherapie sind und die einzelnen Bausteine für Sie logisch nachvollziehbar sind, bin ich mit meiner Erläuterung zufrieden.

Sollten Sie einzelne Kapitel für sich persönlich nicht für notwendig erachten, dann steht es Ihnen frei, diese Kapitel zu überspringen. Sie können jederzeit im Verlauf des Buches zu einem übersprungenen Kapitel zurückblättern, falls Sie die Inhalte doch noch lesen möchten. Die meisten Kapitel sind in Ihrer Reihenfolge nicht festgelegt, erscheinen mir jedoch genau in dieser Reihenfolge sinnvoll zu sein.

Da ich nicht davon ausgehen kann, dass Sie das Buch "Reframingcoaching: Unterbewusstes bewusst auflösen" vorliegen haben, werde ich Teilbereiche dieses Buches zitieren.

ren oder wiederholen müssen. Diejenigen, die das aufgeführte Buch vorliegen haben und sich an die Inhalte erinnern können, können z.T. einzelne Teilbereiche überspringen.

Die Trilogie "Omniatherapie: Gesundheit & Glück durch Verstehen & Versöhnung" ist wie folgt strukturiert:

Band I

- Die Medizin
- Physische Heilansätze
- Psychische Heilansätze
- Physikalische Hintergründe
- Biologische Hintergründe
- Gesundheit - Krankheit – Symptome
- Körper – Geist – Seele
- Psyche: Bewusstsein und Unterbewusstes
- Körper und Unterbewusstes
- Traumata

Band I ist, zumindest nach Einschätzung meiner Frau, etwas mühsam zu lesen, weil einige wissenschaftliche Inhalte dargestellt werden, insbesondere aus dem Bereich der Physik, was evtl. darauf zurückzuführen ist, dass ich u.a. Physik studiert habe.

In Band II wurden die Themen schon etwas greifbarer, nämlich:

Band II

- Was ist „Denken“?
- Was ist "Fühlen"?
- Was ist "Glauben"?
- Was ist „Vertrauen“?
- Angst und das Gegenteil von Angst
- Schuld und Verantwortung
- Trauer und die große Traurigkeit
- Glaubenssätze und das Gesetz der Resonanz
- Wünsche, Zufriedenheit und Glück
- Liebe – Vertrauen – Vergebung

- Schlaf und Träume

Im nun folgenden Band III werden Themen die Hauptrolle spielen, die eventuell nicht jedermann nachvollziehen, geschweige denn gutheißen kann. Für die Herleitung der Omniatherapie sind sie aber wichtig, nämlich:

Band III

- Religion – Glaube – Vertrauen
- Was ist der Glaube?
- Leben und Tod
- Karma und die Bedeutung für die Omniatherapie
- Beten und Vertrauen
- Zitate aus der Bibel
- Systemische Hintergründe
- Affirmationen und Suggestionen
- Hypnose und Trance
- Reframing in der Omniatherapie
- Voraussetzungen für die Omniatherapie

- Die 30 Stufen der Omniatherapie
- Technische Hilfsmittel
- Anwendungsgebiete der Omniatherapie

Kurz zusammen gefasst: Sie finden Informationen rund um das Thema Omniatherapie zur Auflösung unterbewusster Traumata, um Symptome und Krankheiten überflüssig zu machen, sowie Erfolgsblockaden und Glaubenssätze aufzulösen, die zu physischen oder psychischen Problemen führen.

Die Einsatzbereiche der Omniatherapie sind vielfältig und beschränken sich nicht auf die gesundheitliche Ebene, sondern zeigen auch Erfolg im Businessbereich, z.B. im Kontext einer Mediation zur Harmonisierung von zwischenmenschlichen Dissonanzen oder bei Mitarbeitertrainings.

Inhaltlich wird bei den im Anhang aufgeführten Begriffen u.a. auf Inhalte aus Wikipedia zugegriffen, um ohne eine vorgefasste Meinung oder eine subjektive Beeinflussung neutrale Informationen und Kenntnisse zusammen zu führen und aufzubereiten.

Ich spreche übrigens immer von Bewusstsein und Unterbewusstem und nicht von Bewusstsein und Unterbewusstsein, wie dies viele andere Autoren machen. Hintergrund ist, dass das Unterbewusste kein "sein" hat, sondern in Abgrenzung zum Bewusstsein (Ego) als etwas "Abstraktes" bzw. "Unpersönliches" anzusehen ist.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim informativen Lesen und freue mich auf Ihre Anregungen und Fragen.

Herzlichst Ihr
Thomas A. M. Windelschmidt

3. Zum Inhalt



3.1. Was finden Sie in diesem Buch?

Auch in diesem Buch finden Sie möglichst neutrale, objektive und unvoreingenommene Informationen rund um die Omniatherapie. Er werden in diesem Buch und auch in separaten "Wörterbüchern" Texte und Inhalte aus wissenschaftlichen Quellen und Wikipedia zitiert (und entsprechend die Quellenangabe angegeben), um keine Meinungen oder subjektive Einschätzungen wiederzugeben, sondern möglichst schnell nachprüfbare Daten und Grundlagen.

Sie können die "Wörterbücher" kostenlos downloaden auf: omniatherapie.de

Sollten Sie Fragen oder einen konkreten Bedarf an einer Omniatherapie für sich persönlich, eine Person in Ihrer Verwandtschaft oder Bekanntschaft oder auch für Mitarbeiter Ihres Unternehmens haben, dann empfehle ich Ihnen einen Besuch der Seite omniatherapie.de.

Im Fokus steht dabei die Psyche bzw. genauer das Unterbewusste des Hilfesuchenden. Ziel ist es, herauszufinden, welche Gedanken und Gefühle dazu geführt haben, Probleme im Hier und Jetzt zu manifestieren, um in einem zweiten Schritt zu versuchen, diese unbewussten Abläufe liebevoll aufzulösen.

In jedem Fall muss eine Voraussetzung für eine erfolgreiche Umsetzung unabdingbar gegeben sein, nämlich das „Wollen“ der beteiligten Personen, etwas Neues zuzulassen, um damit eine gewünschte Veränderung überhaupt erst zu ermöglichen. Wenn dies der Fall ist, sind phantastische Ergebnisse möglich, die mich jedes Mal aufs Neue überraschen.

4. Religion – Glaube – Vertrauen



4.1. Was ist eine Religion?

Ich habe lange überlegt, ob ich dieses Thema in meinem Buch diskutiere. Immerhin kann man sich mit kaum einem anderen Thema so schnell "aufs Glatteis" begeben und sich angreifbar machen.

Ich möchte vorweg schicken, dass ich jede Religion akzeptiere und überhaupt nichts gegen Religionen, Religionsführer und Religionsanhänger habe. Jeder ist seines Glückes Schmied, und wer eine Religion für sein Glück "nutzen" möchte, der soll dies tun.

Was versteht man eigentlich unter einer Religion?

Religion (von lateinisch religio ‚gewissenhafte Berücksichtigung‘, ‚Sorgfalt‘, zu lateinisch relegere ‚bedenken‘, ‚achtgeben‘, ursprünglich gemeint ist „die gewissenhafte Sorgfalt in der Beachtung von Vorzeichen und Vorschriften.“) ist ein Sammelbegriff für eine Vielzahl unterschiedlicher Weltanschauungen, deren Grundlage der jeweilige Glaube an bestimmte transzendente (überirdische, übernatürliche, übersinnliche) Kräfte ist, sowie häufig auch an heilige Objekte.

Das Heilige und Transzendente ist nicht beweisbar im Sinne der Wissenschaftstheorie, sondern beruht auf intuitiven und individuellen Erfahrungen bestimmter Vermittler (Religionsstifter, Propheten, Schamanen). Deren spirituelle Erfahrungen werden in vielen Religionen als Offenbarung bezeichnet.

Spiritualität und Religiosität sind geistig-geistliche Anschauungen. Skeptiker und Religionskritiker suchen demgegenüber nach rationalen Erklärungen.

Religion kann Wertvorstellungen normativ beeinflussen, menschliches Verhalten, Handeln, Denken und Fühlen prägen, und in diesem Zusammenhang eine Reihe von ökonomischen, politischen und psychologischen Funktionen erfüllen. Diese umfassenden Eigenschaften von Religion bergen in sich das Risiko der Bildung religiöser Ideologien.

Im deutschen Sprachraum wird der Begriff Religion zu-
meist sowohl für die individuelle Religiosität als auch

für die kollektive Religionstradition verwendet. Obwohl beide Bereiche im menschlichen Denken eine enorme Vielfalt aufweisen, lassen sich einige universale Elemente formulieren, die in allen Kulturen der Welt anzutreffen sind. Zusammenfassend sind dies die individuellen Wünsche nach Sinnfindung, moralischer Orientierung und Welterklärung, sowie der kollektive Glaube an übernatürliche Mächte, die in irgendeiner Weise das Leben des Menschen beeinflussen; auch das Streben nach der Wiedervereinigung der diesseitigen Existenz mit seinem jenseitigen Ursprung. Diese Standarderklärungen werden jedoch zum Teil kritisiert.

Die weltweit größten Religionen (auch bekannt als Weltreligionen) sind Christentum, Islam, Hinduismus, Buddhismus, Daoismus, Sikhismus, Jüdische Religion, Bahaitum und Konfuzianismus. Die Anzahl und der Formenreichtum der historischen und gegenwärtigen Religionen übersteigt Anzahl und Formenreichtum der Weltreligionen bei weitem.

Vormoderne Kulturen hatten ausnahmslos eine Religion. Religiöse Weltanschauungen und Sinngebungssysteme stehen oft in langen Traditionen. Mehrere Religionen weisen verwandte Elemente auf, wie die Kommunikation mit transzendenten Wesen im Rahmen von Heilslehren, Symbolsystemen, Kulturen und Ritualen oder bauen aufeinander auf, wie zum Beispiel Judentum und Christentum. Die Erstellung einer fundierten

Systematik der Religionen, die aus den Verwandtschaftsbeziehungen zwischen den Religionen und ihrer Entstehungsgeschichte abgeleitet wird, ist eine noch nicht erfüllte Forderung der Religionswissenschaften.

Einige Religionen beruhen auf philosophischen Systemen im weitesten Sinne oder haben solche rezipiert. Andere sind stärker politisch, teils sogar theokratisch orientiert; wieder andere gründen in der Hauptsache auf spirituelle Aspekte. Überschneidungen finden sich in nahezu allen Religionen, und insbesondere bei deren Rezeption und Ausübung durch den einzelnen Menschen. Zahlreiche Religionen sind als Institutionen organisiert; dabei kann in vielen Fällen von einer Religionsgemeinschaft gesprochen werden.

Mit der wissenschaftlichen Erforschung von Religionen und (z.T.) Religiosität befassen sich besonders die Religionswissenschaft, Religionsgeschichte, Religionssoziologie, Religionsethnologie, Religionsphänomenologie, Religionspsychologie, Religionsphilosophie sowie in vielen Fällen Teilgebiete der jeweiligen Theologie. Konzepte, Institutionen und Erscheinungsformen von Religion werden durch Formen der Religionskritik punktuell oder grundsätzlich in Frage gestellt.

Das Adjektiv „religiös“ muss im jeweiligen Kontext gesehen werden: Es bezeichnet entweder „den Bezug zu

(einer bestimmten) Religion“ oder „den Bezug zur Religiosität eines Menschen“.¹

Ich halte es für wichtig, deutlich zu machen, dass man an etwas Göttlich-Transzendentes glauben kann, ohne religiös sein zu müssen. Ich bin kein Freund einer bestimmten Religion, weil für mich jede Weltanschauung grundsätzlich zu respektieren ist. Ich habe jedoch keinen Zweifel, dass es "etwas" gibt, egal wie man es benennt, das man unter vielen Namen und Beschreibungen kennt.

4.2. Was ist Gott?

Und damit sind wir bei einem Begriff, der bei vielen Religionen, ggfs. mit anderen Buchstabenkombinationen, Kern des Glaubens ist, nämlich Gott. Andere häufig genutzte Begriffe (ohne Wertung bzgl. der alphabetischen Reihenfolge) sind z.B.

- Akasha-Feld
- Allah
- Allbewusstsein
- Alpha & Omega
- Allmächtige Liebe
- Aumakua
- Brahma
- Chi
- Das Absolute

¹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Religion>

- Das Eine
- Das Gesamtbewusstsein
- Das Heilige
- Das Höchste
- Das Nichtbenennbare
- Das Numinose
- Das Unaussprechliche
- Das Unbeschreibbare
- Das Undenkbare
- Das Unendliche
- Das weder Gut noch Böse
- Der Herr
- Der Weg
- Die Energie
- Die höchste Wirklichkeit
- Die Kraft
- Die Liebe
- Die Macht
- Die Quelle
- Eloah
- Energie
- Formlose Substanz
- Göttliche Intelligenz
- Göttliche Matrix
- Grandioser Geist
- Höchstes Wesen
- Inneres Selbst
- Jahwe
- Jehowa
- Ki
- Kosmisches Bewusstsein

- Lebendiger Geist
- Lebenskraft
- Lebensprinzip
- Lebensschöpferisches Prinzip
- Licht
- Natur
- Nullpunktsfeld
- Manitu
- Oberbewusstsein
- Oberflächenselbst
- Objektives Bewusstsein
- Quantenfeld
- Quantenhologramm
- Quelle alles Seins
- Realität
- Schöpfer
- Schöpferische Macht
- Tao
- Theos
- Über-Ich
- Unendliches Bewusstsein
- Universelles Gesetz
- Universum
- Vater
- Vishnu
- Weltgeist
- Willkürlicher Geist

Es gibt sicher noch unendlich viele Begriffe für das, was man nicht fassen und sich auch nicht vorstellen kann. Ein kurzer Beschreibungsversuch sieht wie folgt aus:

Als Gott (je nach Zusammenhang auch Göttin, Gottheit) wird meist ein übernatürliches Wesen bezeichnet. In der Lehrmeinung und im Verständnis sowie in der Praxis verschiedener Mythologien, Religionen und Glaubensüberzeugungen sowie in der Metaphysik werden einem Gott oder mehreren Göttern besondere Verehrung zuteil und besondere Eigenschaften zugeschrieben; unter anderem erster Ursprung bzw. Schöpfer oder Gestalter aller Wirklichkeit zu sein.

Im deutschsprachigen Raum wird unter Gott insbesondere auch ein monotheistischer Gott verstanden.

Die Frage, unter welchen Umständen eine Entität als Gott eingeordnet werden kann, hat bislang in der Religionswissenschaft kaum Beachtung gefunden, zumal die jüdisch-christliche Tradition stets eine implizite Vorlage für den Gottesbegriff lieferte. Dies ist neben der Einschränkung auf einen Kulturraum auch insofern problematisch, als es bereits in diesen Religionen eine Vielzahl unterschiedlicher Gottesvorstellungen gibt.

H. P. Owen stellt in der Encyclopedia of Philosophy fest, dass es „sehr schwierig und vielleicht unmöglich“ sei, eine Definition von „Gott“ aufzustellen, die alle Verwendungen des Wortes und entsprechender Wörter in anderen Sprachen abdeckt.

Die zweite Ausgabe des "Dictionnaire de la langue philosophique" gibt als allgemeine Definition an: „Übernatürliches Wesen, das die Menschen ehren sollen.“

Der christliche Philosoph Brian Leftow legt in der "Routledge Encyclopedia of Philosophy" folgende restriktivere Definition zugrunde: „Die höchste Wirklichkeit, die Quelle oder der Grund alles Anderen, perfekt und der Anbetung würdig.“

Nicht alle Kulturen unterscheiden eindeutig zwischen Göttern, Geistern, Engeln, Dämonen und anderen übernatürlichen Wesen; gelegentlich wird der entsprechende Begriff in anderen Sprachen recht weit gefasst. So etwa können die Orishas der Yoruba sowohl als Ahnengeister als auch als dem höchsten Gott Olorun untergeordnete Götter betrachtet werden.

Das Wort vodon in der Fon-Sprache wird sowohl mit „Gott“ als auch mit „Geist“ übersetzt, ebenso wie das japanische Wort Kami. Die buddhistischen Devas, meist als „Götter“ übersetzt, sind übernatürliche Wesen mit eigener Persönlichkeit, gelten aber nicht als perfekt, unsterblich, allmächtig oder allwissend. Einige neuplatonische Denker bezeichneten mit dem Wort θεός (theós) eine Vielzahl spiritueller Entitäten, darunter die menschliche Seele.

Die Frage nach einer angemessenen Definition von „Gott“ wird noch dadurch verkompliziert, dass Philosophen und Theologen Gottesbegriffe entwickelt haben, die sich von der religiösen Praxis wesentlich unterscheiden.

In der kognitiven Religionswissenschaft werden Götter zu den übernatürlichen Akteuren gezählt. Als Akteur wird in der Philosophie und Psychologie ein Wesen mit geistigen Fähigkeiten bezeichnet, dem bewusste Ansichten und Wünsche zugesprochen werden, oder dessen Verhalten durch mentale Zustände hervorgerufen wird. Aus natürlichen Konzepten können übernatürliche gebildet werden, indem intuitive, alltägliche Auffassungen der ihnen zugehörigen ontologischen Kategorien verletzt werden. Beispiele für solche Konzepte sind Bäume, die sich nirgendwo befinden, Steine, die Gefühle empfinden, und eben auch Wesen, die unsichtbar sind. Die geistigen Fähigkeiten des Akteurs sind die einzige anthropomorphe Eigenschaft, die von Gläubigen und Theologen gleichermaßen akzeptiert wird.²

Man sieht, dass man nicht nur das "Konzept von Gott" nicht greifbar machen kann, sondern noch nicht einmal der Begriff "Gott" selbst eindeutig definiert werden kann. Daraus müssen zwangsläufig beliebig viele Missverständnisse und un-

² <https://de.wikipedia.org/wiki/Gott>

terschiedliche Ansichten folgen, die eine aufeinander eingehende zielführende Diskussion hierüber völlig unmöglich machen.

4.3. Gott als Schöpfer

Ich möchte meine Sichtweise zu diesem Themenkomplex erläutern, weil dies für das Verständnis meines Ansatzes und meiner Vorgehensweise bei Coachings und Therapiesitzungen wichtig ist.

Albert Einstein sagte einmal:

➤ "Gott ist Wissenschaftler, kein Magier."

Obwohl dies "überspitzt" formuliert ist, teile ich in der Quintessenz dieser Sichtweise. Ich zweifle nicht daran, dass nichts "durch Zufall" oder "aus Versehen" entstanden ist oder womöglich keinen konkreten Regeln folgt. Auf den Punkt gebracht:

"Für den gläubigen Menschen steht Gott am Anfang, für den Wissenschaftler am Ende aller Überlegungen."

Nicht jeder kann mit dem Begriff "Gott" etwas anfangen, zu sehr scheinen mir viele durch die Welt der Wissenschaft konditioniert. Für mich ist der Begriff nicht entscheidend. Wichtig ist mir nur, dass es nach meiner festen Überzeugung "etwas"

gibt, was hinter allem steht, ein Schöpfer oder, weniger personifiziert, eine Schöpfung.

Und weil ich keinen Zweifel hege, dass unserer Existenz eine Schöpfung zu Grunde liegt, glaube ich auch, dass alles einen Sinn hat und nichts "durch Zufall" oder "ungerecht" geschieht. Diese Sichtweise erlaubt es mir, auch im ersten Moment als negativ empfundene Situationen als "richtig" anzunehmen und die eigene Verantwortung zu erkennen und zu akzeptieren.

4.4. Göttliche Matrix

Eine interessante Sichtweise formulierte Gregg Braden:

- Ein intelligentes Energiefeld hält unser Universum zusammen.
- Unser Körper und unsere Welt werden von diesem Feld materialisiert.
- Emotionen/Gefühle sind die Sprache, die mit diesem Feld kommuniziert und die Quanten-Möglichkeit in unsere Welt zieht.

Im Kern geht es darum, dass wir selbst durch unsere Überzeugungen und Gefühle unsere persönliche Realität erschaffen. Im Jahre 2002 schrieb John Wheeler, Physiker und Kollege von Einstein und Bohr:

- „Wir sind Teil eines Universums, das nicht fertig ist. Wir sind nicht Beobachter, sondern Mitschöpfer unserer Welt!“.

1952 schrieb Neville Goddard in „Die Macht der Bewusstheit (The Power of Awareness):

- „Unsere Macht der Überzeugungen ist eine unendliche Macht, gegen die keine irdische Kraft auch nur irgendeine Bedeutung hat.“.

Der Ausgangspunkt aller Überlegungen ist, dass die materielle Welt nur eine "visuelle Illusion" ist und in Wirklichkeit aus Energie besteht.

Max Planck, ein Mitbegründer der Quantentheorie, sagte 1944 in Florenz:

- „Die Dinge unserer Welt existieren nicht so, wie wir glauben, dass sie existieren!“.

Das, was man für Materie hält, "manifestiert" sich nur aufgrund einer Kraft, die sie zusammenhält. Die Annahme ist, dass hinter dieser Kraft ein bewusster und intelligenter Geist steht, der "Göttliche Matrix" der gesamten Materie genannt wird.

Die Überlegungen von Gregg Braden gehen noch viel weiter. Bei Interesse empfehle ich, sich mit seinen Überlegungen detailliert zu befassen. Für meine Vorgehensweise ist es nur

von Bedeutung, dass von einem "ordnenden Feld" ausgegangen wird, das auf alles, was ist, Einfluss hat.

4.5. Hat Gott versagt?

Die Frage ist sehr provokant gestellt. Eine positive Antwort würde automatisch zur Folge haben, dass Gott etwas falsch machen und nicht vollkommen sein könnte.

Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass Gott weder urteilt, noch straft. Meine Auffassung steht ganz offensichtlich im Gegensatz zum Alten Testament. Ich begründe meine Einschätzung immer damit, dass für den Fall, dass Gott urteilen oder strafen "müsste", dies gleichzeitig ein Eingeständnis dafür wäre, dass er etwas "Unvollkommenes" und "Strafenswürdiges" erschaffen hätte, was das Göttliche selbst in Frage stellen würde.

Nach meiner festen Überzeugung wirkt Gott nicht "für" uns, sondern "durch" uns. Gott ist nicht verantwortlich für Kriege, Hunger oder Verbrechen. Der freie Wille führt auch dazu, Dinge zuzulassen, die mit Schmerz, Trauer und Gräueltaten verbunden sind.

Darum bin ich davon überzeugt:

- "Gott versagt niemals, also können Sie auch niemals versagen. Es kommt so, wie Sie es denken, glauben und fühlen. Dementsprechend ist "mit Gott" alles möglich, wenn Sie es denken, glauben und fühlen."

Wenn Sie glauben, versagt zu haben, dann liegen nach meiner festen Überzeugung zwei grundsätzliche "Denkfehler" vor:

1. Sie haben nicht das gedacht, geglaubt und gefühlt, was Sie unbedingt erreichen wollten, das 100%-ige Vertrauen in Sie selbst und auf Gott hat gefehlt.
2. Sie denken über das Ergebnis bzw. das Erlebte, dass es auf ein Versagen Ihrerseits zurückzuführen ist. Dieses Denken ist falsch, da Sie zum gegebenen Zeitpunkt nicht einzuschätzen vermögen, ob nicht genau dieses Ergebnis langfristig genau richtig für Ihre (spirituelle) Entwicklung war/ist.

Alles, wirklich alles, was Sie denken, liegt ganz alleine in Ihrer Verantwortung. Sie haben in jedem Moment die Chance, Ihr Denken zu "überdenken" und neu auszurichten. Jeden Tag, jede Stunde, jede Minute, jede Sekunde aufs Neue.

4.6. Ist Gott religiös?

Ich möchte mit dieser Frage meine Überzeugung deutlich machen, dass Gott, der Schöpfer, das Eins oder wie man "es" auch immer benennen mag, keinen Menschen wegen seiner Religion bevorzugt oder benachteiligt.

- "Glaubt ihr denn, dass der liebe Gott katholisch ist?"
(Georg Christoph Lichtenberg)

Wenn man mich z.B. fragt, ob ich an einen "Schöpfer" glaube, dann sage ich Nein, weil meine feste Überzeugung, dass es einen "Schöpfer" gibt, weit über das "nur glauben" hinausgeht.

Wenn man mich weiter fragt, ob ich "scheinbar folgerichtig" ein religiöser Mensch bin, dann verneine ich auch diese Frage. Ich habe mich zwar mit vielen Religionen beschäftigt und u.a. große Teile der Bibel und des Korans, sowie anderer "heiliger Bücher" gelesen, aber ich bin fest davon überzeugt, dass Religionen Menschen überwiegend voneinander trennen, anstatt sie zusammen zu führen, ähnlich wie Parteien in einer Demokratie.

Dazu kann ich mir nicht vorstellen, dass Gott, oder wie auch immer Sie "es" bezeichnen mögen, die Existenz von uns Menschen an Bedingungen koppelt. Ob z.B. so etwas wie ein Ablasshandel wirklich im Sinne eines allmächtigen Schöpfers ist?

Wenn man mich jedoch fragt, ob ich ein spiritueller Mensch bin, der sich mit dem Geheimnis der Schöpfung, des Lebens und allem Sein beschäftigt, dann kann meine Antwort nur Ja lauten. Dies verbunden mit der tief verwurzelten Überzeugung, dass nur ein Respekt gegenüber allem Leben und ein liebevolles Miteinander die richtige Entscheidung für die Zukunft sein können.

Demgegenüber jedoch zu denken, Gott würde eine Religion oder bestimmte Menschengruppen bevorzugen, ist in meinen Augen eine Anmaßung. Dann würde sich Gott nämlich von menschlichen Vorstellungen und Launen abhängig machen. Das Göttliche gilt gleichermaßen für alle. Es gibt, wobei ich mit meiner Auffassung konträr zu vielen Religionen stehe, nicht nur einen Weg zu Gott. Religionen mit einem Absolutheitsanspruch, wie z.B. "Nur über mich kommt Ihr zu Gott", können niemals meine Zustimmung finden.

4.7. Wo finden Sie Gott?

Ich glaube, man führt Menschen in die Irre, wenn man Ihnen erklärt, Gott "im Außen" suchen zu müssen. Ich denke demgegenüber, Gott hat sich an einer Stelle "versteckt", wo man als Mensch zuletzt sucht, nämlich als Seele () im Menschen selbst.

"Das größte Geheimnis der Welt ist in Ihnen."

Darum möchte ich Sie motivieren:

"Bringen Sie Gott in Ihnen zum Leuchten, dann werden Sie leuchten und glücklich. Das Göttliche wird Sie immer führen und unterstützen, wenn Sie ehrliche, integre und ehrenwerte Ziele verfolgen."

4.8. Gottesdienst und Gottesfurcht

Viele Menschen gehen gerne zum Gottesdienst, andere sprechen von Gottesfurcht. Beides sind Begriffe, mit denen ich wenig anfangen kann.

Würde der Gottesdienst in Gottesfeier umbenannt werden, dann wäre ich viel offener für ein Zusammenkommen, um den Schöpfer zu feiern.

Gottesfurcht halte ich sogar für ein Oxymoron, einen Begriff, der aus zwei sich widersprechenden Teilen besteht. Warum sollte man sich vor Gott fürchten? Diesen Gedanken habe ich nie verstanden. Gottesliebe ist dagegen ein Begriff, mit dem ich sehr viel anfangen kann.

4.9. Spiritualität

Ich hatte bereits kurz angedeutet, dass ich mich als spirituellen Menschen verstehe, der sich auf der Suche nach Wahrheit und Erkenntnis befindet. Ich möchte deshalb eine Erläuterung für den Begriff Spiritualität zitieren:

Spiritualität (von lat. spiritus ‚Geist, Hauch‘ bzw. spiro ‚ich atme‘ – wie altgriechisch ψύχω bzw. ψυχή, siehe Psyche) bedeutet im weitesten Sinne „Geistigkeit“ und bezeichnet eine auf Geistiges aller Art oder im engeren Sinn auf Geistliches in spezifisch religiösem Sinn ausgerichtete Haltung.

Spiritualität im spezifisch religiösen Sinn steht für die Vorstellung einer geistigen Verbindung zum Transzendenten, dem Jenseits oder der Unendlichkeit. Während Religiosität die Ehrfurcht vor der Ordnung und Vielfalt in der Welt und die Empfindung einer transzendenten Wirklichkeit meint, beinhaltet (religiöse) Spiritualität zudem die bewusste Hinwendung und aktive Praktizierung einer als richtig erkannten Religion oder Philosophie.

Häufig synonym verwendet wird der Begriff der Frömmigkeit, der jedoch heute eher im kirchlichen Kontext verwendet wird und zudem im allgemeinen Gebrauch oft eine negative Konnotation im Sinne einer übertrieben bedingungslosen Hinwendung zur Religion hat.

Spirituelle Haltungen haben sich als Teil der intuitiven Einordnung unerklärlicher Phänomene im magisch-mythischen Denken unserer Vorfahren vermutlich schon sehr früh in der Menschheitsgeschichte entwickelt. Wie die Forschungsergebnisse der Ethnologie für viele schriftlose Kulturen gezeigt haben, gab es ursprünglich nur eine unscharfe Trennung zwischen der Welt und der Religion im Leben der Menschen, so wie wir es kennen. Spiritualität war demnach bis zur Entwicklung der klassischen Religionen ein alltägliches Verhaltensmuster.

Nicht nur die konkreten Ausprägungen der Spiritualität unterscheiden sich, sondern auch das grundsätzliche

Verständnis. Erschwerend kommt hinzu, dass die Begriffe Religiosität und Spiritualität insbesondere im englischsprachigen Schrifttum oft synonym gebraucht wurden, obwohl ihnen unterschiedliche Vorstellungen zugrunde liegen.

Der Psychologe Rudolf Sponzel definiert Spiritualität als mehr oder minder bewusste Beschäftigung „mit Sinn- und Wertfragen des Daseins, der Welt und der Menschen und besonders der eigenen Existenz und seiner Selbstverwirklichung im Leben“. So umfasst Spiritualität auch eine besondere, nicht notwendig im konfessionellen Sinne verstandene religiöse Lebenseinstellung eines Menschen, die sich auf das transzendente oder immanente göttliche Sein konzentriert bzw. auf das Prinzip der transzendenten, nicht-personalen letzten Wahrheit oder höchsten Wirklichkeit.

Die Bedeutungsinhalte der Spiritualität sind nach Untersuchungen von Arndt Büssing u. a. (2006) vom weltanschaulichen Kontext abhängig, beziehen sich aber immer auf eine immaterielle, nicht sinnlich fassbare Wirklichkeit (Gott, Wesenheiten, etc), die dennoch erfahr- oder erahnbar ist (Erwachen, Einsicht, Erkennen) und die der Lebensgestaltung eine Orientierung gibt. Zu unterscheiden sind hier eine suchende Haltung und eine glaubend annehmende bzw. eine wissend erkennende Haltung.

Als Ausdrucksformen der Spiritualität konnten mit Hilfe von Fragebogenkonstrukten mindestens sieben Faktoren differenziert werden:

1. Gebet, Gottvertrauen und Geborgenheit
2. Erkenntnis, Weisheit und Einsicht
3. Transzendenz-Überzeugung
4. Mitgefühl, Großzügigkeit und Toleranz
5. Bewusster Umgang mit anderen, sich selbst und der Umwelt (entspricht im weitesten Sinne einem achtsamen Umgang auf horizontaler Ebene)
6. Ehrfurcht und Dankbarkeit
7. Gleichmut und Meditation.

Von Büssing wurde folgender Vorschlag gemacht:

„Mit dem Begriff Spiritualität wird eine nach Sinn und Bedeutung suchende Lebenseinstellung bezeichnet, bei der sich der/die Suchende seines/ihres "göttlichen" Ursprungs bewusst ist (wobei sowohl ein transzendentes als auch ein immanentes göttliches Sein gemeint sein kann, z.B. Gott, Allah, JHWH, Tao, Brahman, Prajna, All-Eines u.a.) und eine Verbundenheit mit anderen,

mit der Natur, mit dem Göttlichen usw. spürt. Aus diesem Bewusstsein heraus bemüht er/sie sich um die konkrete Verwirklichung der Lehren, Erfahrungen oder Einsichten im Sinne einer individuell gelebten Spiritualität, die durchaus auch nicht-konfessionell sein kann. Dies hat unmittelbare Auswirkungen auf die Lebensführung und die ethischen Vorstellungen.“

Die transpersonale Psychologie versteht Spiritualität als die Wahrnehmung der Einheit von Wirklichkeit und das Anerkennen des Geistigen als Realität.

Neuerdings wird der Begriff auch ohne Gottes- oder Transzendenzbezug aufgefasst, so z.B. von André Comte-Sponville in „Woran glaubt ein Atheist?: Spiritualität ohne Gott“. Gerechtigkeit, Mitgefühl, Liebe, Demokratie und Menschenrechte könnten Gottgläubige, Agnostiker und Atheisten vereinen, ohne einander missionieren zu wollen.

Ähnlich auch der Dalai Lama, der als Grundspiritualität die grundlegenden menschlichen Werte der Güte, der Freundlichkeit, des Mitgefühls und der liebevollen Zuwendung bezeichnet. Insoweit könnte man von einer humanistischen Spiritualität sprechen, die darauf ausgerichtet ist, die Werte des Humanismus zur eigenen Lebenswirklichkeit werden zu lassen.³

³ <https://de.wikipedia.org/wiki/Spiritualit%C3%A4t>

4.10. Esoterik - Exoterik

Demgegenüber sollte man auch ein Verständnis für die Begriffe Esoterik und Exoterik haben, die oftmals mit dem Begriff Spiritualität "in einen Topf geworfen" werden.

Esoterik

Esoterik (von altgriechisch ἑσωτερικός esōterikós ‚innerlich‘, dem inneren Bereich zugehörig) ist in der ursprünglichen Bedeutung des Begriffs eine philosophische Lehre, die nur für einen begrenzten „inneren“ Personenkreis zugänglich ist, im Gegensatz zu Exoterik als allgemein zugänglichem Wissen. Andere traditionelle Wortbedeutungen beziehen sich auf einen inneren, spirituellen Erkenntnisweg, etwa synonym mit Mystik, oder auf ein „höheres“, „absolutes“ und arkantes, althergebrachtes Wissen.

Heute gibt es weder im wissenschaftlichen noch im populären Sprachgebrauch eine allgemein anerkannte Definition von Esoterik beziehungsweise esoterisch.

In der Wissenschaft haben sich zwei grundlegend verschiedene Verwendungen dieser Bezeichnungen etabliert:

- Die Religionswissenschaft beschreibt und klassifiziert verschiedene Formen religiöser Aktivität, die sie als Esoterik zusammenfasst.