

SEK-Frauenkonferenz, 18.3.2013, „Was ist eigentlich Spiritualität? Landschaftserkundungen“

1. Rückblick

Herzlich willkommen zurück im Plenum. Auch wenn sie nur in insgesamt fünf Workshops gewesen sind, haben sie vermutlich alle gerade sehr verschiedene Erfahrungen gemacht. Bevor wir uns ins Nachdenken stürzen, lade ich sie ein, etwas vom Erfahrenen noch einmal für sich festzuhalten, in dem sie sich ganz kurz, mit ihrer Nachbarin, 3 Minuten, darüber austauschen, was für sie grad einfach eindrücklich gewesen ist. Es reicht, wenn sie über Eindrücke sprechen!

→ Gesprächsrunde 1 (3 Minuten Austausch)

Was ist Spiritualität? Etwas, was nahe ist an unseren Erfahrungen. Etwas, was radikal mit dem zu tun hat, was wir suchen, was wir erleben wollen, was uns einleuchtet. Wir suchen und machen Erfahrungen und damit sind wir mitten drin. Beinahe jeder Mensch hat darum eine eigene Definition von dem, was er oder sie Spiritualität nennt. Vielleicht ist Ihnen der Begriff deshalb eher unhandlich, weil er so schlecht greifbar ist. Das Feld, in dem wir uns bewegen, wenn wir über Spiritualität reden, die Landschaft, die wir heute Morgen erkunden, ist darum vor allem eines: ein Land ohne klar erkennbare Grenzen.

2. Der Begriff

Was ist Spiritualität? Es ist sicher ein Modewort. Seit ungefähr 40 Jahren ist das Wort Frömmigkeit durch dieses Wort weitgehend ersetzt, vielleicht sogar verdrängt worden.

Unter seinem Dach finden sich Frauen und Männer, die Rituale feiern, genauso wie der Manager, der einen Zen-Kurs macht, oder die Nachbarin, die Tai Chi übt, oder andere, die pendeln, chanten, viele ganz unterschiedliche Angewohnheiten oder Praxen haben. Spiritualität und Esoterik sind irgendwie miteinander verwandt und nicht immer klar zu unterscheiden. Spiritualität ist auch ein Markt. Vieles ist im Angebot, unüberschaubar vieles, Dubioses, Seltsames dabei.

Nach einer Umfrage der Identity Foundation in Deutschland 2005 (www.identity-foundation.de) gibt eine grösser werdende Gruppe von etwa einem Drittel aller Befragten an, sich zu denen zu zählen, die spirituelle Sinnsucher sind, oder sich als religiös kreativ bezeichnen. Grob gesagt, gibt es also mittlerweile mehr Menschen, die sich **spirituell** nennen als solche, die sich als **fromm** verstehen. „Frömmigkeit“, wird offenbar gerne mit Enge, Lustfeindlichkeit und aufgezwungener Moral assoziiert (H.Treml, Spiritualität und Rockmusik, Spurensuche nach einer Spiritualität der Subjekte, Ostfildern 1997). Spiritualität atmet Weite.

Diesen weiten Begriff würde ich gerne für Spiritualität verwenden.

Neben der Frömmigkeit lässt sich Spiritualität gegen die Religiosität als zweitem Begriff abgrenzen. Menschen, die spirituell sind, sind nicht unbedingt religiös, Menschen, die religiös sind, deuten dagegen ihre Erfahrungen im Rahmen einer Religion.

Wenn wir von Spiritualität reden, dann reden wir noch nicht von einer Religion. Zu der kommen wir noch.

Gleichzeitig kommt das Wort Spiritualität natürlich aus den religiösen Zusammenhängen. „Spiritualität“ ist vermutlich aus dem Französischen im letzten Jahrhundert eingedeutscht worden. Da meinte es als „spiritualité“ eine geistliche im Gegensatz zu einer „weltlichen“ Lebensform.

Diese Entgegensetzung, geistlich gegen weltlich, steckt schon in der noch älteren Geschichte dieses Begriffs: Ab dem 5./6. Jahrhundert nach Christus gibt es das Wort „Spiritualitas“ als eine Übersetzung von Paulus‘ Vorstellung davon, „pneumatikos“, also mit dem Geist begabt oder ausgestattet zu sein, geistlich zu sein. Dem steht schon in dieser frühen Zeit das Wort „Carnalitas“, also „Im Fleisch“ gegenüber.

Ursprünglich also gibt es in unserer Geschichte mit der Spiritualität eine Gegensätzlichkeit, die einmal eine grosse Rolle gespielt hat, die nämlich zwischen spirituell und weltlich, bzw. zwischen spirituell und körperlich.

Beide Gegensätze wirken bis heute nach, sagt z.B. Helen Schüngel-Straumann (dies. Die Frau am Anfang, Eva und die Folgen, 1989), so dass sich in den kirchlichen Institutionen eher eine leibfeindliche und eine an der Hierarchie orientierte Spiritualität durchgesetzt hat.

Gegen solche Entwicklungen haben schon lange Frauen und Männer in eigenen christlich spirituellen Aufbrüchen neue Wege gesucht. Dabei stand und steht der Körper als Zentrum unseres Menschseins im Mittelpunkt (etwa beim Shibashi oder im Körperlernen). Das sind individuelle Wege der alltäglichen Religionspraxis, wie sie Mystikerinnen aller Zeiten gegangen sind, Wege für alle Menschen, nicht nur klösterliche, im Rückgriff auf das kontemplative Beten, in der Aufnahme von Traditionen, die sich in Gemeinschaften gebildet haben, im Wiederentdecken des Fastens, der Stille, der Einkehr im Kloster, dem Singen und noch so vielem mehr. Auch christlich boomt Spiritualität.

Diese christlichen Wege verschränken sich mit einer grundsätzlichen Entwicklung, derjenigen der sogenannten Respiritualisierung (Wolfgang Huber), der Wiederkehr und Wiederentdeckung des Spirituellen durch viele sehr verschiedene Menschen. Ich glaube nicht, dass man die eine Entwicklung ohne die andere anschauen kann. Der Begriff Spiritualität gehört uns Christinnen und Christen nicht. Auch im Christlichen mixen sich munter traditionelle Wege mit neuen. Was treibt uns Menschen heute? Reden wir zuerst von dem, was wahrscheinlich der Motor dieses Booms ist.

Darum will ich im nächsten Schritt eine Landschaftsbeschreibung der Spiritualität liefern, die der neuen Landschaft Recht und Raum gibt und zeigt, wie heute über dieses Phänomen gesprochen wird.

In einem zweiten Schritt will ich dann noch mehr dazu sagen, was christliche Spiritualität ausmacht.

3. Das Land der Spiritualität – das Land der Sehnsucht

Ich habe schon gesagt, es ist ein Land mit unklaren Grenzen. Viele Menschen bereisen dieses Land. Was treibt sie dorthin? Losgelöst von allen unseren Deutungen, was Menschen dort erwarten könnte, ist das Land der Spiritualität das Land, in das wir gehen, weil wir getrieben werden. Ariane Martin hat eine grosse Untersuchung gemacht, in der sie Menschen selbst gefragt hat: Sind sie spi-

rituell und wenn ja, warum? Sie nennt das Buch „Sehnsucht, der Anfang von allem“. Genau dieser Titel bringt es, so ihre These, auf den Punkt: Sehnsucht ist der Motor, der die Suche nach Spiritualität antreibt.

Nach dem Philosophen Jaques Lacan ist Sehnsucht sogar das, was man als Haupteigenschaft von Menschen in der Gegenwart überhaupt beschreiben kann. Menschen sehnen sich masslos, weil sie das, was sie als Mangel empfinden, ihre Endlichkeit, überwinden wollen. Sie treibt uns alle, diese Sehnsucht.

Nicht alle werden deshalb fromm, oder gehen suchende Wege. Viele wollen vor allem pragmatisch „ihr Glück finden“. (Diese Zahl schwankt zwischen 60-85 % der Bevölkerung je nach Untersuchung.) Einige finden nicht heraus aus diesem Suchen. Andere aber werden zu Suchenden, die immer tiefer graben.

Sie gehen Wege der Spiritualität. Oft, so ist meine Erfahrung, ist uns, wenn wir uns auf Suchwege machen, überhaupt nicht richtig klar, was genau wir suchen. Wir sind noch viel zu wenig kompetent, uns darüber genau Auskunft zu geben. An den Erfahrungen, die wir machen, in dem einen Kurs oder bei der anderen Begegnung, ergibt sich meist, dass wir sagen: Hier bleibe ich, hier ist es gut für mich. Dann stillen wir unseren Hunger.

Die Sehnsucht, die Menschen treibt, lässt sich noch genauer beschreiben. Wir beschreiben damit auch, was Menschen in der Welt von heute als Mangel erfahren, was sie darum suchen, erfahren wollen. Die Landschaft hat verschiedene Regionen.

Vier hat Peter Paul Zulehner ausgemacht (in: Spiritualität und moderne Lebenswelt, LIT-Verlag 2006) Ich stelle Sie ihnen hier vor:

Die erste Region:

Menschen suchen nach dem eigenen Ich

„Ich muss doch mehr sein, als ich leiste“. Kann ein solcher Anfang sein. Oder „Ich muss mich noch mehr spüren können samt aller Energie, die in mir steckt“ . Aber auch „Ich muss doch stärker werden können für all das, was von mir erwartet wird.“

Heute Abend bin ich mit mir verabredet, mal sehen, ob ich zuhause bin, hat der Kabarettist Kurt Valentin das knapp auf den Punkt gebracht. Viele suchen nach einer Erfahrung ihrer eigenen Würde, sehnen sich nach unabhängiger Freiheit, die sie unverfügbar macht für die Vereinnahmung durch andere. Es gibt hier wie überall spirituelle Wege ganz unterschiedlicher Qualität, vom Ego-Trip über die unbedingte Steigerung der eigenen Leistungskraft bis zur Versenkung in ein anderes Sein.

Die zweite Region:

Menschen suchen nach Verwebung und Vernetzung

„Ich kann doch nicht immer allein sein“, „wir gehen an unserem Individualismus zugrunde“, kann hier eine Anfangserfahrung sein. Menschen suchen danach, wie sie sich vernetzt und verbunden wahrnehmen können, nicht als die, die quasi die Mitte des Kosmos sind, alles aus sich schaffen und leisten müssen. „Welchen Ton macht eine Hand beim Klatschen“ fragt ein Koan, ein budhistisches Weisheitswort, und lässt rätseln über die Verbundenheit. Manche treten darum in Gruppen ein, in denen sie mit anderen zusammen Erfahrungen ma-

chen. Andere suchen ihre Verbindung mit dem Kosmos, mit den Energien, die da sind, mit dem Schicksal. Viele Vernetzungsmethoden gibt es, gute wie schlechte.

Die dritte Region:

Menschen suchen nach umfassender Heilung

„So, wie ich bin, stimmt etwas nicht mit mir“. Oder „Ich möchte viel mehr in meinem Körper leben“ oder „Ich wünsche mir mehr Energie“ ist oft der Ausgangspunkt für eine ganz andere, eine Suche nach dem, was Heil macht. Dazu gehen Menschen oft ganz körperbezogene Wege, üben Tai Chi oder Yoga, Shibashi oder Energiekreise. Andere führt diese Sehnsucht in die Tiefe, in die Stille, in die Frage nach mystischer Vereinigung mit Gott. Nicht nur diese Sehnsüchte erfüllen solche Wege, auch andere, aber man kann auf solche Wege geraten, wenn man diese Sehnsucht hat.

Und die vierte Region:

Menschen suchen nach der Ethik umfassender Liebe

„Der Lebensstil, den wir leben, behagt mir nicht“, „Ich finde, es müsste noch anderen Umgang geben miteinander“ oder „Ich will noch viel achtsamer leben im Umgang mit der Umwelt“ kann ein Mangel sein, der uns auf die Suche treibt. Menschen leiden gegenwärtig unter Formen, die nur noch Konkurrenz und Misstrauen zwischen Menschen hervorbringen und schlecht mit unserer Erde umgehen. Sie suchen darum nach einem Verstehen von Liebe, das sie in Bewegung bringt, nach einem inneren Motor, der ihnen hilft, mit zu gestalten an einer getragenen Gemeinschaft in der Welt.

Die hier formulierten Grundsehnsüchte von Menschen sind unscharf. Man kann mehrere haben. Und sie sind nicht allein der Grund, sich aufzumachen. Aber sie sind ein Grund, aus dem spirituelle Bewegungen wachsen. Etwas, was wir mit vielen anderen Menschen teilen, solche in und solche ausserhalb der Kirchen. Sie mögen ihnen als Beweggründe dafür, dass sie zum Gebet oder zum Yoga gehen oder in die Kirche, erst einmal fremd vorkommen. Das macht gar nichts, das wäre m.E. sogar logisch, weil es allgemeinere Beschreibungen von uns Menschen sind. Es lohnt sich, die Beschreibung kurz selbst noch einmal in Augenschein zu nehmen. Finden Sie sich wieder, bei diesen Sehnsüchten? Können Sie andocken. Hat die Untersuchung etwas Wesentliches vergessen, was auch noch eine Sehnsucht ist? Könnten Sie sagen, welche Sehnsucht sie treibt?

➔ Gesprächsrunde 2 (ruhig 5-7 min)

4. Christliche Wege

Von der Verschiedenheit christlicher Wege in dieser weiten Landschaft war schon die Rede. Sehnsüchte von Menschen, oft verschüttete, oft unklare kommen in ihnen mit christlichen Deutungen zusammen. Was könnte, was kann eine typisch christliche Spiritualität darin sein? Was ist ihr eigen? Was ist ihre spezifische Qualität? Was also bringen wir christlich in das grosse Feld der Spi-

Brigitte Becker, Fachstelle Spiritualität & Lebensstil, Reformierte Kirche Kanton Zürich, brigitte.becker@zh.ref.ch

ritualität besonderes ein? Wir werden heute darauf verschiedene Antworten geben. Meine Antwort geht zurück zum Namensgeber dieses Phänomens und versucht von daher, biblisch Typisches zu sagen.

Spiritualität erinnert uns an die *Ruach*, den Geist Gottes, den *Spiritus*. Von ihm oder ihr, dieser Energie und Dynamik des Göttlichen ist in der Bibel über 400-mal die Rede. Er ist als Wind, Sturm, Windhauch genauso wie als Atem präsent und erfahrbar. Meist lässt dieser Geist Gottes die Menschen nicht etwa in Ruhe, in Kontakt mit der Geistkraft kommen Bewegung und Begeisterung, Leidenschaft und Veränderung, Energie und Dynamik. Menschen werden bestärkt und mutig gemacht, geraten aber auch in Verzückung, wie David vor der Bundelade, manche benehmen sich recht seltsam, alle geraten immer wieder in eine Dynamik von Veränderung. Der lebensstärkende Geist ist zugleich unberechenbar.

Die Gotteskraft, die in der Spiritualität erfahrbar wird, die Kraft des Geistes, ist also eine Kraft, die in Frage stellt, verändert und bewegt.

In allen Übungen des Atmens atmen wir Geist Gottes, unsere lebendige Beseelung mit diesem Geist. Christlich drücken wir damit eine grosse Nähe von uns Menschen zu Gott aus, eine grosse Nähe von Gott zu uns Menschen bei gleichzeitiger Unverfügbarkeit. Alles Atmen kann Gott nicht zu uns zwingen, alles meditierende Atmen aber übt sich ein in den Glauben, dass Gott in uns atmet.

Der Geist, von dem im Neuen Testament noch viel mehr die Rede ist, das ist eine Lebenskraft, die oft verwandelt. In der Kraft des Geistes schafft Jesus aus Wasser Wein, gleich einmal 3000 Liter sind es. Im Neuen Testament ist durch diesen Geist vieles auf den Kopf gestellt, Frauen werden vorgezogen, die Kirche zu einem Leib mit vielen Gliedern, aber ohne Kopf, Mächte werden umgekehrt, was in der Kraft dieses Geistes geschieht, ist später als die Torheit des Kreuzes bezeichnet.

In diesen Geschichten ist eine grosse Veränderungskraft für unsere Leben und für unsere Welt präsent, und wieder gilt – dass die Dynamik der Veränderung eintritt, können wir nicht wirklich machen, doch meditierend, betend, aus dem Geist dieser Geschichten leben und dann ändert Gott vielleicht auch mit uns die Welt.

Gerade die Suche nach dem Geist in der Bibel zeigt uns – in der christlichen Deutung der Welt leben wir in grosser Spannung. In all unseren Sehnsüchten weht der Geist, wo er will. Das ist für mich das Kennzeichen einer christlichen, einer christlich gedeuteten Spiritualität. Diese Spannung überträgt sich auf jede Erfahrung und damit auch auf jede Übung, die wir beginnen.

- Gott ist uns nicht verfügbar, mit keiner Übung, in aller Sehnsucht nach der Nähe Gottes, können wir diese Erfahrung natürlich gar nie machen, und dennoch werden wir möglicherweise gewahr – Gott wirkt doch durch uns.
- Wir üben aktiv und erfahren etwas, wenn wir passiv sind.
- Unsere Erfahrungen reissen uns aus dem Alltag und gehören doch mitten hinein in den Alltag.
- Die Beziehung zu Gott ist eine andere als die zu den Menschen und dennoch gehört das zusammen.
- Aus Gottes Geist leben wir in vollkommenem Heilsein und dennoch vielleicht krank.

- Im Augenblick der Gottesnähe ist alles gut und im Alltag die Welt gleichzeitig schrecklich ungerecht.

Es gehört zum christlichen Deutehorizont hinzu, dass sie immer in diesen Spannungen, immer in den Ambivalenzen, immer in diesem sowohl-als-auch drinnen bleibt. Der Spannungsbogen wird darum auf den vielen Wegen, die christlich gegangen werden können, auch eher immer grösser, nicht kleiner. Wir drücken ihn verschieden aus. Da bleibt er immer.

Die Sehnsucht der Menschen kommt auf christlichen Wegen nicht zu einer Erfüllung im Sinne eines Endes. Gott suchen, zu Gott beten, Gott meditieren, Gott tanzen und in der vorläufigen Welt bleiben, gehören immer weiter zusammen und machen genau die Qualität und die Schwierigkeit eines christlichen Weges aus. Für Hans Martin Gutmann (Religiöse Wellness, Seelenheil heute, München 2005) ist genau das, diese Ambivalenz, diese Nichterlösung auszuhalten, das Kennzeichen einer guten christlichen Spiritualität.

Christliche Spiritualität ist darum eine Einladung, einen eigenen Weg der Erfahrung zu gehen, der uns entspricht, unserer Sehnsucht nach, Gott entgegen, und immer tiefer in die Diskrepanz zwischen Gott und Welt hinein oder anders ausgedrückt, in den Verlust unserer eigenen Vorstellungen hinein, wie Gott ist und mehr zu dem Vertrauen, dass Gott wirkt.

Ich ende mit meiner Lieblingsdefinition zu dieser weiten Landschaft: „An Spiritualität ist nur der Name schön, im Wesentlichen, eigentlich meint es nur eines: Übung.“ Nicht ganz wortwörtlich aber sinngemäss sagt das Fulbert Steffensky. Also – üben Sie!